



**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO**

## **Campeonato Distrital de Iniciados + Infantis + Provas Extra**

**Local: Castelo Branco**

**07-05-2022**

### **PROGRAMA-HORÁRIO**

| <b>Hora</b> | <b>Prova</b>      | <b>Escalão</b>     | <b>Sexo</b> | <b>Obs.</b> |
|-------------|-------------------|--------------------|-------------|-------------|
| 15:00       | Peso              | Iniciados+Infantis | Fem         | a)          |
|             | Vara              | Iniciados          | Mas/Fem     | a)          |
|             | Comprimento       | Iniciados+Infantis | Masc        | a)          |
| 15:10       | 100mBar           | Iniciados          | Masc        |             |
| 15:25       | 80mBar            | Iniciados          | Fem         |             |
| 15:35       | 60mBar            | Infantis           | Masc        |             |
| 15:45       | 60mBar            | Infantis           | Fem         |             |
|             | Peso              | Iniciados+Infantis | Masc        | a)          |
|             | Comprimento       | Benj.              | Mas/Fem     |             |
| 15:55       | 100m              | Juv, Jun, Sen      | Fem         | EXTRA       |
| 16:05       | 100m              | Juv, Jun, Sen      | Masc        | EXTRA       |
| 16:10       | 60m               | Inf,Benj           | Masc        |             |
| 16:20       | 60m               | Inf,Benj           | Fem         |             |
| 16:35       | Altura            | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | Disco             | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | 80m               | Iniciados          | Masc        |             |
| 16:45       | 80m               | Iniciados          | Fem         |             |
| 17:00       | 150m              | Infantis           | Masc        |             |
| 17:05       | 150m              | Infantis           | Fem         |             |
| 17:10       | 400m              | Juv, Jun, Sen      | Masc        | EXTRA       |
| 17:20       | 400m              | Juv, Jun, Sen      | Fem         | EXTRA       |
| 17:35       | Dardo             | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | Quádruplo Salto   | Iniciados+Infantis | Masc        |             |
|             | Quádruplo Salto   | Iniciados+Infantis | Fem         |             |
|             | 250mBar           | Iniciados          | Masc        |             |
| 17:45       | 250mBar           | Iniciados          | Fem         |             |
| 18:00       | 250m              | Inic               | Masc        |             |
| 18:05       | 250m              | Inic               | Fem         |             |
| 18:15       | Martelo           | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | Comprimento       | Iniciados+Infantis | Fem         | a)          |
|             | 800m              | Iniciados          | Masc        | a)          |
| 18:20       | 800m              | Iniciados          | Fem         | a)          |
| 18:30       | 600m              | Inf,Benj           | Mas/Fem     |             |
| 18:40       | 1500m Obstáculos  | Iniciados          | Masc        |             |
| 18:50       | 1500m Obstáculos  | Iniciados          | Fem         |             |
| 19:00       | 3000/4000m marcha | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     |             |
|             | 1500m             | Iniciados          | Masc        | a)          |
|             | 1500m             | Iniciados          | Fem         | a)          |

**NOTA: O programa-horário poderá ser antecipado, caso não compareçam atletas para provas marcadas no horário.**

Quintal S. Marcos, 19, 1º 6000-146 Castelo Branco  
Tel./Fax: 272341753 Email: cbranco@fpatletismo.org  
[www.aacb.net](http://www.aacb.net)



## **Regulamento**

- Esta é uma competição realizada pela Associação de Atletismo de Castelo Branco.
- Esta competição é destinada a atletas Federados.
- Este Campeonato destina-se a atletas masculinos e femininos do escalão de infantis e Iniciados. As provas extras são para os escalões de juvenis, juniores e seniores. Os atletas benjamins só podem participar nos 60m, comprimento e 600m. Os restantes escalões (juvenis, juniores e seniores) para além de poderem participar nas provas para si destinadas, como explícito no programa-horário, poderão participar em todas as provas assinaladas com a letra a).
- Cada atleta pode participar em três provas.
- Serão elaboradas classificações individuais. Ao melhor atleta de cada disciplina do escalão de infantis e iniciados será atribuída uma medalha, correspondente ao Campeonato Distrital.
- A participação de todos os atletas estará subordinada ao Regulamento Geral de Competições.
- A altura inicial da fasquia será combinada, entre os juízes e os atletas, no local da prova.
- As inscrições deverão ser enviadas para a AACB até ao dia 5 de maio de 2022.

