



Associação de Atletismo de Braga
Campeonato Regional Infantis e Juvenis

Braga
Estádio 1º de Maio

2011

sábado, 21 de Maio de 2011

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>				<i>Obs:</i>
15:30	110 M Barreiras-1.06	Jun a Sen	M	Serie	Prova Extra (1,06 - 13,72 / 9,14 / 14,02)
15:30	Salto em Altura	Ben-B a Inf	F	Final	1,00 - 1,05 - (+5cm) - 1,25 - 1,28 - (+3cm)
15:30	Triplo Salto	Ini a Juv	F	Final	Tábua 9 Metros
15:30	Lançamento Peso-2Kg	Ben-B a Inf	F	Final	
15:30	Salto Com Vara	Ini a Juv	M	Final	Altura Inicial e Incremento a Definir no Local
15:35	100 M Barreiras-0.91	Ini a Juv	M	Final	0,91 (13,72 / 9,14 / 14,02)
15:40	100 M Barreiras-0.84	Jun a Sen	F	Serie	Prova Extra (0,84 - 13,00 / 8,50 / 10,50)
15:45	100 M Barreiras-0.76	Ini a Juv	F	Final	0,76 - (13,00 / 8,50 / 10,50)
15:50	60 Metros Planos	Ben-B a Inf	F	Eliminatória	
16:00	60 Metros Planos	Ben-B a Inf	M	Eliminatória	
16:00	Disco 1.5 Kg	Ini a Juv	M	Final	
16:10	100 Metros planos	Ini a Juv	F	Eliminatória	
16:15	Salto em Comprimento	Jun a Sen	F	Final	Prova Extra (Tábua 2 Metros)
16:15	Lançamento Peso-3Kg	Ben-B a Inf	M	Final	
16:20	100 Metros planos	Ini a Juv	M	Eliminatória	
16:30	100 Metros planos	Jun a Sen	F	Serie	Prova Extra
16:30	Salto em Altura	Ini a Juv	F	Final	1,20 - 1,25 - (+5cm) - 1,40 - 1,43 - (+3cm)
16:40	100 Metros planos	Jun a Sen	M	Serie	Prova Extra
16:45	Disco 2 KgS	Jun a Sen	M	Final	Prova Extra
16:50	1.000 Metros	Ben-B a Inf	F	Serie	
16:55	1.000 Metros	Ben-B a Inf	M	Serie	
17:00	800 Metros	Ini a Juv	F	Serie	
17:00	Salto em Comprimento	Ini a Juv	M	Final	Tábua 2 Metros
17:00	Lançamento Peso-3Kg	Ini a Juv	F	Final	
17:05	800 Metros	Jun a Sen	F	Serie	Prova Extra
17:10	800 Metros	Ini a Juv	M	Serie	
17:15	800 Metros	Jun a Sen	M	Serie	Prova Extra
17:20	60 Metros Planos	Ben-B a Inf	F	Final	
17:25	60 Metros Planos	Ben-B a Inf	M	Final	
17:30	100 Metros planos	Ini a Juv	F	Final	
17:30	Salto em Altura	Jun a Sen	F	Final	Prova Extra 1,40 - 1,45 - (+5cm) - 1,60 - 1,63 - (+3cm)
17:30	Dardo 600 Gr	Ini a Juv	F	Final	
17:35	100 Metros planos	Ini a Juv	M	Final	
17:40	2.000 Mt.Obstáculos	Juv	F	Serie	
17:45	Salto em Comprimento	Ben-B a Inf	M	Final	Tábua 2 Metros
17:45	Lançamento Peso-4Kg	Jun a Sen	F	Final	Prova Extra
17:45	Lançamento Peso-7.26	Jun a Sen	M	Final	Prova Extra
17:50	3.000 Metros	Juv	M	Serie	
18:00	300 Metros Planos	Ini a Juv	F	Serie	
18:00	Dardo 600 Gr	Jun a Sen	F	Final	Prova Extra
18:05	300 Metros Planos	Ini a Juv	M	Serie	
18:15	4X60 Metros	Ben-B a Inf	F	Serie	
18:20	4X60 Metros	Ben-B a Inf	M	Serie	
18:25	4X100 Metros Planos	Ini a Juv	F	Serie	
18:30	4X100 Metros Planos	Ini a Juv	M	Serie	
18:40	5.000 Metros	Jun a Sen	M	Serie	Prova Extra



Associação de Atletismo de Braga

Campeonato Regional Infantis e Juvenis

Braga

Estádio 1º de Maio

2011

18:42	<i>3.000 Metros Marcha</i>	Inf	F	Serie	Pistas Exteriores
18:42	<i>3.000 Metros Marcha</i>	Inf	M	Serie	Pistas Exteriores
18:42	<i>5.000 Metros Marcha</i>	Juv	F	Serie	Pistas Exteriores
18:42	<i>5.000 Metros Marcha</i>	Juv	M	Serie	Pistas Exteriores



