



Associação de Atletismo de Braga

Provas Preparação

Braga

Estádio 1º de Maio

2017

domingo, 30 de Abril de 2017

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>			<i>Obs:</i>
09:30	60 M Barr.Inf.M/F-76	Ben-B a Inf	F Serie	0,76m (12.00 / 7.00 / 13.00)
09:30	Salto em Altura	Ben-B a Juv	F Final	1.00 - 1.05 - (+5cm) - 1.30 - 1.33 - (+3cm)
09:30	Salto em Comprimento	Ben-A a Ini	F Final	Tábua 2 Metros - 3 Ensaios
09:30	Lançam.Martelo-2Kg	Ben-B a Inf	F Final	Centro Lançamentos Dr. Braga Anjos
09:30	Lançam.Martelo-3Kg	Ini a Juv	F Final	Centro Lançamentos Dr. Braga Anjos
09:30	Lançam.Martelo-4Kg	Jun a Sen	F Final	Centro Lançamentos Dr. Braga Anjos
09:35	60 M Barr.Inf.M/F-76	Ben-B a Inf	M Serie	0,76m (12.00 / 7.50 / 12.50)
09:45	80 M Barreiras-0,76	Ini	F Serie	0,76m (12,00 / 8,50 / 13,00)
09:55	100 M Barreiras-0.76	Juv	F Serie	0,76m (13.00 / 8.50 / 10.50)
09:55	100 M Barreiras-0.84	Jun a Sen	F Serie	0,84m (13,00 / 8,50 / 10,50)
10:00	100 M Barreiras-0.84	Ini	M Serie	0,84m (13,00 / 8,50 / 10,50)
10:05	110 M Barreiras-0.91	Juv	M Serie	0,91m (13.72 / 9.14 / 14.02)
10:05	110 M Barreiras-1.00	Jun	M Serie	1,00m (13.72 / 9.14 / 14.02)
10:05	110 M Barreiras-1.06	Sen	M Serie	1,06m (13.72 / 9.14 / 14.02)
10:10	60 Metros	Ben-A a Ben-B	F Serie	
10:15	Lançam.Martelo-2Kg	Ben-A a Ben-B	M Final	Centro Lançamentos Dr. Braga Anjos
10:15	Lançam.Martelo-3Kg	Inf	M Final	Centro Lançamentos Dr. Braga Anjos
10:15	Lançam.Martelo-4Kg	Ini	M Final	Centro Lançamentos Dr. Braga Anjos
10:15	Lançam.Martelo-5Kg	Juv	M Final	Centro Lançamentos Dr. Braga Anjos
10:15	Lançam.Martelo-6Kg	Jun	M Final	Centro Lançamentos Dr. Braga Anjos
10:15	Lançam.Martelo-7,26K	Sen	M Final	Centro Lançamentos Dr. Braga Anjos
10:25	60 Metros	Ben-A a Ben-B	M Serie	
10:30	Salto em Comprimento	Ben-A a Ini	M Final	Tábua 2 Metros - 3 Ensaios
10:40	100 Metros	Juv a Sen	F Serie	
10:50	100 Metros	Juv a Sen	M Serie	
11:00	800 Metros	Juv a Sen	F Serie	
11:00	Salto em Altura	Ben-B a Juv	M Final	1.10 - 1.15 - (+5cm) - 1.50 - 1.53 - (+3cm)
11:00	Disco 0.6 Kg	Ben-A a Inf	F Final	Centro Lançamentos Dr. Braga Anjos
11:00	Disco 0,750 Kg	Ini	F Final	Centro Lançamentos Dr. Braga Anjos
11:00	Disco 1 Kg	Juv a Sen	F Final	Centro Lançamentos Dr. Braga Anjos
11:10	800 Metros	Juv a Sen	M Serie	
11:20	1.500 Mt.Obstáculos	Ini	F Serie	0,76m
11:30	1.500 Mt.Obstáculos	Ini	M Serie	0,76m
11:30	Salto em Comprimento	Juv a Sen	F Final	Tábua 2 Metros - 3 Ensaios
11:40	600 Metros	Ben-A a Inf	F Serie	
11:45	Disco 0,750 Kg	Ben-A a Inf	M Final	Centro Lançamentos Dr. Braga Anjos
11:45	Disco 1 Kg	Ini	M Final	Centro Lançamentos Dr. Braga Anjos
11:45	Disco 1.5 Kg	Juv	M Final	Centro Lançamentos Dr. Braga Anjos
11:45	Disco 1.750 Kg	Jun	M Final	Centro Lançamentos Dr. Braga Anjos
11:45	Disco 2 KgS	Sen	M Final	Centro Lançamentos Dr. Braga Anjos
11:50	600 Metros	Ben-A a Inf	M Serie	
12:00	3.000 Metros	Juv a Sen	F Serie	