**Castelo Branco, 28 de abril de 2022**

**O Director Técnico**

**Luís Oliveira**



**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO**

## **Campeonato Distrital de Iniciados + Infantis + Provas Extra**

**Local: Castelo Branco**

**07-05-2022**

### **PROGRAMA-HORÁRIO**

| <b>Hora</b> | <b>Prova</b>      | <b>Escalão</b>     | <b>Sexo</b> | <b>Obs.</b> |
|-------------|-------------------|--------------------|-------------|-------------|
| 15:00       | Peso              | Iniciados+Infantis | Fem         | a)          |
|             | Vara              | Iniciados          | Mas/Fem     | a)          |
|             | Comprimento       | Iniciados+Infantis | Masc        | a)          |
| 15:10       | 100mBar           | Iniciados          | Masc        |             |
| 15:25       | 80mBar            | Iniciados          | Fem         |             |
| 15:35       | 60mBar            | Infantis           | Masc        |             |
| 15:45       | 60mBar            | Infantis           | Fem         |             |
|             | Peso              | Iniciados+Infantis | Masc        | a)          |
|             | Comprimento       | Benj.              | Mas/Fem     |             |
| 15:55       | 100m              | Juv, Jun, Sen      | Fem         | EXTRA       |
| 16:05       | 100m              | Juv, Jun, Sen      | Masc        | EXTRA       |
| 16:10       | 60m               | Inf,Benj           | Masc        |             |
| 16:20       | 60m               | Inf,Benj           | Fem         |             |
| 16:35       | Altura            | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | Disco             | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | 80m               | Iniciados          | Masc        |             |
| 16:45       | 80m               | Iniciados          | Fem         |             |
| 17:00       | 150m              | Infantis           | Masc        |             |
| 17:05       | 150m              | Infantis           | Fem         |             |
| 17:10       | 400m              | Juv, Jun, Sen      | Masc        | EXTRA       |
| 17:20       | 400m              | Juv, Jun, Sen      | Fem         | EXTRA       |
| 17:35       | Dardo             | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | Quádruplo Salto   | Iniciados+Infantis | Masc        |             |
|             | Quádruplo Salto   | Iniciados+Infantis | Fem         |             |
|             | 250mBar           | Iniciados          | Masc        |             |
| 17:45       | 250mBar           | Iniciados          | Fem         |             |
| 18:00       | 250m              | Inic               | Masc        |             |
| 18:05       | 250m              | Inic               | Fem         |             |
| 18:15       | Martelo           | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | Comprimento       | Iniciados+Infantis | Fem         | a)          |
|             | 800m              | Iniciados          | Masc        | a)          |
| 18:20       | 800m              | Iniciados          | Fem         | a)          |
| 18:30       | 600m              | Inf,Benj           | Mas/Fem     |             |
| 18:40       | 1500m Obstáculos  | Iniciados          | Masc        |             |
| 18:50       | 1500m Obstáculos  | Iniciados          | Fem         |             |
| 19:00       | 3000/4000m marcha | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     |             |
|             | 1500m             | Iniciados          | Masc        | a)          |
|             | 1500m             | Iniciados          | Fem         | a)          |

**NOTA: O programa-horário poderá ser antecipado, caso não compareçam atletas para provas marcadas no horário.**

Quintal S. Marcos, 19, 1º 6000-146 Castelo Branco  
Tel./Fax: 272341753 Email: cbranco@fpatletismo.org

