



## ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO

**Km Jovem Distrital + Provas Extra**

**Local: Castelo Branco – Zona de Lazer**

**21 de abril de 2018**

### PROGRAMA-HORÁRIO

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Obs.
15:30	Salto em Altura	Ini, Juv, Jun, Sen	M	Prova Extra
	Lançamento do Peso	Ini, Juv, Jun, Sen	F	Prova Extra
	Salto em Comprimento	Inf	M/F	Prova Extra
	Salto em Comprimento	Benj	M/F	Prova Extra
16:15	Salto em Altura	Ini, Juv, Jun, Sen	F	Prova Extra
	Lançamento do Peso	Inf	M/F	Prova Extra
	Salto em Comprimento	Ini, Juv, Jun, Sen	M	Prova Extra
17:00	Salto em Altura	Inf	M/F	Prova Extra
	Lançamento do Peso	Ini, Juv, Jun, Sen	M	Prova Extra
	Salto em Comprimento	Ini, Juv, Jun, Sen	F	Prova Extra
17:20	Lançamento do Martelo	Inf, Ini, Juv, Jun, Sen	M/F	Prova Extra
17:40	600 metros	Benj	M/F	Prova Extra
17:45	Lançamento do Dardo	Inf, Ini, Juv, Jun, Sen	M/F	Prova Extra
	Km Jovem (séries)	Inf, Ini, Juv, Jun, Sen	M/F	
18:15	3000 m	Juv, Jun, Sen	M/F	Prova Extra

**Observação:** As séries do Km Jovem serão constituídas em função dos atletas presentes.

### Regulamento

- Esta é uma competição realizada pela Associação de Atletismo de Castelo Branco.
- Esta competição é destinada a atletas Federados.
- Esta prova destina-se a atletas masculinos e femininos de todos os escalões.
- Os atletas poderão participar, no máximo, em três provas. O atleta que correu 1000 metros não poderá participar, posteriormente, no lançamento do dardo.
- Nos saltos e lançamentos só são permitidos quatro ensaios.
- Cada escalão lançará com o seu respectivo engenho como está definido no regulamento geral de provas.

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



## **ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO**

- Esta prova terá classificações individuais.
- Os casos omissos serão resolvidos pela organização de acordo com os Regulamentos próprios.
- As inscrições deverão ser enviadas para a AACB até ao dia 19 de abril de 2018.

**Castelo Branco, 28 de março de 2018**

**O Director Técnico**

**Luís Oliveira**