

Guia Rápido de Consulta para Juiz Atletismo 2005/2006

Escalão	Ano Nascimento
Benj A	97/98/99
Benj B	95/96
Infantil	93/94
Iniciado	91/92
Juvenil	89/90
Junior	87/88
Senior	86 e antes
Sub 23	84/85/86
Vet I	35-39
Vet II	40-44
Vet III	45-49
Vet IV	50-54
Vet V	55-59
Vet VI	60-64

Provas	Medição da velocidade do vento
100 m,60 m,60m bar,80m	10 segundos
100/110m bar,80m bar	13 segundos
200 m	10 segundos (à entrada do 1º atleta na reta da meta)
Comprimento	5 segundos (inicio da contagem a 40 m da tábua)
Tripo Salto	5 segundos (inicio da contagem a 35 m da tábua)

Contagem de voltas	
1000 m - Partida 200m + 2 voltas	5000 m - Partida 200m + 12 voltas
1500 m - Partida 300m + 3 voltas	10000 m - 25 voltas
2000 m - 5 voltas	3000 m obst - 28 passagens obst / 7 vala água
3000 m - Partida 200m + 7 voltas	2000 m obst - 18 passagens obst / 5 vala água

Peso / Martelo / Disco - Sector 34,92º(distância 12m entre 2 pontos a 20m centro circulo)
Dardo - Cerca 29º(distância 20m entre 2 pontos a 40m ponto central pista balanço)

Peso dos Engenhos

Sénior M	Sénior F	Júnior M	Júnior F	Juvenil M	Juvenil F	Iniciado M	Iniciado F	Infantil M	Infantil F
Peso- 7.260 Kg	Peso- 4 Kg	Peso- 6Kg	Peso- 4 Kg	Peso- 5Kg	Peso- 3Kg	Peso- 4Kg	Peso- 3Kg	Peso- 3Kg	Peso- 2Kg
Dardo- 800g	Dardo- 600g	Dardo- 800g	Dardo- 600g	Dardo- 700g	Dardo- 600g	Dardo- 400g	Dardo- 400g	Arrem.Bola- 164g	Arrem.Bola- 164g
Disco- 2Kg	Disco- 1Kg	Disco- 1.750Kg	Disco- 1Kg	Disco- 1.5Kg	Disco- 1Kg	Disco- 1Kg	Disco- 0.750Kg		
Martelo- 7.260Kg	Martelo- 4Kg	Martelo- 6 Kg	Martelo- 4Kg	Martelo- 5Kg	Martelo- 3Kg	Martelo- 4Kg	Martelo- 3Kg		

INTERVALO DE TEMPOS PARA CONCURSOS						
Nº de atletas em prova	VERTICAIS				HORIZONTAIS	
	Salto em altura		Salto com vara		Todas as provas	
	Individuais	Combinadas	Individuais	Combinadas	Individuais/Combinadas	
1	3 m		5 m			
2 ou 3	1 m e 30 s		2 m		1 m	
+ de 3	1 m					
Ensaio consecutivo	2 m		3 m		2 m	

Escalão	Distância	Nº barreiras	Altura Barr.	Distância 1ª B	Distância entre B.	Distância última B. meta
Infantil (m)	60m	6	0.76m	12m	7.5m	10.50m
Infantil (f)	60m	6	0.76m	12m	7m	13m
Iniciado (m)	100m	10	0.84m	13m	8.5m	10.5m
	300m	7	0.76m	50m	35m	40m
Iniciado(f)	80m	8	0.76m	12m	8m	12m
	300m	7	0.76m	50m	35m	40m
Juvenil(m)	110m	10	0.914m	13.72m	9.14m	14.02m
	400m	10	0.84m	45m	35m	40m
Juvenil(f)	100m	10	0.76m	13m	8.5m	10.5m
	400m	10	0.76m	45m	35m	40m
Júnior(m)	110m	10	0.99m	13.72m	9.14m	14.02m
	400m	10	0.914m	45m	35m	40m
Júnior(f)	100m	10	0.84m	13m	8.5m	10.5m
	400m	10	0.76m	45m	35m	40m
Sénior(m)	110m	10	1.067m	13.72m	9.14m	14.02m
	400m	10	0.914m	45m	35m	40m
Sénior (f)	100m	10	0.84m	13m	8.5m	10.5m
	400m	10	0.76m	45m	35m	40m