



Associação de Atletismo de Braga

Provas Preparação

Braga

Estádio 1º de Maio

2007

sábado, 14 de Abril de 2007

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>	<i>Obs:</i>
15:00	60 Metros Planos BEN-A/INF F Serie	
15:00	Salto em Altura BEN-A/INI M Final	1,10 - (+ 4cm) 1,34 (+ 3cm)
15:00	Salto em Comprimento JUV/SEN F Final	Tábua 2 Metros
15:00	Lançamento Peso-2Kg BEN-A/INF F Final	
15:05	60 Metros Planos BEN-A/INF M Serie	
15:10	80 Metros Planos INI F Serie	
15:15	80 Metros Planos INI M Serie	
15:20	100 Metros planos JUV/SEN F Serie	
15:20	Lançamento Peso-3Kg BEN-A/INF M Final	
15:20	Lançamento Peso-3Kg INI/JUV F Final	
15:25	100 Metros planos JUV/SEN M Serie	
15:30	Salto em Altura BEN-A/INI F Final	1,00 - (+ 4cm) 1,24 (+ 3cm)
15:30	Salto em Comprimento JUV/SEN M Final	Tábua 2 Metros
15:35	400 Metros Planos JUN/SEN F Serie	
15:40	400 Metros Planos JUN/SEN M Serie	
15:40	Lançamento Peso-4Kg INI M Final	
15:40	Lançamento Peso-4Kg JUN/SEN F Final	
15:50	1.000 Metros BEN-A/INF F Serie	
15:55	1.000 Metros BEN-A/INF M Serie	
16:00	1.000 Metros INI F Serie	
16:00	Salto em Altura JUV/SEN M Final	1,30 - (+ 4cm) 1,54 (+ 3cm)
16:00	Salto em Comprimento BEN-A/INI F Final	Tábua 2 Metros
16:05	1.000 Metros INI M Serie	
16:15	1.500 Metros JUV/SEN F Serie	
16:20	Dardo 800 Gr JUN/SEN M Final	
16:25	1.500 Metros JUV/SEN M Serie	
16:30	Salto em Altura JUV/SEN F Final	1,20 - (+ 4cm) 1,44 (+ 3cm)
16:30	Salto em Comprimento BEN-A/INI M Final	Tábua 2 Metros
16:35	200 Metros JUV/SEN F Serie	
16:40	200 Metros JUV/SEN M Serie	
16:40	Dardo 600 Gr JUV/SEN F Final	
16:40	Dardo 600 Gr INI M Final	
16:50	5.000 Metros JUN/SEN F Serie	
17:10	Dardo 500 Gr INI F Final	
17:15	5.000 Metros JUN/SEN M Serie	
17:35	10.000 Metros SEN F Serie	
18:25	10.000 Metros SEN M Serie	



Regulamento

- 1 *Competição a disputar no Estádio 1º de Maio, em Braga, no dia 14 de Abril 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 em corridas iguais ou superiores a 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*
- 10 *Nesta Competição será realizado conjuntamente o Campeonato da Légua (5000 metros) e Dupla Légua (10000 metros) do Inatel.*
- 11 *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*