



Associação de Atletismo de Braga

Provas Preparação

Braga

Parque Exposições

2008

sábado, 26 de Janeiro de 2008

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>		<i>Obs:</i>
15:30	60 M Barr.Ini.Fem-76	INI F Serie	0,76 cm - 12.00 / 8.00 / 8.00
15:30	Lançamento Peso-5Kg	JUV M Final	
15:30	Salto em Comprimento	BEN-A/INI F Final	Tábua 2 Metros
15:30	Salto Com Vara	JUV/SEN M Final	Altura inicial e incremento a definir no local
15:40	60 M Barreiras-0.84	JUN/SEN F Serie	0,84 cm - 13.00 / 8.50 / 13.00
15:50	60 M Barreiras-0.91	JUV M Serie	0,91 cm - 13.72 / 9.14 / 9.72
16:00	60 M Barreiras-1.06	JUN/SEN M Serie	1,06 cm - 13.72 / 9.14 / 9.72
16:10	60 Metros Planos	BEN-A/INF F Serie	
16:15	Lançamento Peso-3Kg	INI/JUV F Final	
16:15	Lançamento Peso-3Kg	BEN-A/INF M Final	
16:15	Salto em Comprimento	JUV/SEN F Final	Tábua 2 Metros
16:20	60 Metros Planos	BEN-A/INF M Serie	
16:30	60 Metros Planos	INI F Serie	
16:30	Salto em Altura	BEN-A/INI F Final	1.00, 1.05 (+ 5 cm) 1.25, 1.28 (+ 3 cm)
16:35	60 Metros Planos	INI M Serie	
16:40	60 Metros Planos	JUV/SEN F Serie	
16:45	60 Metros Planos	JUV/SEN M Serie	
16:55	1.000 Metros	BEN-A/INF F Serie	
17:00	Lançamento Peso-4Kg	JUN/SEN F Final	
17:00	Lançamento Peso-4Kg	INI M Final	
17:00	Salto em Comprimento	BEN-A/INI M Final	Tábua 2 Metros
17:05	1.000 Metros	BEN-A/INF M Serie	
17:15	800 Metros	JUV/SEN F Serie	
17:20	800 Metros	JUV/SEN M Serie	
17:30	800 Metros	INI F Serie	
17:30	Salto em Altura	BEN-A/INI M Final	1.10, 1.05 (+ 5 cm) 1.30, 1.33 (+ 3 cm)
17:35	800 Metros	INI M Serie	
17:45	300 Metros Planos	JUV F Serie	
17:45	Lançamento Peso-2Kg	BEN-A/INF F Final	
17:45	Salto em Comprimento	JUV/SEN M Final	Tábua 2 Metros
17:50	300 Metros Planos	JUV M Serie	
18:00	400 Metros Planos	JUN/SEN F Serie	
18:05	400 Metros Planos	JUN/SEN M Serie	
18:10	3.000 Metros	JUV/SEN F Serie	
18:20	3.000 Metros	JUV/SEN M Serie	



Regulamento

- 1 *Competição a disputar no Palácio de Exposições de Braga, no dia 26 de Janeiro de 2008.*
- 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 à AAB deverão ainda indicar no canto superior direito da ficha qual a Associação a que pertencem.*
- 7 *Nos Saltos Horizontais, caso estejam mais de 15 atletas em competição, só poderão efectuar 3 ensaios.*
- 8 *Os melhores tempos a indicar nas fichas de inscrição deverão corresponder somente à época actual ou anterior e poderão abranger a Pista Coberta e Ar Livre.*
- 9 *Os atletas deverão ser portadores de pelo menos, 3 alfinetes, para garantir a correcta colocação do dorsal.*
- 10 *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.*
- 11 *Este comunicado e as suas eventuais alterações poderão ser consultados na Internet no endereço : www.aabraga.pt*
- 12 *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*