



# Associação de Atletismo de Braga

## Torneio de Natal

Braga

Parque Exposições

2015

domingo, 21 de Dezembro de 2014

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>	<i>Obs:</i>
09:30	60 Metros Planos Ben-A a Ben-B <b>F</b> Serie	
09:30	Salto em Comprimento Ben-A a Ini <b>F</b> Final	Tábua 2 Metros
09:30	Salto em Altura Inf a Ini <b>M</b> Final	1,10 - 1,15 (+5cm) - 1,25 - 1,28 (+3cm)
09:30	Lançamento Peso-2Kg Ben-A a Inf <b>F</b> Final	
09:30	Lançamento Peso-2Kg Ben-A <b>M</b> Final	
09:50	60 Metros Planos Ben-A a Ben-B <b>M</b> Serie	
10:10	60 Metros Planos Inf a Ini <b>F</b> Serie	
10:30	60 Metros Planos Inf a Ini <b>M</b> Serie	
10:30	Lançamento Peso-3Kg Ini <b>F</b> Final	
10:30	Lançamento Peso-3Kg Ben-B a Inf <b>M</b> Final	
10:50	600 Metros Ben-A a Ben-B <b>F</b> Serie	
11:00	Salto em Comprimento Ben-A a Ini <b>M</b> Final	Tábua 2 Metros
11:00	Salto em Altura Inf a Ini <b>F</b> Final	1,00 - 1,05 (+5cm) - 1,20 - 1,23 (+3cm)
11:05	600 Metros Ben-A a Ben-B <b>M</b> Serie	
11:20	1.000 Metros Inf a Ini <b>F</b> Serie	
11:30	1.000 Metros Inf a Ini <b>M</b> Serie	
11:40	150 Metros Ben-A a Inf <b>F</b> Serie	
11:45	Lançamento Peso-4Kg Ini <b>M</b> Final	
11:55	150 Metros Ben-A a Inf <b>M</b> Serie	
12:10	250 Metros Planos Ini <b>F</b> Serie	
12:20	250 Metros Planos Ini <b>M</b> Serie	



**GASÓLEO**  
**AO**  
**DOMICÍLIO**

**AQUECIMENTO**  
**AGRÍCOLA**  
**RODOVIÁRIO**

**Silva Domingues, L.<sup>da</sup>**  
**TELEF. 253 696 000**  
**BRAGA**



# Associação de Atletismo de Braga

## Torneio de Natal

Braga

Parque Exposições

2015

### Regulamento

- 1 *Competição a disputar no Parque de Exposições de Braga, no dia 21 de dezembro de 2014.*
- 2 *Competição destinada a atletas dos escalões etários Benjamins A, Benjamins B, Infantis e Iniciados, do âmbito Federado, Escolas, Militar e INATEL.*
- 3 *Cada atleta poderá participar em 2 (duas) provas.*
- 4 *Nos Saltos Horizontais, caso estejam mais de 15 (quinze) atletas em competição, os atletas apenas terão direito a efetuar 4 (quatro) ensaios.*
- 5 *As inscrições para os atletas da Zona Norte ( Braga-Porto-Viana-Vila Real- Bragança) deverão ser efetuadas no local da Prova, no Secretariado da Competição, em ficha própria, com 30 (trinta) minutos de antecedência relativamente ao horário previsto, com indicação do primeiro e último nome do atleta, ano de nascimento, e utilização obrigatória do DORSAL ÚNICO da sua Associação.  
As restantes Associações externas à Zona Norte deverão solicitar autorização prévia, até dia 17/12/2014, para miguelcaldas@aabraga.pt*
- 6 *Nas inscrições os atletas deverão utilizar as siglas atribuídas pela FPA para a designação do Clube. Caso não pertençam à AAB deverão ainda indicar a Associação Distrital a que pertencem.*
- 7 *Os atletas deverão ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para correta colocação do dorsal.*
- 8 *Em qualquer um dos escalões (Benjamins a Juvenis), no caso de um atleta se encontrar a participar numa eliminatória de uma prova de corrida ou concurso, que se realize antes da corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior à sua distância limite, não poderá participar posteriormente nos ensaios que ainda faltem no concurso ou na final que se realizem após esta prova.*
- 9 *Os atletas Benjamins e Infantis que participem numa corrida de distância igual ou superior a 150 metros não podem participar em mais nenhuma corrida que se dispute posteriormente nessa jornada. No entanto, os atletas que participem numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros não podem participar em mais nenhuma prova (marcha, concurso ou corrida) que se dispute posteriormente nessa jornada.*
- 10 *Os atletas Iniciados que participem numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 250m, não poderão participar em mais nenhuma corrida, prova de marcha ou concurso dessa jornada que se venha a realizar posteriormente, podendo participar noutras que se realizem antes.*
- 11 *Os atletas da AA Braga deverão realizar a competição com o seu Dorsal Pessoal, caso não o possuam deverão solicitar o mesmo à AA Braga. Todos os atletas deverão ter também o seguro desportivo devidamente atualizado.*
- 12 *Os atletas ou Clubes interessados em receber diretamente informações sobre eventuais alterações a esta competição, deverão informar antecipadamente esta Associação, da intenção da sua participação.*
- 13 *Este comunicado e as suas eventuais alterações poderão ser consultados na Internet no endereço :  
[www.aabraga.pt](http://www.aabraga.pt)*
- 14 *Os escalões etários a vigorar até 31 de dezembro de 2014 são os seguintes:  
Benjamins A: Atletas nascidos em 2005, 2006 e 2007  
Benjamins B: Atletas nascidos em 2003 e 2004;  
Infantis: Atletas nascidos em 2001 e 2002;  
Iniciados: Atletas nascidos em 1999 e 2000;  
Juvenis: Atletas nascidos em 1997 e 1998;  
Juniões: Atletas nascidos em 1995 e 1996;  
Seniores: Atletas nascidos em 1994 ou antes;  
Veteranos: A partir do dia em que realizam 35 anos.*



**GASÓLEO**  
**AO**  
**DOMICÍLIO**

**AQUECIMENTO**  
**AGRÍCOLA**  
**RODOVIÁRIO**

**Silva Domingues, L.<sup>da</sup>**  
**TELEF. 253 696 000**  
**BRAGA**