[www.aacb.net](http://www.aacb.net)



## **Regulamento**

- Esta é uma competição realizada pela Associação de Atletismo de Castelo Branco.
- Esta competição é destinada a atletas Federados.
- Este Campeonato destina-se a atletas masculinos e femininos do escalão de infantis e Iniciados. As provas extras são para os escalões de juvenis, juniores e seniores. Os atletas benjamins só podem participar nos 60m, comprimento e 600m. Os restantes escalões (juvenis, juniores e seniores) para além de poderem participar nas provas para si destinadas, como explícito no programa-horário, poderão participar em todas as provas assinaladas com a letra a).
- Cada atleta pode participar em três provas.
- Serão elaboradas classificações individuais. Ao melhor atleta de cada disciplina do escalão de infantis e iniciados será atribuída uma medalha, correspondente ao Campeonato Distrital.
- A participação de todos os atletas estará subordinada ao Regulamento Geral de Competições.
- A altura inicial da fasquia será combinada, entre os juízes e os atletas, no local da prova.
- As inscrições deverão ser enviadas para a AACB até ao dia 5 de maio de 2022.

**Castelo Branco, 28 de abril de 2022**

**O Director Técnico**

**Luís Oliveira**



**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO**

## **Campeonato Distrital de Iniciados + Infantis + Provas Extra**

**Local: Castelo Branco**

**07-05-2022**

### **PROGRAMA-HORÁRIO**

| <b>Hora</b> | <b>Prova</b>      | <b>Escalão</b>     | <b>Sexo</b> | <b>Obs.</b> |
|-------------|-------------------|--------------------|-------------|-------------|
| 15:00       | Peso              | Iniciados+Infantis | Fem         | a)          |
|             | Vara              | Iniciados          | Mas/Fem     | a)          |
|             | Comprimento       | Iniciados+Infantis | Masc        | a)          |
| 15:10       | 100mBar           | Iniciados          | Masc        |             |
| 15:25       | 80mBar            | Iniciados          | Fem         |             |
| 15:35       | 60mBar            | Infantis           | Masc        |             |
| 15:45       | 60mBar            | Infantis           | Fem         |             |
|             | Peso              | Iniciados+Infantis | Masc        | a)          |
|             | Comprimento       | Benj.              | Mas/Fem     |             |
| 15:55       | 100m              | Juv, Jun, Sen      | Fem         | EXTRA       |
| 16:05       | 100m              | Juv, Jun, Sen      | Masc        | EXTRA       |
| 16:10       | 60m               | Inf,Benj           | Masc        |             |
| 16:20       | 60m               | Inf,Benj           | Fem         |             |
| 16:35       | Altura            | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | Disco             | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | 80m               | Iniciados          | Masc        |             |
| 16:45       | 80m               | Iniciados          | Fem         |             |
| 17:00       | 150m              | Infantis           | Masc        |             |
| 17:05       | 150m              | Infantis           | Fem         |             |
| 17:10       | 400m              | Juv, Jun, Sen      | Masc        | EXTRA       |
| 17:20       | 400m              | Juv, Jun, Sen      | Fem         | EXTRA       |
| 17:35       | Dardo             | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | Quádruplo Salto   | Iniciados+Infantis | Masc        |             |
|             | Quádruplo Salto   | Iniciados+Infantis | Fem         |             |
|             | 250mBar           | Iniciados          | Masc        |             |
| 17:45       | 250mBar           | Iniciados          | Fem         |             |
| 18:00       | 250m              | Inic               | Masc        |             |
| 18:05       | 250m              | Inic               | Fem         |             |
| 18:15       | Martelo           | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | Comprimento       | Iniciados+Infantis | Fem         | a)          |
|             | 800m              | Iniciados          | Masc        | a)          |
| 18:20       | 800m              | Iniciados          | Fem         | a)          |
| 18:30       | 600m              | Inf,Benj           | Mas/Fem     |             |
| 18:40       | 1500m Obstáculos  | Iniciados          | Masc        |             |
| 18:50       | 1500m Obstáculos  | Iniciados          | Fem         |             |
| 19:00       | 3000/4000m marcha | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     |             |
|             | 1500m             | Iniciados          | Masc        | a)          |
|             | 1500m             | Iniciados          | Fem         | a)          |

