



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE VISEU

Rua Cândido dos Reis nº 27 Fração C  
3510-057 Viseu  
Instituição de Utilidade Pública  
Fundada em 28 de Dezembro de 1988

232 423 640

viseu@fpatletismo.org

www.atletismoviseu.pt

**ÉPOCA 2024/2025 COMUNICADO 35 DATA 2025/04/22**

## 60º CAMPEONATO DISTRITAL DE JUNIORES (SUB20) 59º CAMPEONATO DISTRITAL DE INICIADOS (SUB16)

Para conhecimento da Federação Portuguesa de Atletismo, Associações Regionais, Clubes, Escolas e Órgãos de Comunicação Social, comunica-se a realização da prova em epígrafe a **24 e 25 de maio de 2025**, no Estádio Municipal do Fontelo, com o seguinte Programa - Horário:

### 1ª JORNADA - 24 DE MAIO DE 2025 - 14:30 HORAS - ESTÁDIO MUNICIPAL DO FONTELO

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERVAÇÕES
14:30	Comprimento Altura Dardo 800 grs.	Iniciados Iniciados Juniors	F M M	4 saltos / tábua a 1 m da caixa a definir no local / 5 em 5 cm 4 ensaios
15:00	80 m Bar. (0.76)	Iniciados	F	8 bar. / 12,00 / 8,00 / 12,00
15:10	100 m Bar. (0.84)	Iniciados	M	10 bar. / 13,00 / 8,50 / 10,50
15:20	100 m Bar. (0.84)	Juniors	F	10 bar. / 13,00 / 8,50 / 10,50
15:30	110 m Bar. (1.00) Comprimento Altura Dardo 600 grs.	Juniors Iniciados Iniciados Juniors	M M F F	10 bar. / 13,72 / 9,14 / 14,02 4 saltos / tábua a 1 m da caixa a definir no local / 5 em 5 cm 4 ensaios
15:40	80 m	Iniciados	F	
15:50	80 m	Iniciados	M	
16:00	100 m	Juniors	F	
16:05	<b>100 m</b>	<b>Seniores</b>	<b>F</b>	<b>extra</b>
16:10	100 m	Juniors	M	
16:15	<b>100 m</b>	<b>Seniores</b>	<b>M</b>	<b>extra</b>
16:20	300 m Comprimento <b>Comprimento</b> Altura Dardo 600 grs.	Iniciados Juniors <b>Seniores</b> Juniors Iniciados	F F F M M	4 saltos / tábua a 3 m da caixa <b>extra</b> iniciar a 1,30 m / 5 em 5 cm 4 ensaios
16:30	300 m	Iniciados	M	
16:40	400 m	Juniors	F	
16:50	400 m Comprimento <b>Comprimento</b> Altura Dardo 500 grs.	Juniors Juniors <b>Seniores</b> Juniors Iniciados	M M M F F	4 saltos / tábua a 1 m da caixa <b>extra</b> iniciar a 1,15 m / 5 em 5 cm 4 ensaios

17:00	1.500 m	Iniciados	F	
17:10	1.500 m	Iniciados	M	
17:20	1.500 m	Juniores	F	
17:30	1.500 m	Juniores	M	
17:40	4.000 m marcha	Iniciados	F / M	
11:40	4x80 m	Iniciados	F	
11:50	4x80 m	Iniciados	M	

**2ª JORNADA - 25 DE MAIO DE 2025 - 09:30 HORAS - ESTÁDIO MUNICIPAL DO FONTELO  
E SETOR EXTERIOR DE LANÇAMENTOS**

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERVAÇÕES
9:30	5.000 m marcha Vara	Juniores Juniores	F / M F / M	
10:00	400 m Bar. (0.76) Peso 3 kg Peso 4 kg Peso 4 kg <b>Peso 4 kg</b> Peso 6 kg	Juniores Iniciados Iniciados Juniores <b>F40</b> Juniores	F F M F <b>M</b> M	10 bar. / 45,00 / 35,00 / 40,00 4 ensaios 4 ensaios 4 ensaios <b>4 ensaios extra</b> 4 ensaios
10:10	400 m Bar. (0.91)	Juniores	M	10 bar. / 45,00 / 35,00 / 40,00
10:20	300 m Bar. (0.76)	Iniciados	F	7 bar. / 50,00 / 35,00 / 40,00
10:30	300 m Bar. (0.76)	Iniciados	M	7 bar. / 50,00 / 35,00 / 40,00
10:40	1.500 m Obstáculos	Iniciados	F	sem vala de água
10:50	1.500 m Obstáculos Disco 750 grs. Disco 1 kg Disco 1 kg Disco 1,750 grs.	Iniciados Iniciados Iniciados Juniores Juniores	M F M F M	sem vala de água 4 ensaios 4 ensaios 4 ensaios 4 ensaios
11:00	800 m	Iniciados	F	
11:10	800 m	Iniciados	M	
11:20	800 m	Juniores	F	
11:30	800 m Martelo 3 kg Martelo 4 kg Martelo 4 kg Martelo 6 kg Triplo Triplo Triplo Triplo	Juniores Iniciados Iniciados Juniores Juniores Iniciados Iniciados Juniores Juniores	M F M F M F M F M	4 ensaios 4 ensaios 4 ensaios 4 ensaios 4 saltos 4 saltos 4 saltos 4 saltos
11:50	4x100 m	Juniores	F	
12:00	4x100 m	Juniores	M	

**PARTICIPAÇÃO:**

- Só é permitida a participação de atletas filiados na presente época desportiva 2024 / 2025;

- Em ambos os Campeonatos, os atletas podem realizar 5 provas (2 em cada jornada, mais uma estafeta) sempre de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo;

#### **INSCRIÇÕES:**

- As inscrições devem ser realizadas na **plataforma fpacompetições até às 23:59 horas do dia 22 de maio de 2025**

CAMPEONATO DISTRITAL DE INICIADOS (SUB16)		CAMPEONATO DISTRITAL DE JUNIORES (SUB20)	
Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores
2012 e 2013	2010 e 2011	2008 e 2009	2006 e 2007

#### **CLASSIFICAÇÕES:**

- Haverá Classificação Individual e Coletiva, em ambos os Campeonatos, utilizando-se a seguinte pontuação:

1º lugar	2º lugar	3º lugar	4º lugar	5º lugar	6º lugar	7º lugar	8º lugar	9º lugar	10º lugar	11º lugar	12º lugar
12 pontos	11 pontos	10 pontos	9 pontos	8 pontos	7 pontos	6 pontos	5 pontos	4 pontos	3 pontos	2 pontos	1 ponto

- Os atletas individuais não alteram nem a classificação nem a respetiva pontuação dos atletas que representam os Clubes, não havendo benefício pontual para os concorrentes situados imediatamente atrás.

- Os desempates nas Classificações Coletivas, serão feitos de acordo com o previsto no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo;

#### **PRÉMIOS:**

- Coletivamente - Aos Clubes vencedores, serão distribuídos Taças alusivas a estes Campeonatos em ambos os sexos;

- Individualmente - Serão atribuídos Medalhões a todos os vencedores de ambos os escalões / sexos;