



# Associação Desportos Ilha do Faial

## 2ª Fase Apuramento Atleta Completo

Horta

2013

quinta-feira, 28 de Fevereiro de 2013

| <i>Hora Início</i> | <i>Prova</i>                                        | <i>Obs:</i>            |
|--------------------|-----------------------------------------------------|------------------------|
| <b>18:15</b>       | 60 Metros Planos INF <b>M</b> Final                 |                        |
| <b>18:18</b>       | 60 Metros Planos INF <b>F</b> Final                 |                        |
| <b>18:21</b>       | 80 Metros Planos INI <b>M</b> Final                 |                        |
| <b>18:24</b>       | 80 Metros Planos INI <b>F</b> Final                 |                        |
| <b>18:27</b>       | 200 Metros JUV <b>F</b> Final                       |                        |
| <b>18:30</b>       | 200 Metros JUN a VET <b>M</b> Prova Extra           |                        |
| <b>18:35</b>       | Salto em Comprimento JUN a SEM <b>F</b> Prova Extra | Tabua de Chamada - 1 m |
| <b>18:35</b>       | Salto em Comprimento JUN a SEM <b>M</b> Prova Extra | Tabua de Chamada - 1 m |
| <b>18:35</b>       | Salto em Comprimento INF a JUV <b>F</b> Final       | Tabua de Chamada - 1 m |
| <b>18:35</b>       | Salto em Comprimento INF a JUV <b>M</b> Final       | Tabua de Chamada - 1 m |
| <b>19:05</b>       | 1.000 Metros INF <b>F</b> Final                     |                        |
| <b>19:05</b>       | 1.000 Metros INF a JUV <b>M</b> Final               |                        |
| <b>19:05</b>       | 800 Metros INI a JUV <b>F</b> Final                 |                        |
| <b>19:15</b>       | 1.500 Metros JUN a SEM <b>F</b> Prova Extra         |                        |
| <b>19:15</b>       | 1.500 Metros JUN a SEM <b>M</b> Prova Extra         |                        |
| <b>19:25</b>       | 100 Metros planos JUV <b>M</b> Final                |                        |



# Associação Desportos Ilha do Faial

## 2ª Fase Apuramento Atleta Completo

Horta

2013

sexta-feira, 1 de Março de 2013

| <i>Hora Início</i> | <i>Prova</i>         |           |                      | <i>Obs:</i>                                                                                      |
|--------------------|----------------------|-----------|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>18:15</b>       | 60 M Barr.Inf.M/F-76 | INF       | <b>M</b> Final       | 5 Barr - Altura Barr. - 0.76 - 1ª Barr (13.00 m) / Entre Barr. (8.50 m) / Ultima Barr (13.00 m)  |
| <b>18:18</b>       | 60 M Barr.Inf.M/F-76 | INF       | <b>F</b> Final       | 6 Barr. - Altura Barr. - 0.76 - 1ª Barr (11.50 m) / Entre Barr. (7.00 m) / Ultima Barr (13.50 m) |
| <b>18:21</b>       | 80 M Barreiras-0,76  | INI       | <b>F</b> Final       | 8 Barr - Altura Barr. - 0.76 - 1ª Barr (12.00 m) / Entre Barr. (8.00 m) / Ultima Barr (12.00 m)  |
| <b>18:24</b>       | 100 M Barreiras-0.84 | INI       | <b>M</b> Final       | 10 Barr - Altura Barr. - 0.84 - 1ª Barr (13.00 m) / Entre Barr. (8.50 m) / Ultima Barr (10.50 m) |
| <b>18:27</b>       | 100 M Barreiras-0.76 | JUV       | <b>F</b> Final       | 10 Barr - Altura Barr. - 0.76 - 1ª Barr (13.00 m) / Entre Barr. (8.50 m) / Ultima Barr (10.50 m) |
| <b>18:30</b>       | 110 M Barreiras-0.91 | JUV       | <b>M</b> Final       | 10 Barr - Altura Barr. - 0.91 - 1ª Barr (13.72 m) / Entre Barr. (9.14 m) / Ultima Barr (14.02 m) |
| <b>18:35</b>       | Tripla Salto         | JUV a VET | <b>M</b> Prova Extra | Tabua de Chamada - Juv (9 m ) - Jun/Vet (11 m)                                                   |
| <b>18:35</b>       | Tripla Salto         | JUV a VET | <b>F</b> Prova Extra | Tabua de Chamada - Juv (9 m ) - Jun/Vet (11 m)                                                   |
| <b>19:05</b>       | 300 Metros Planos    | JUV       | <b>M</b> Final       |                                                                                                  |
| <b>19:10</b>       | 400 Metros Planos    | JUN a VET | <b>M</b> Prova Extra |                                                                                                  |
| <b>19:15</b>       | 400 Metros Planos    | JUN a VET | <b>F</b> Prova Extra |                                                                                                  |
| <b>19:20</b>       | 3.000 Metros         | JUN a VET | <b>F</b> Prova Extra |                                                                                                  |
| <b>19:20</b>       | 3.000 Metros         | JUN a VET | <b>M</b> Prova Extra |                                                                                                  |