**NOTA: O programa-horário poderá ser antecipado, caso não compareçam atletas para provas marcadas no horário.**

Quintal S. Marcos, 19, 1º 6000-146 Castelo Branco  
Tel./Fax: 272341753 Email: cbranco@fpatletismo.org  
[www.aacb.net](http://www.aacb.net)



## **Regulamento**

- Esta é uma competição realizada pela Associação de Atletismo de Castelo Branco.
- Esta competição é destinada a atletas Federados.
- Este Campeonato destina-se a atletas masculinos e femininos do escalão de infantis e Iniciados. As provas extras são para os escalões de juvenis, juniores e seniores. Os atletas benjamins só podem participar nos 60m, comprimento e 600m. Os restantes escalões (juvenis, juniores e seniores) para além de poderem participar nas provas para si destinadas, como explícito no programa-horário, poderão participar em todas as provas assinaladas com a letra a).
- Cada atleta pode participar em três provas.
- Serão elaboradas classificações individuais. Ao melhor atleta de cada disciplina do escalão de infantis e iniciados será atribuída uma medalha, correspondente ao Campeonato Distrital.
- A participação de todos os atletas estará subordinada ao Regulamento Geral de Competições.
- A altura inicial da fasquia será combinada, entre os juízes e os atletas, no local da prova.
- As inscrições deverão ser enviadas para a AACB até ao dia 5 de maio de 2022.

**Castelo Branco, 28 de abril de 2022**

**O Director Técnico**

**Luís Oliveira**



## ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO

### Campeonato Distrital de Iniciados + Infantis + Provas Extra

Local: Castelo Branco

07-05-2022

#### PROGRAMA-HORÁRIO

| Hora  | Prova             | Escalão            | Sexo    | Obs.  |
|-------|-------------------|--------------------|---------|-------|
| 15:00 | Peso              | Iniciados+Infantis | Fem     | a)    |
|       | Vara              | Iniciados          | Mas/Fem | a)    |
|       | Comprimento       | Iniciados+Infantis | Masc    | a)    |
| 15:10 | 100mBar           | Iniciados          | Masc    |       |
| 15:25 | 80mBar            | Iniciados          | Fem     |       |
| 15:35 | 60mBar            | Infantis           | Masc    |       |
| 15:45 | 60mBar            | Infantis           | Fem     |       |
|       | Peso              | Iniciados+Infantis | Masc    | a)    |
|       | Comprimento       | Benj.              | Mas/Fem |       |
| 15:55 | 100m              | Juv, Jun, Sen      | Fem     | EXTRA |
| 16:05 | 100m              | Juv, Jun, Sen      | Masc    | EXTRA |
| 16:10 | 60m               | Inf,Benj           | Masc    |       |
| 16:20 | 60m               | Inf,Benj           | Fem     |       |
| 16:35 | Altura            | Iniciados+Infantis | Mas/Fem | a)    |
|       | Disco             | Iniciados+Infantis | Mas/Fem | a)    |
|       | 80m               | Iniciados          | Masc    |       |
| 16:45 | 80m               | Iniciados          | Fem     |       |
| 17:00 | 150m              | Infantis           | Masc    |       |
| 17:05 | 150m              | Infantis           | Fem     |       |
| 17:10 | 400m              | Juv, Jun, Sen      | Masc    | EXTRA |
| 17:20 | 400m              | Juv, Jun, Sen      | Fem     | EXTRA |
| 17:35 | Dardo             | Iniciados+Infantis | Mas/Fem | a)    |
|       | Quádruplo Salto   | Iniciados+Infantis | Masc    |       |
|       | Quádruplo Salto   | Iniciados+Infantis | Fem     |       |
|       | 250mBar           | Iniciados          | Masc    |       |
| 17:45 | 250mBar           | Iniciados          | Fem     |       |
| 18:00 | 250m              | Inic               | Masc    |       |
| 18:05 | 250m              | Inic               | Fem     |       |
| 18:15 | Martelo           | Iniciados+Infantis | Mas/Fem | a)    |
|       | Comprimento       | Iniciados+Infantis | Fem     | a)    |
|       | 800m              | Iniciados          | Masc    | a)    |
| 18:20 | 800m              | Iniciados          | Fem     | a)    |
| 18:30 | 600m              | Inf,Benj           | Mas/Fem |       |
| 18:40 | 1500m Obstáculos  | Iniciados          | Masc    |       |
| 18:50 | 1500m Obstáculos  | Iniciados          | Fem     |       |
| 19:00 | 3000/4000m marcha | Iniciados+Infantis | Mas/Fem |       |
|       | 1500m             | Iniciados          | Masc    | a)    |
|       | 1500m             | Iniciados          | Fem     | a)    |

