



Associação de Atletismo de Braga
Triatlo Técnico Jovem AAB + Provas Extra

Braga
Parque Exposições

2011

sábado, 8 de Janeiro de 2011

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>		<i>Obs:</i>
15:30	60 M Barreiras-0.91	Juv M Serie	0,91m - 13,72 / 9,14 / 9,72 - Triatlo Juv. Masc.
15:30	Salto em Altura	Juv F Final	1,15 - 1,20 - 1,25 (+5 cm) - Triatlo Juv. Fem.
15:30	Salto em Comprimento	Ini F Final	Tábua 2 Metros - Triatlo Ini. Fem.
15:30	Lançamento Peso-2Kg	Inf F Final	Triatlo Inf. Fem.
15:40	60 M Barr.Jun.M.1,00	Jun M Serie	Prova Extra 1,00m - 13,72 / 9,14 / 9,72
15:50	60 M Barreiras-1.06	Sen M Serie	Prova Extra 1,06m - 13,72 / 9,14 / 9,72
16:00	60 M Barreiras-0.84	Ini M Serie	0,84m - 13,00 / 8,50 / 13,00 - Triatlo Ini. Masc.
16:00	Lançamento Peso-5Kg	Juv M Final	Triatlo Juv. Masc.
16:10	60 M Barr.Inf.M/F-68	Inf M Serie	0,68m - 12,00 / 7,50 / 10,50 - Triatlo Inf. Masc.
16:15	Salto em Comprimento	Ini M Final	Tábua 2 Metros - Triatlo Ini. Masc.
16:20	60 M Barr.Inf.M/F-68	Inf F Serie	0,68m - 12,00 / 7,00 / 13,00 - Triatlo Inf. Fem.
16:30	60 M Barr.Ini.Fem-76	Ini F Serie	0,76m - 12,00 / 8,00 / 8,00 - Triatlo Ini. Fem.
16:30	Lançamento Peso-3Kg	Inf M Final	Triatlo Inf. Masc.
16:40	60 M Barr.Juv.Fem-76	Juv F Serie	0,76m - 13,00 / 8,50 / 13,00 - Triatlo Juv. Fem.
16:45	Salto em Altura	Juv M Final	1.30 - 1.35 - 1.40 (+ 5cm) - Triatlo Juv. Masc.
16:50	60 M Barreiras-0.84	Jun a Sen F Serie	Prova Extra 0,84m - 13,00 / 8,50 / 13,00
17:00	Salto em Comprimento	Inf F Final	Tábua 2 Metros - Triatlo Inf. Fem.
17:00	Lançamento Peso-4Kg	Ini M Final	Triatlo Ini. Masc.
17:00	Lançamento Peso-4Kg	Juv a Sen F Final	Prova Extra (3 ensaios)
17:05	200 Metros	Jun a Sen F Serie	Prova Extra
17:20	200 Metros	Jun a Sen M Serie	Prova Extra
17:30	1.500 Metros	Juv a Sen F Serie	Prova Extra
17:30	Lançamento Peso-3Kg	Ini F Final	Triatlo Ini. Fem.
17:45	1.500 Metros	Juv a Sen M Serie	Prova Extra
17:45	Salto em Comprimento	Inf M Final	Tábua 2 Metros - Triatlo Inf. Masc.
18:00	60 Metros Planos	Jun a Sen F Serie	Prova Extra
18:00	Lançamento Peso-3Kg	Juv F Final	Triatlo Juv. Fem.
18:00	Lançamento Peso-7.26	Sen M Final	Prova Extra (3 ensaios)
18:15	60 Metros Planos	Jun a Sen M Serie	Prova Extra



Associação de Atletismo de Braga

Triatlo Técnico Jovem AAB + Provas Extra

Braga
Parque Exposições

2011

Regulamento

- 1 *Competição a disputar no Palácio de Exposições de Braga, no dia 08 de Janeiro de 2011.*
- 2 *O Triatlo Técnico Jovem é uma Competição de Provas Combinadas destinada a atletas dos escalões de Infantis, Iniciados e Juvenis. As Provas Extra destinam-se unicamente a atletas Juvenis, Juniores e Seniores. Podem participar em ambas as competições atletas Federados, de Escolas e do Inatel.*
- 3 *Atletas do escalão de Juvenis que participem no Triatlo Técnico Jovem, não poderão efectuar as provas extra.*
- 4 *Os atletas do escalão de Benjamins não podem participar nesta Competição.*
- 5 *As inscrições para o Triatlo Técnico Jovem deverão ser enviadas para a AA Braga, até ao dia 06 de Janeiro, com indicação do primeiro e último nome do atleta, o seu Clube, ano de nascimento e nº do BI.*
- 6 *No Triatlo Técnico Jovem serão atribuídas medalhas aos 3 primeiros classificados em cada escalão e sexo, desde que filiados na Associação de Atletismo de Braga.*
- 7 *As inscrições para as Provas Extra 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, o seu Clube, ano de nascimento e nº do BI.*
- 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 de Ar Livre.*
- 9 *Os atletas Juvenis que participarem numa corrida de distância igual ou superior a 1000 m e os Juniores de 1500m, não poderão realizar mais nenhuma corrida nessa jornada, independentemente da ordem das provas.*
- 10 *Os atletas deverão ser portadores de pelo menos, 3 alfinetes, para garantir a correcta colocação do dorsal.*
- 11 *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.*
- 12 *Este comunicado e as suas eventuais alterações poderão ser consultados na Internet no endereço : www.aabraga.pt*
- 13 *Os escalões etários para a época 2010/2011 são:
Infantis: Atletas nascidos em 1998 e 1999
Iniciados: Atletas nascidos em 1996 e 1997
Juvenis: Atletas nascidos em 1994 e 1995
Juniores: Atletas nascidos em 1992 e 1993
Seniores: Atletas nascidos em 1991 ou antes*
- 14 *Os 6 primeiros atletas do Triatlo Técnico da AA Braga, de cada escalão e sexo, serão seleccionados para participar no Triatlo Técnico do Norte, a disputar no próximo dia 15 de Janeiro.*
- 15 *O Triatlo Técnico Jovem da AA Braga, juntamente com o Triatlo Técnico do Norte, são as duas provas de observação privilegiada para a constituição da selecção regional que se fará deslocar à fase nacional, a realizar no dia 5 de Fevereiro em Alpiarça.*