# Associação Desportos Ilha do Faial

## 2ª Fase Apuramento Atleta Completo

Horta

2013

sábado, 2 de Março de 2013

| <i>Hora Início</i> | <i>Prova</i>                                       | <i>Obs:</i>                                                                             |
|--------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| 10:00              | Salto em Altura JUN a SEM <b>F</b> Prova Extra     | JUN - 1.20/1.25/1.30/1.35/1.40 + 3 cm / SEM - 1.20/1.25/1.30/1.35/1.40 + 3 cm           |
| 10:00              | Salto em Altura INF <b>M</b> Prova Extra           | INF - 1.00/1.05/1.10/1.15/1.20/1.25 + 3 cm                                              |
| 10:00              | Salto em Altura JUV <b>F</b> Final                 | JUV - 1.10/1.15/1.20/1.25/1.30/1.35 + 3 cm                                              |
| 10:00              | Salto em Altura INI <b>M</b> Final                 | INIC - 1.10/1.15/1.20/1.25/1.30 + 3 cm                                                  |
| 10:00              | Salto em Altura JUN a SEM <b>M</b> Prova Extra     | JUN - 1.45/1.50/1.55/1.60/1.65/1.70 + 3 cm / SEM - 1.45/1.50/1.55/1.60/1.65/1.70 + 3 cm |
| 10:00              | Salto em Altura JUV <b>M</b> Final                 | JUV - 1.20/1.25/1.30/1.35/1.40 + 3 cm                                                   |
| 10:00              | Salto em Altura INF <b>F</b> Prova Extra           | INF - 0.90/0.95/1.00/1.05/1.10/1.15/1.18 + 3 cm                                         |
| 10:00              | Salto em Altura INI <b>F</b> Final                 | INIC - 1.05/1.10/1.15/1.20 + 3 cm                                                       |
| 11:00              | Lançamento Peso-4Kg JUN a SEM <b>F</b> Prova Extra |                                                                                         |
| 11:00              | Lançamento Peso-7.26 JUN <b>M</b> Prova Extra      |                                                                                         |
| 11:00              | Lançamento Peso-6Kg JUN <b>M</b> Prova Extra       |                                                                                         |
| 11:00              | Lançamento Peso-5Kg JUV <b>F</b> Final             |                                                                                         |
| 11:00              | Lançamento Peso-4Kg INI <b>M</b> Final             |                                                                                         |
| 11:00              | Lançamento Peso-3Kg INI a JUV <b>F</b> Final       |                                                                                         |
| 11:30              | Lançamento Peso-2Kg INF <b>F</b> Final             |                                                                                         |
| 11:30              | Lançamento Peso-3Kg INF <b>M</b> Final             |                                                                                         |
| 12:00              | Dardo 400 Gr INF <b>F</b> Prova Extra              |                                                                                         |
| 12:00              | Dardo 500 Gr INF <b>M</b> Prova Extra              |                                                                                         |
| 12:00              | Dardo 500 Gr INI <b>F</b> Final                    |                                                                                         |
| 12:00              | Dardo 600 Gr INI <b>M</b> Final                    |                                                                                         |
| 12:00              | Dardo 700 Gr JUV <b>M</b> Final                    |                                                                                         |
| 12:00              | Dardo 500 Gr JUV <b>F</b> Final                    |                                                                                         |
| 12:00              | Dardo 600 Gr JUN a VET <b>F</b> Prova Extra        |                                                                                         |
| 12:00              | Dardo 800 Gr JUN a VET <b>M</b> Prova Extra        |                                                                                         |



# Associação Desportos Ilha do Faial

## 2ª Fase Apuramento Atleta Completo

Horta

2013

### ***Regulamento***

- 1 *Poderão participar nesta competição todos os atletas devidamente filiados na ADIF ou numa Associação congénere*
- 2 *Só serão consideradas as inscrições remetidas através de formulário próprio, por fax, email ou entregue nos serviços administrativos da ADIF, até à data final de inscrição*
- 3 *No caso da falta de cumprimento da alínea anterior não serão consideradas as inscrições na competição*
- 4 *Na prova do Salto em comprimento e Triplo os atletas terão apenas direito a 3 tentativas*
- 5 *Nas provas de lançamentos os atletas terão apenas direito a 3 lançamentos*
- 6 *Sendo uma competição composta por 2 fases de apuramento, será apenas considerada para a classificação individual e colectiva os atletas que tenham participado nas duas fases e que tenham realizado todas as provas que compõem o Atleta Completo Regional*
- 7 *A melhor pontuação das duas fases de apuramento de cada atleta é que contará para atribuição da classificação individual e colectiva final*
- 8 *A classificação geral individual será para os escalões de Infantis, Iniciados e Juvenis*
- 9 *A classificação individual obter-se-á pelo somatório das pontuações das várias provas, utilizando a tabela de provas combinadas*
- 10 *A classificação colectiva é obtida pelo somatório dos três primeiros classificados de cada clube nos escalões de Infantis, Iniciados e Juvenis*
- 11 *Será entregue uma taça ao clube primeiro classificado quer no sexo masculino como feminino*
- 12 *Data Final de Inscrição: 26/02/2013*