**NOTA:** O programa-horário poderá ser antecipado, caso não compareçam atletas para provas marcadas no horário.

Quintal S. Marcos, 19, 1º 6000-146 Castelo Branco  
Tel./Fax: 272341753 Email: cbranco@fpatletismo.org  
[www.aacb.net](http://www.aacb.net)



## **Regulamento**

- Esta é uma competição realizada pela Associação de Atletismo de Castelo Branco.
- Esta competição é destinada a atletas Federados.
- Este Campeonato destina-se a atletas masculinos e femininos do escalão de infantis e Iniciados. As provas extras são para os escalões de juvenis, juniores e seniores. Os atletas benjamins só podem participar nos 60m, comprimento e 600m. Os restantes escalões (juvenis, juniores e seniores) para além de poderem participar nas provas para si destinadas, como explícito no programa-horário, poderão participar em todas as provas assinaladas com a letra a).
- Cada atleta pode participar em três provas.
- Serão elaboradas classificações individuais. Ao melhor atleta de cada disciplina do escalão de infantis e iniciados será atribuída uma medalha, correspondente ao Campeonato Distrital.
- A participação de todos os atletas estará subordinada ao Regulamento Geral de Competições.
- A altura inicial da fasquia será combinada, entre os juízes e os atletas, no local da prova.
- As inscrições deverão ser enviadas para a AACB até ao dia 5 de maio de 2022.

