



## CAMPEONATOS NACIONAIS INVERNO ANDDI PROVAS PREPARAÇÃO

**7 de março de 2020 –15:00 horas**

Complexo Desportivo de Lousada

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
<b>15h00</b>	<b>100m Cadeira Rodas</b>			
	<b>60m</b>	<b>Desen./S.Down</b>	<b>Fem</b>	<b>ANDDI</b>
	<b>60m</b>	<b>Sen A</b>	<b>Fem</b>	<b>ANDDI</b>
	60m	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	Prova Preparação
	<b>L. Peso</b>	<b>Sen A /Desen./S.Down</b>	<b>Fem/Mas</b>	<b>ANDDI – 7.260kg/4kg/3kg – (4 ten.)</b>
	Altura	Sen A/Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	ANDDI / Prova Preparação
	<b>Comprimento</b>	<b>Sen A/Juv/Jun/Sen/Vet</b>	<b>Fem</b>	<b>ANDDI / Prova Preparação (setor 1)</b>
	<b>Dardo</b>	<b>Sen A/Desen./S.Down</b>	<b>Fem/Mas</b>	<b>ANDDI 800g/600g / 400g - (4 tent.)</b>
<b>15h15</b>	<b>60m</b>	<b>Desen./S.Down</b>	<b>Mas</b>	<b>ANDDI</b>
	<b>60m</b>	<b>Sen A</b>	<b>Mas</b>	<b>ANDDI</b>
	60m	Juv/Jun/Sen/Vet	Mas	Prova Preparação
<b>15h30</b>	<b>200m</b>	<b>Desen./S.Down</b>	<b>Fem</b>	<b>ANDDI</b>
	<b>200m</b>	<b>Sen A</b>	<b>Fem</b>	<b>ANDDI</b>
	200m	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	Prova Preparação
<b>15h50</b>	<b>200m</b>	<b>Desen./S.Down</b>	<b>Mas</b>	<b>ANDDI</b>
	<b>200m</b>	<b>Sen A</b>	<b>Mas</b>	<b>ANDDI</b>
	200m	Juv/Jun/Sen/Vet	Mas	Prova Preparação
<b>16h10</b>	<b>200m Cadeira de Rodas</b>			
	<b>1500m</b>	<b>Sen A/Desen./S.Down</b>	<b>Fem</b>	<b>ANDDI</b>
	1500m	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	Prova Preparação
<b>16h30</b>	Altura	Sen A/Juv/Jun/Sen/Vet	Mas	ANDDI / Prova Preparação
	<b>Comprimento</b>	<b>Sen A/Juv/Jun/Sen/Vet</b>	<b>Mas</b>	<b>ANDDI / Prova Preparação (setor 1)</b>
	<b>Comprimento</b>	<b>Desen./S.Down</b>	<b>Fem/Mas</b>	<b>ANDDI – S/ Tábua chamada (setor 2)</b>
	<b>Disco</b>	<b>Sen A/Desen./S.Down</b>	<b>Fem/Mas</b>	<b>ANDDI 2kg/1kg / 750g - (4 tent.)</b>
	<b>1500m</b>	<b>Sen A/Desen./S.Down</b>	<b>Mas</b>	<b>ANDDI</b>
	1500m	Juv/Jun/Sen/Vet	Mas	Prova Preparação
<b>16h50</b>	<b>400m</b>	<b>Desen./S.Down</b>	<b>Fem</b>	<b>ANDDI</b>
	<b>400m</b>	<b>Sen A</b>	<b>Fem</b>	<b>ANDDI</b>
	400m	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	Prova Preparação
<b>17h10</b>	<b>400m</b>	<b>Desen./S.Down</b>	<b>Mas</b>	<b>ANDDI</b>
	<b>400m</b>	<b>Sen A</b>	<b>Mas</b>	<b>ANDDI</b>
	400m	Juv/Jun/Sen/Vet	Mas	Prova Preparação
<b>17h30</b>	<b>1500m Marcha</b>	<b>Sen A/Desen./S.Down</b>	<b>Fem</b>	<b>ANDDI</b>
	<b>1500m Marcha</b>	<b>Sen A/Desen./S.Down</b>	<b>Mas</b>	<b>ANDDI</b>
<b>17h50</b>	<b>Estafeta 4x100m</b>	<b>Sen A/Desen./S.Down</b>	<b>Fem</b>	<b>ANDDI</b>
	<b>Estafeta 4x100m</b>	<b>Sen A/Desen./S.Down</b>	<b>Mas</b>	<b>ANDDI</b>



## Regulamento

1. O CAMPEONATO NACIONAL INVERNO ANDDI destinam-se exclusivamente a atletas portadores de Deficiência Intelectual. Decorrerá em simultaneamente provas de preparação da AAPorto, destinadas aos seus filiados, a escolas e a outras Associações Distritais.
2. No Torneio ANDDI, cada atleta só poderá participar em 3 (três) provas.
3. Os atletas que participam nas Provas de Preparação só podem realizar 2 (duas) provas.
4. Os atletas Juvenis que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 300 metros, não poderão participar posteriormente nessa jornada noutra corrida, prova de marcha ou concurso.
5. No caso de um atleta juvenil participar num concurso, que se realize antes de uma corrida de distância igual ou superior a 300 metros em que participe, não poderá participar nos ensaios que ainda faltem no concurso.
6. Os atletas da ANDDI dos escalões Seniores A, Desenvolvimento e Síndrome de Down, efetuam 4 tentativas nos concursos de lançamentos.
7. Os atletas da ANDDI dos escalões Desenvolvimento e Síndrome de Down, efetuam 3 tentativas no concurso de salto em comprimento, nem saltam com tábua de chamada, contando neste caso o último apoio efetuado antes do salto, não efetuam partidas de blocos.
8. Nas provas de preparação as inscrições deverão ser efetuadas na plataforma <https://www.portugalathleticsresults.pt/> , até ao dia 5 março, e devem ser confirmadas até 30 (trinta) minutos de antecedência relativamente ao horário previsto.