Nrº 1747014

21-Abril-2017



GASÓLEO
AO
DOMICÍLIO

AQUECIMENTO
AGRÍCOLA
RODOVIÁRIO

Silva Domingues, L.ª
TELEF. 253 696 000
BRAGA



Associação de Atletismo de Braga

Provas Preparação

Braga

Estádio 1º de Maio

2017

12:10 3.000 Metros Juv a Sen **M** Serie

12:20 200 Metros Juv a Sen **F** Serie

12:30 200 Metros Juv a Sen **M** Serie

REPSOL



GASÓLEO
AO
DOMICÍLIO

— [—
AQUECIMENTO
AGRÍCOLA
RODOVIÁRIO

Silva Domingues, L.^{da}

TELEF. 253 696 000

BRAGA



Associação de Atletismo de Braga

Provas Preparação

Braga

Estádio 1º de Maio

2017

Regulamento

- 1 *Competição a disputar na Pista de Atletismo do Estádio 1º de Maio, em Braga, no dia 30 de abril de 2017.*
- 2 *As Provas de Preparação destinam-se a atletas de todos os escalões etários e de todos os âmbitos desportivos.*
- 3 *Cada atleta poderá participar em 2 (duas) provas*
- 4 *Nos Saltos Horizontais serão efetuados 3 ensaios para cada atleta. Nos lançamentos, a decisão será tomada pela organização, de acordo com o número de atletas inscritos.*
- 5 *As inscrições deverão ser efetuadas no local da Prova, no Secretariado da Competição, em ficha própria, com 30 (trinta) minutos de antecedência relativamente ao horário previsto, e com indicação do primeiro e último nome do atleta, ano de nascimento e nº do BI / CC. Os atletas da AA Braga que já possuam dorsal pessoal da época transata/pista coberta, podem utiliza-lo na presente época desportiva. Caso não o possuam devem solicitá-lo no Secretariado da Competição.*
- 6 *Nas inscrições os atletas deverão utilizar as siglas atribuídas pelas FPA. Caso não pertencam à AAB deverão ainda indicar qual a Associação a que pertencem*
- 7 *Os atletas deverão ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para correta colocação do dorsal*
- 8 *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.*
- 9 *Os atletas Iniciados que participem numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 250 metros, 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.*
- 10 *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*
- 11 *Os atletas Juniores que participarem numa corrida de distância igual ou superior a 1500m , não poderão realizar mais nenhuma corrida nessa jornada, independentemente da ordem das provas.*
- 12 *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*
- 13 *A organização da competição reserva-se ao direito de antecipar o programa horário em pelo menos 20 (vinte) minutos, caso o desenrolar da competição assim o necessite. Esta antecipação será anunciada com pelo menos 50 (cinquenta) minutos relativamente ao horário original.*
- 14 *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.*
- 15 *Este comunicado e as suas eventuais alterações poderão ser consultados na Internet no endereço :
www.aabraga.pt*



GASÓLEO
AO
DOMICÍLIO

AQUECIMENTO
AGRÍCOLA
RODOVIÁRIO

Silva Domingues, L.ª
TELEF. 253 696 000
BRAGA



Associação de Atletismo de Braga

Provas Preparação

Braga

Estádio 1º de Maio

2017

- 16 *Os escalões etários para a época de 2017 são os seguintes:*
Benjamins A: Atletas nascidos em 2008, 2009 e 2010
Benjamins B: Atletas nascidos em 2006 e 2007;
Infantis: Atletas nascidos em 2004 e 2005;
Iniciados: Atletas nascidos em 2002 e 2003;
Juvenis: Atletas nascidos em 2000 e 2001;
Juniiores: Atletas nascidos em 1998 e 1999;
Seniores: Atletas nascidos em 1997 ou antes;
Veteranos: A partir do dia em que realizam 35 anos.
- 17 *O participante, ao proceder à inscrição nesta competição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada nas filmagens/fotografia que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais da competição.*



GASÓLEO
AO
DOMICÍLIO

—

AQUECIMENTO
AGRÍCOLA
RODOVIÁRIO

Silva Domingues, L.^{da}
TELEF. 253 696 000
BRAGA