**Castelo Branco, 28 de abril de 2022**

**O Director Técnico**

**Luís Oliveira**





**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO**

## **Campeonato Distrital de Iniciados + Infantis + Provas Extra**

**Local: Castelo Branco**

**07-05-2022**

### **PROGRAMA-HORÁRIO**

| <b>Hora</b> | <b>Prova</b>      | <b>Escalão</b>     | <b>Sexo</b> | <b>Obs.</b> |
|-------------|-------------------|--------------------|-------------|-------------|
| 15:00       | Peso              | Iniciados+Infantis | Fem         | a)          |
|             | Vara              | Iniciados          | Mas/Fem     | a)          |
|             | Comprimento       | Iniciados+Infantis | Masc        | a)          |
| 15:10       | 100mBar           | Iniciados          | Masc        |             |
| 15:25       | 80mBar            | Iniciados          | Fem         |             |
| 15:35       | 60mBar            | Infantis           | Masc        |             |
| 15:45       | 60mBar            | Infantis           | Fem         |             |
|             | Peso              | Iniciados+Infantis | Masc        | a)          |
|             | Comprimento       | Benj.              | Mas/Fem     |             |
| 15:55       | 100m              | Juv, Jun, Sen      | Fem         | EXTRA       |
| 16:05       | 100m              | Juv, Jun, Sen      | Masc        | EXTRA       |
| 16:10       | 60m               | Inf,Benj           | Masc        |             |
| 16:20       | 60m               | Inf,Benj           | Fem         |             |
| 16:35       | Altura            | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | Disco             | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | 80m               | Iniciados          | Masc        |             |
| 16:45       | 80m               | Iniciados          | Fem         |             |
| 17:00       | 150m              | Infantis           | Masc        |             |
| 17:05       | 150m              | Infantis           | Fem         |             |
| 17:10       | 400m              | Juv, Jun, Sen      | Masc        | EXTRA       |
| 17:20       | 400m              | Juv, Jun, Sen      | Fem         | EXTRA       |
| 17:35       | Dardo             | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | Quádruplo Salto   | Iniciados+Infantis | Masc        |             |
|             | Quádruplo Salto   | Iniciados+Infantis | Fem         |             |
|             | 250mBar           | Iniciados          | Masc        |             |
| 17:45       | 250mBar           | Iniciados          | Fem         |             |
| 18:00       | 250m              | Inic               | Masc        |             |
| 18:05       | 250m              | Inic               | Fem         |             |
| 18:15       | Martelo           | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | Comprimento       | Iniciados+Infantis | Fem         | a)          |
|             | 800m              | Iniciados          | Masc        | a)          |
| 18:20       | 800m              | Iniciados          | Fem         | a)          |
| 18:30       | 600m              | Inf,Benj           | Mas/Fem     |             |
| 18:40       | 1500m Obstáculos  | Iniciados          | Masc        |             |
| 18:50       | 1500m Obstáculos  | Iniciados          | Fem         |             |
| 19:00       | 3000/4000m marcha | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     |             |
|             | 1500m             | Iniciados          | Masc        | a)          |
|             | 1500m             | Iniciados          | Fem         | a)          |

**NOTA: O programa-horário poderá ser antecipado, caso não compareçam atletas para provas marcadas no horário.**

Quintal S. Marcos, 19, 1º 6000-146 Castelo Branco  
Tel./Fax: 272341753 Email: cbranco@fpatletismo.org  
[www.aacb.net](http://www.aacb.net)



## **Regulamento**

- Esta é uma competição realizada pela Associação de Atletismo de Castelo Branco.
- Esta competição é destinada a atletas Federados.
- Este Campeonato destina-se a atletas masculinos e femininos do escalão de infantis e Iniciados. As provas extras são para os escalões de juvenis, juniores e seniores. Os atletas benjamins só podem participar nos 60m, comprimento e 600m. Os restantes escalões (juvenis, juniores e seniores) para além de poderem participar nas provas para si destinadas, como explícito no programa-horário, poderão participar em todas as provas assinaladas com a letra a).
- Cada atleta pode participar em três provas.
- Serão elaboradas classificações individuais. Ao melhor atleta de cada disciplina do escalão de infantis e iniciados será atribuída uma medalha, correspondente ao Campeonato Distrital.
- A participação de todos os atletas estará subordinada ao Regulamento Geral de Competições.
- A altura inicial da fasquia será combinada, entre os juízes e os atletas, no local da prova.
- As inscrições deverão ser enviadas para a AACB até ao dia 5 de maio de 2022.

