



# Associação de Atletismo de Braga

## Provas Preparação

Braga

Parque Exposições

2008

sábado, 22 de Dezembro de 2007

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>	<i>Obs:</i>
15:30	60 M Barr.Ini.Fem-76 <i>INI F</i> Serie	0,76 cm - 12.00 / 8.00 / 8.00
15:30	Salto Com Vara <i>JUV/SEN M</i> Final	Altura e Incremento da Fasquia a definir no local
15:30	Lançamento Peso-7.26 <i>JUN/SEN M</i> Final	
15:30	Lançamento Peso-5Kg <i>JUV M</i> Final	
15:30	Salto em Comprimento <i>JUV/SEN F</i> Final	Tábua 2 Metros
15:40	60 M Barreiras-0.84 <i>JUN/SEN F</i> Serie	0,84 cm - 13.00 / 8.50 / 13.00
15:50	60 Metros Planos <i>BEN-A/INF F</i> Serie	
16:00	60 Metros Planos <i>BEN-A/INF M</i> Serie	
16:00	Salto em Altura <i>INF/JUV F</i> Final	1,10 - 1,15 (+5 cm) - 1.40 - 1.43 (+3 cm)
16:10	60 Metros Planos <i>INI F</i> Serie	
16:15	Lançamento Peso-4Kg <i>JUN/SEN F</i> Final	
16:15	Lançamento Peso-4Kg <i>INI M</i> Final	
16:15	Salto em Comprimento <i>JUV/SEN M</i> Final	Tábua 2 Metros
16:20	60 Metros Planos <i>INI M</i> Serie	
16:30	60 Metros Planos <i>JUV/SEN F</i> Serie	
16:40	60 Metros Planos <i>JUV/SEN M</i> Serie	
16:50	1.000 Metros <i>BEN-A/INF F</i> Serie	
17:00	1.000 Metros <i>BEN-A/INF M</i> Serie	
17:00	Salto Com Vara <i>JUV/SEN F</i> Final	Altura e Incremento da Fasquia a definir no local
17:00	Lançamento Peso-3Kg <i>INI F</i> Final	
17:00	Lançamento Peso-3Kg <i>INF M</i> Final	
17:10	1.500 Metros <i>INI F</i> Serie	
17:15	Triplo Salto <i>JUV/SEN F</i> Final	Tábua 9 Metros
17:15	Salto em Altura <i>INF/JUV M</i> Final	1.20 - 1.25 (+5 cm) 1.60 - 1.63 (+3 cm)
17:20	1.500 Metros <i>INI M</i> Serie	
17:30	1.500 Metros <i>JUV/SEN F</i> Serie	
17:40	1.500 Metros <i>JUV/SEN M</i> Serie	
17:45	Lançamento Peso-2Kg <i>BEN-A/INF F</i> Final	
17:45	Lançamento Peso-2Kg <i>BEN-A M</i> Final	
17:45	Triplo Salto <i>JUV/SEN M</i> Final	Tábua 11 Metros
17:50	400 Metros Planos <i>JUV/SEN F</i> Serie	
18:00	400 Metros Planos <i>JUV/SEN M</i> Serie	



# Associação de Atletismo de Braga

## Provas Preparação

Braga

Parque Exposições

2008

### *Regulamento*

- 1 *Competição a disputar no Parque de Exposições de Braga, no dia 22 de Dezembro 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 à 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 2007/2008 são:  
Benjamins: Atletas nascidos em 1997-98-99-00-2001  
Infantis: Atletas nascidos em 1995 e 1996  
Iniciados: Atletas nascidos em 1993 e 1994  
Juvenis: Atletas nascidos em 1991 e 1992  
Juniores: Atletas nascidos em 1989 e 1990  
Seniores: Atletas nascidos em 1988 ou antes*