



Associação de Atletismo de Braga

Provas Preparação

Braga

Estádio 1º de Maio

2009

sábado, 27 de Junho de 2009

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>	<i>Obs:</i>
16:00	50 Metros Ben-A/BEN-B F Serie	
16:00	Salto em Comprimento INF/INI F Final	Tábua 2 Metros
16:00	Dardo 600 Gr JUV/SEN F Final	
16:00	Lançamento Peso-3Kg INF M Final	
16:00	Lançamento Peso-7.26 SEN M Final	
16:00	Salto em Altura JUV/SEN F Final	1.30 - 1.35 - 1.40 (+5 cm)
16:05	50 Metros Ben-A/BEN-B M Serie	
16:15	60 Metros Planos INF F Serie	
16:20	60 Metros Planos INF M Serie	
16:30	80 Metros Planos INI F Serie	
16:35	80 Metros Planos INI M Serie	
16:45	100 Metros planos JUV/SEN F Serie	
16:45	Salto em Comprimento INF/INI M Final	Tábua 2 Metros
16:45	Disco 1 Kg JUV/SEN F Final	
16:45	Lançamento Peso-6Kg JUN M Final	
16:45	Lançamento Peso-4Kg INI M Final	
16:55	100 Metros planos JUV/SEN M Serie	
17:05	600 Metros Ben-A/INF F Serie	
17:10	600 Metros Ben-A/INF M Serie	
17:20	800 Metros INI F Serie	
17:25	800 Metros INI M Serie	
17:30	Salto em Comprimento JUV/SEN F Final	Tábua 2 Metros
17:30	Disco 1.750 Kg JUN M Final	
17:30	Lançamento Peso-4Kg JUN/SEN F Final	
17:30	Lançamento Peso-2Kg INF F Final	
17:30	Salto em Altura JUV/SEN M Final	1.50 - 1.55 - 1.60 (+5 cm)
17:35	800 Metros JUV/SEN F Serie	
17:40	800 Metros JUV/SEN M Serie	
17:50	3.000 Mt. Obstáculos JUN/SEN F Serie	
18:05	3.000 Mt. Obstáculos JUN/SEN M Serie	
18:15	200 Metros JUV/SEN F Serie	
18:15	Salto em Comprimento JUV/SEN M Final	Tábua 2 Metros
18:15	Salto Com Vara JUV/SEN M Final	4.00 - 4.10 - 4.20 (+10 cm)
18:15	Lançamento Peso-3Kg INI/JUV F Final	
18:20	200 Metros JUV/SEN M Serie	
18:30	3.000 Metros JUV/SEN F Serie	
18:40	3.000 Metros JUV/SEN M Serie	
18:50	400 Metros Planos JUV/SEN F Serie	
18:55	400 Metros Planos JUV/SEN M Serie	



Associação de Atletismo de Braga

Provas Preparação

Braga

Estádio 1º de Maio

2009

Regulamento

- 1 *Competição a disputar no Estádio 1º de Maio, no dia 27 de Junho de 2009.*
- 2 *A presente competição destina-se a atletas de todos os escalões, Federados, de Escolas e do Inatel.*
- 3 *Cada atleta só pode participar em 2 (duas) provas.*
- 4 *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 primeiro e último nome do atleta, ano de nascimento e nº do BI.*
- 5 *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.*
- 6 *Os atletas deverão ser portadores de pelo menos, 3 alfinetes, para garantir a correcta colocação do dorsal.*
- 7 *Os atletas Infantis que participem numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros não podem participar em mais nenhuma prova que se dispute posteriormente nessa jornada.*
- 8 *Os atletas Iniciados que participem numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 800 metros não podem participar em mais nenhuma prova que se dispute posteriormente nessa jornada.*
- 9 *Os atletas Juvenis que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 800 metros, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha que se dispute posteriormente nessa jornada.*
- 10 *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.*
- 11 *Haverá lugar a classificações distintas por escalão, quando na mesma hora de competição estejam mencionadas em linhas diferentes do comunicado, provas do mesmo tipo.*
- 12 *Nos Saltos Horizontais, caso estejam mais de 12 atletas (exclusivé), os atletas terão direito a efetuar 4 ensaios. Caso estejam mais de 18 atletas (exclusivé), os atletas terão direito a efetuar 3 ensaios.*
- 13 *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.*
- 14 *Este comunicado e as suas eventuais alterações poderão ser consultados na Internet no endereço: www.aabraga.pt*
- 15 *Os escalões etários para a época 2008/2009 são: Benjamins: Atletas nascidos em 1998-99-00-01-2002 Infantis: Atletas nascidos em 1996 e 1997 Iniciados: Atletas nascidos em 1994 e 1995 Juvenis: Atletas nascidos em 1992 e 1993 Juniores: Atletas nascidos em 1990 e 1991 Seniores: Atletas nascidos em 1989 ou antes*