



# Associação de Atletismo de Braga

## Provas Preparação

Braga

Estádio 1º de Maio

2007

sábado, 21 de Abril de 2007

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>	<i>Obs:</i>
16:30	110M Barreiras-1.00 JUN M Serie	
16:30	Salto em Altura JUV/SEN M Final	1,40 - 1,45 (+ 5 cm) ... 1,70 - 1,73 (+ 3 cm)
16:30	Salto em Comprimento INI/SEN F Final	Tábua 2 Metros
16:30	Dardo 400 Gr BEN-A/INF F Final	
16:30	Dardo 400 Gr BEN-A/INF M Final	
16:40	60 Metros Planos BEN-A/INF F Serie	
16:45	60 Metros Planos BEN-A/INF M Serie	
16:55	80 Metros Planos INI F Serie	
17:00	80 Metros Planos INI M Serie	
17:00	Salto em Comprimento BEN-A/INI M Final	Tábua 2 Metros
17:10	100 Metros planos JUV/SEN F Serie	
17:15	100 Metros planos JUV/SEN M Serie	
17:15	Salto em Altura BEN-A/INI F Final	1,00 - 1,05 (+ 5 cm) ... 1,20 - 1,23 (+ 3 cm)
17:15	Lançamento Peso-3Kg INI/JUV F Final	
17:15	Lançamento Peso-4Kg INI M Final	
17:15	Lançamento Peso-4Kg JUN/SEN F Final	
17:25	600 Metros BEN-A/INF F Serie	
17:30	600 Metros BEN-A/INF M Serie	
17:30	Salto em Comprimento JUV/SEN M Final	Tábua 2 Metros
17:40	800 Metros JUV/SEN F Serie	
17:45	800 Metros JUV/SEN M Serie	
17:45	Lançamento Peso-7.26 SEN M Final	
17:55	1.500 Metros INI F Serie	
18:00	1.500 Metros INI M Serie	
18:00	Salto em Altura JUV/SEN F Final	1,20 - 1,25 (+ 5 cm) ... 1,40 - 1,43 (+ 3 cm)
18:00	Triplo Salto JUV/SEN F Final	Tábua 9 Metros
18:10	250 Metros Planos INI F Serie	
18:15	250 Metros Planos INI M Serie	
18:25	3.000 Metros JUV/SEN F Serie	
18:30	Triplo Salto JUV/SEN M Final	Tábua 11 Metros
18:30	Dardo 800 Gr JUN/SEN M Final	
18:30	Dardo 600 Gr JUV/SEN F Final	
18:35	3.000 Metros JUV/SEN M Serie	
18:45	300 Metros Planos JUV/SEN F Serie	
18:50	300 Metros Planos JUV/SEN M Serie	



### **Regulamento**

- 1 *Competição a disputar no Estádio 1º de Maio, em Braga, no dia 21 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 *Nos Saltos Horizontais, caso estejam mais de doze (12) atletas em competição, os atletas apenas terão direito a efectuarem três (3) ensaios.*
- 5 *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.*
- 6 *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.*
- 7 *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.*
- 8 *Os atletas deverão ser portadores de pelo menos, 3 alfinetes, para garantir a correcta colocação do dorsal.*
- 9 *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.*
- 10 *Este comunicado e as suas eventuais alterações poderão ser consultados na Internet no endereço : [www.aabraga.pt](http://www.aabraga.pt)*
- 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*