**Castelo Branco, 28 de abril de 2022**

**O Director Técnico**

**Luís Oliveira**



**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO**

## **Campeonato Distrital de Iniciados + Infantis + Provas Extra**

**Local: Castelo Branco**

**07-05-2022**

### **PROGRAMA-HORÁRIO**

| <b>Hora</b> | <b>Prova</b>      | <b>Escalão</b>     | <b>Sexo</b> | <b>Obs.</b> |
|-------------|-------------------|--------------------|-------------|-------------|
| 15:00       | Peso              | Iniciados+Infantis | Fem         | a)          |
|             | Vara              | Iniciados          | Mas/Fem     | a)          |
|             | Comprimento       | Iniciados+Infantis | Masc        | a)          |
| 15:10       | 100mBar           | Iniciados          | Masc        |             |
| 15:25       | 80mBar            | Iniciados          | Fem         |             |
| 15:35       | 60mBar            | Infantis           | Masc        |             |
| 15:45       | 60mBar            | Infantis           | Fem         |             |
|             | Peso              | Iniciados+Infantis | Masc        | a)          |
|             | Comprimento       | Benj.              | Mas/Fem     |             |
| 15:55       | 100m              | Juv, Jun, Sen      | Fem         | EXTRA       |
| 16:05       | 100m              | Juv, Jun, Sen      | Masc        | EXTRA       |
| 16:10       | 60m               | Inf,Benj           | Masc        |             |
| 16:20       | 60m               | Inf,Benj           | Fem         |             |
| 16:35       | Altura            | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | Disco             | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | 80m               | Iniciados          | Masc        |             |
| 16:45       | 80m               | Iniciados          | Fem         |             |
| 17:00       | 150m              | Infantis           | Masc        |             |
| 17:05       | 150m              | Infantis           | Fem         |             |
| 17:10       | 400m              | Juv, Jun, Sen      | Masc        | EXTRA       |
| 17:20       | 400m              | Juv, Jun, Sen      | Fem         | EXTRA       |
| 17:35       | Dardo             | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | Quádruplo Salto   | Iniciados+Infantis | Masc        |             |
|             | Quádruplo Salto   | Iniciados+Infantis | Fem         |             |
|             | 250mBar           | Iniciados          | Masc        |             |
| 17:45       | 250mBar           | Iniciados          | Fem         |             |
| 18:00       | 250m              | Inic               | Masc        |             |
| 18:05       | 250m              | Inic               | Fem         |             |
| 18:15       | Martelo           | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     | a)          |
|             | Comprimento       | Iniciados+Infantis | Fem         | a)          |
|             | 800m              | Iniciados          | Masc        | a)          |
| 18:20       | 800m              | Iniciados          | Fem         | a)          |
| 18:30       | 600m              | Inf,Benj           | Mas/Fem     |             |
| 18:40       | 1500m Obstáculos  | Iniciados          | Masc        |             |
| 18:50       | 1500m Obstáculos  | Iniciados          | Fem         |             |
| 19:00       | 3000/4000m marcha | Iniciados+Infantis | Mas/Fem     |             |
|             | 1500m             | Iniciados          | Masc        | a)          |
|             | 1500m             | Iniciados          | Fem         | a)          |

**NOTA: O programa-horário poderá ser antecipado, caso não compareçam atletas para provas marcadas no horário.**

Quintal S. Marcos, 19, 1º 6000-146 Castelo Branco  
Tel./Fax: 272341753 Email: cbranco@fpatletismo.org  
[www.aacb.net](http://www.aacb.net)



## **Regulamento**

- Esta é uma competição realizada pela Associação de Atletismo de Castelo Branco.
- Esta competição é destinada a atletas Federados.
- Este Campeonato destina-se a atletas masculinos e femininos do escalão de infantis e Iniciados. As provas extras são para os escalões de juvenis, juniores e seniores. Os atletas benjamins só podem participar nos 60m, comprimento e 600m. Os restantes escalões (juvenis, juniores e seniores) para além de poderem participar nas provas para si destinadas, como explícito no programa-horário, poderão participar em todas as provas assinaladas com a letra a).
- Cada atleta pode participar em três provas.
- Serão elaboradas classificações individuais. Ao melhor atleta de cada disciplina do escalão de infantis e iniciados será atribuída uma medalha, correspondente ao Campeonato Distrital.
- A participação de todos os atletas estará subordinada ao Regulamento Geral de Competições.
- A altura inicial da fasquia será combinada, entre os juízes e os atletas, no local da prova.
- As inscrições deverão ser enviadas para a AACB até ao dia 5 de maio de 2022.

**Castelo Branco, 28 de abril de 2022**

**O Director Técnico**

**Luís Oliveira**