



# Associação de Atletismo de Braga

## VII Torneio Lançamentos

Guimarães

Pista de Atletismo Gemeos Castro

2010

sábado, 15 de Maio de 2010

| <i>Hora Início</i> | <i>Prova</i>                                   | <i>Obs:</i>   |
|--------------------|--|---|
| 10:00              | Lançam.Martelo-3Kg INI a JUV <b>F</b> Final    | Campeonato Regional Iniciados + Olímpico Jovem Regional Juvenis |
| 10:00              | Lançam.Martelo-4Kg JUN a SEN <b>F</b> Final    |   |
| 10:00              | Lançam.Martelo-4Kg INI <b>M</b> Final          | Campeonato Regional Iniciados                                   |
| 10:00              | Lançam.Martelo-5Kg JUV <b>M</b> Final          | Olímpico Jovem Regional Juvenis                                 |
| 10:00              | Lançam.Martelo-6 Kg JUN <b>M</b> Final         |   |
| 10:00              | Lançam.Martelo-7,26K SEN <b>M</b> Final        |   |
| 10:30              | Lançamento Peso-2Kg BEN-B a INF <b>F</b> Final |   |
| 10:30              | Lançamento Peso-3Kg INI a JUV <b>F</b> Final   |   |
| 10:30              | Lançamento Peso-4Kg JUN a SEN <b>F</b> Final   |   |
| 10:30              | Lançamento Peso-3Kg BEN-B a INF <b>M</b> Final |   |
| 10:30              | Lançamento Peso-4Kg INI <b>M</b> Final         |   |
| 10:30              | Lançamento Peso-5Kg JUV <b>M</b> Final         |   |
| 10:30              | Lançamento Peso-6Kg JUN <b>M</b> Final         |   |
| 10:30              | Lançamento Peso-7.26 SEN <b>M</b> Final        |   |
| 11:00              | Disco 0,750 Kg INI <b>F</b> Final              |   |
| 11:00              | Disco 1 Kg JUV a SEN <b>F</b> Final            |   |
| 11:00              | Disco 1 Kg INI <b>M</b> Final                  |   |
| 11:00              | Disco 1.5 Kg JUV <b>M</b> Final                |   |
| 11:00              | Disco 1.750 Kg JUN <b>M</b> Final              |   |
| 11:00              | Disco 2 KgS SEN <b>M</b> Final                 |   |
| 11:30              | Dardo 400 Gr INF <b>F</b> Final                |   |
| 11:30              | Dardo 500 Gr INI <b>F</b> Final                |   |
| 11:30              | Dardo 600 Gr JUV a SEN <b>F</b> Final          |   |
| 11:30              | Dardo 400 Gr INF <b>M</b> Final                |   |
| 11:30              | Dardo 600 Gr INI <b>M</b> Final                |   |
| 11:30              | Dardo 700 Gr JUV <b>M</b> Final                |   |
| 11:30              | Dardo 800 Gr JUN a SEN <b>M</b> Final          |   |



# Associação de Atletismo de Braga

## VII Torneio Lançamentos

Guimarães

Pista de Atletismo Gemeos Castro

2010

### *Regulamento*

- 1 *Competição a disputar na Pista de Atletismo Gémeos Castro, em Guimarães, no dia 15 de Maio de 2010.*
- 2 *Competição destinada a atletas de todos os escalões Federados, de Escolas e do Inatel.*
- 3 *Encontra-se integrado neste VII Torneio de Lançamentos a prova de Lançamento do Martelo do Campeonato Regional de Infantis e Iniciados e do Torneio Olímpico Jovem.*
- 4 *Cada atleta só pode participar em 2 (duas) provas. Atletas Seniores não apresentam limite no número provas a realizar.*
- 5 *Caso estejam mais de 16 atletas no global de cada competição, estes terão apenas direito a efectuar 4 ensaios.*
- 6 *Os atletas que desejarem participar nesta competição deverão comunicar via email (miguelcaldas@aabraga.pt), ou via fax (253 216 210), o seu intento, até dia 12 de Maio, referindo a prova que desejam efectuar.*
- 7 *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.*
- 8 *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.*
- 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](http://www.aabraga.pt)*
- 12 *Os escalões etários para a presente época desportiva são os seguintes:  
Benjamins: Atletas nascidos em 1999, 2000, 2001, 2002 e 2003;  
Infantis: Atletas nascidos em 1997 e 1998;  
Iniciados: Atletas nascidos em 1995 e 1996;  
Juvenis: Atletas nascidos em 1993 e 1994;  
Juniões: Atletas nascidos em 1991 e 1992;  
Seniores: Atletas nascidos em 1990 ou antes;  
Veteranos: A partir do dia em que faz 35 anos.*