



# Associação de Atletismo de Braga

## Provas de Preparação

Braga

Parque Exposições

2007

sábado, 10 de Fevereiro de 2007

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>	<i>Obs:</i>
15:30	60 Metros Planos JUV/SEN <b>F</b> Eliminatória	Apuram para a Final os atletas com os 8 melhores tempos das Eliminatórias
15:30	Salto em Comprimento JUV/SEN <b>F</b> Final	
15:30	Salto em Altura INI/SEN <b>M</b> Final	1,20 m -1,25-1,30 ...(+5 cm) ...1,75-1,78...(+3cm)...
15:30	Lançamento Peso-4Kg INI <b>M</b> Final	
15:30	Lançamento Peso-4Kg JUN/SEN <b>F</b> Final	
15:40	60 Metros Planos JUV/SEN <b>M</b> Eliminatória	Apuram para a Final os atletas com os 8 melhores tempos das Eliminatórias
15:50	60 M Barr.Inf.M/F-76 BEN-A/INF <b>F</b> Serie	
15:55	60 M Barr.Inf.M/F-76 BEN-A/INF <b>M</b> Serie	
16:00	60 M Barr.Ini.Fem-76 INI <b>F</b> Serie	
16:05	60 M Barr.Ini.Mas-84 INI <b>M</b> Serie	
16:10	60 M Barr.Juv.Fem-76 JUV <b>F</b> Serie	
16:15	60 M Barr.Juv.Mas-91 JUV <b>M</b> Serie	
16:15	Salto em Comprimento JUV/SEN <b>M</b> Final	
16:15	Lançamento Peso-5Kg JUV <b>M</b> Final	
16:15	Lançamento Peso-6Kg JUN <b>M</b> Final	
16:15	Lançamento Peso-7.26 SEN <b>M</b> Final	
16:20	60 M Barreiras-0.84 JUN/SEN <b>F</b> Serie	
16:25	60 M Barr.Jun.M.1,00 JUN <b>M</b> Serie	
16:30	60 M Barreiras-1.06 SEN <b>M</b> Serie	
16:30	Salto em Altura INI/SEN <b>F</b> Final	1,10 m -1,15-1,20 ...(+5 cm) ...1,45-1,48...(+3cm)...
16:40	60 Metros Planos BEN-A/INF <b>F</b> Serie	
16:45	60 Metros Planos BEN-A/INF <b>M</b> Serie	
16:50	60 Metros Planos INI <b>F</b> Serie	
16:55	60 Metros Planos INI <b>M</b> Serie	
17:00	60 Metros Planos JUV/SEN <b>F</b> Final	
17:00	Salto em Comprimento BEN-A/INI <b>F</b> Final	Os atletas realizarão somente 3 ensaios
17:00	Lançamento Peso-2Kg BEN-A/INF <b>F</b> Final	
17:00	Lançamento Peso-2Kg BEN-A <b>M</b> Final	
17:05	60 Metros Planos JUV/SEN <b>M</b> Final	
17:15	1.500 Metros INI <b>F</b> Serie	
17:25	1.500 Metros INI <b>M</b> Serie	
17:35	1.500 Metros JUV/SEN <b>F</b> Serie	
17:45	1.500 Metros JUV/SEN <b>M</b> Serie	
17:45	Salto em Comprimento BEN-A/INI <b>M</b> Final	Os atletas realizarão somente 3 ensaios
17:45	Lançamento Peso-3Kg INF <b>M</b> Final	
17:45	Lançamento Peso-3Kg INI/JUV <b>F</b> Final	
17:55	600 Metros BEN-A/INF <b>F</b> Serie	
18:00	600 Metros BEN-A/INF <b>M</b> Serie	
18:10	200 Metros JUV/SEN <b>F</b> Serie	
18:20	200 Metros JUV/SEN <b>M</b> Serie	
18:30	4X200 Metros JUV/SEN <b>F</b> Serie	
18:35	4X200 Metros JUV/SEN <b>M</b> Serie	



### **Regulamento**

- 1 *Competição a disputar no Palácio de Exposições de Braga, no dia 10 de Fevereiro de 2007.*
- 2 *Competição destinada a atletas de todos os escalões, federados, de Escolas e do Inatel.*
- 3 *Cada atleta só pode participar em 2 (duas) provas .*
- 4 *Os atletas Benjamins e Infantis que participem na corrida de 600 m não poderão participar noutra corrida,. Os atletas Iniciados e Juvenis que participarem numa corrida de distância igual ou superior a 1000 m , não poderão realizar mais nenhuma corrida nessa jornada, independentemente da ordem das provas.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.*
- 5 *As inscrições deverão ser realizadas no local da Prova, no Secretariado da Competição, em ficha própria, com 30 minutos de antecedência relativamente ao horário previsto e com indicação do 1º e último nome do atleta, ano de nascimento e nº do BI.*
- 6 *Nas inscrições, os atletas no local destinado ao Clube deverão utilizar a sigla atribuída pela FPA e no caso de não pertencerem á AAB deverão ainda indicar no canto superior direito da ficha qual a Associação a que pertencem.*
- 7 *Os atletas deverão ser portadores de pelo menos, 3 alfinetes, para garantir a correcta colocação do dorsal.*
- 8 *Os atletas ou Clubes interessados em receber directamente informações sobre eventuais alterações a esta competição, deverão informar antecipadamente esta Associação, da intenção da sua participação.*
- 9 *Este comunicado e as suas eventuais alterações poderão ser consultados na Internet no endereço : [www.aabraga.pt](http://www.aabraga.pt)*
- 10 *Os escalões etários para a época 2006/2007 são:*
  - Benjamins: Atletas nascidos em 1996-97-98-99-2000*
  - Infantis: Atletas nascidos em 1994 e 1995*
  - Iniciados: Atletas nascidos em 1992 e 1993*
  - Juvenis: Atletas nascidos em 1990 e 1991*
  - Juniores: Atletas nascidos em 1988 e 1989*
  - Seniores: Atletas nascidos em 1987 ou antes*