Associação de Atletismo de Braga
Campeonato Regional Infantis e Juvenis

Braga
Estádio 1º de Maio

2011

domingo, 22 de Maio de 2011

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>			<i>Obs:</i>
09:30	60 M Barr.Inf.M/F-76	Ben-B a Inf	F Final	0,76 (12,00 / 7,00 / 13,00)
09:30	Salto em Altura	Ben-B a Inf	M Final	1,00 - 1,05 - (+5cm) - 1,30 - 1,33 - (+3cm)
09:30	Salto em Comprimento	Ini a Juv	F Final	Tábua 2 Metros
09:30	Salto Com Vara	Ini a Juv	F Final	Altura Inicial e Incremento a Definir no Local
09:40	60 M Barr.Inf.M/F-76	Ben-B a Inf	M Final	0,76 (12,00 / 7,50 / 10,50)
09:45	Lançamento Peso-5Kg	Ini a Juv	M Final	
09:50	2.000 Mt.Obstáculos	Juv	M Serie	
10:00	3.000 Mt.Obstáculos	Jun a Sen	F Serie	Prova Extra
10:15	3.000 Mt.Obstáculos	Jun a Sen	M Serie	Prova Extra
10:25	3.000 Metros	Juv	F Serie	
10:30	Salto em Altura	Ini a Juv	M Final	1,20 - 1,25 - (+5cm) - 1,50 - 1,53 - (+3cm)
10:30	Salto em Comprimento	Jun a Sen	M Final	Prova Extra (Tábua 2 Metros)
10:30	Disco 1 Kg	Ini a Juv	F Final	
10:35	200 Metros	Ini a Juv	F Eliminatória	
10:45	200 Metros	Ini a Juv	M Eliminatória	
10:55	200 Metros	Jun a Sen	F Serie	Prova Extra
11:05	200 Metros	Jun a Sen	M Serie	Prova Extra
11:15	600 Metros	Ben-B a Inf	F Serie	
11:15	Salto em Comprimento	Ben-B a Inf	F Final	Tábua 2 Metros
11:15	Dardo 400 Gr	Ben-B a Inf	F Final	
11:15	Dardo 400 Gr	Ben-B a Inf	M Final	
11:20	600 Metros	Ben-B a Inf	M Serie	
11:25	1.500 Metros	Ini a Juv	F Serie	
11:30	1.500 Metros	Ini a Juv	M Serie	
11:30	Salto em Altura	Jun a Sen	M Final	Prova Extra (1,50 - 1,55 - (+5cm) - 1,80 - 1,83 - (+3cm)
11:40	300 M Barreiras-0,76	Ini a Juv	F Serie	
11:45	300 M Barreiras-0,84	Ini a Juv	M Serie	
11:55	200 Metros	Ini a Juv	F Final	
12:00	200 Metros	Ini a Juv	M Final	
12:00	Tripo Salto	Ini a Juv	M Final	Tábua 9 Metros
12:00	Dardo 700 Gr	Ini a Juv	M Final	
12:05	150 Metros	Ben-B a Inf	F Serie	
12:15	150 Metros	Ben-B a Inf	M Serie	
12:25	4X300 Metros	Ini a Juv	F Serie	
12:30	4X300 Metros	Ini a Juv	M Serie	



Associação de Atletismo de Braga

Campeonato Regional Infantis e Juvenis

Braga
Estádio 1º de Maio

2011

Regulamento

- 1 *Competição a disputar na Pista de Atletismo do Estádio 1º de Maio, em Braga, nos dias 21 e 22 de Maio de 2011.*
- 2 *A presente competição envolve o Campeonato Regional de Infantis e o Campeonato Regional de Juvenis da Associação de Atletismo de Braga.*
- 3 *O Campeonato Regional de Infantis destina-se a atletas dos escalões de Benjamins B (salvo as devidas excepções) e Infantis, filiados na Associação de Atletismo de Braga.
O Campeonato Regional de Juvenis destina-se a atletas dos escalões de Iniciados (salvo as devidas excepções) e Juvenis, filiados na Associação de Atletismo de Braga.*
- 4 *Em ambos os Campeonatos Regionais, cada atleta pode participar em quatro (4) provas, desde que uma delas seja a estafeta, num máximo de duas (2) por dia.*
- 5 *Nas Provas Extra, nomeadamente nos Saltos Horizontais serão tidos em conta os seguintes indicadores:*
 - *Caso estejam menos de 8 atletas, os participantes terão direito a 3+3 ensaios;*
 - *Se estiverem entre 8 a 12 atletas, todos os participantes terão direito a 4 ensaios;*
 - *Se estiverem mais de 12 atletas, os participantes apenas terão direito a 3 ensaios.*
- 6 *Os atletas Benjamins e Infantis que participem numa prova de 150 metros não podem participar em mais nenhuma prova que se dispute posteriormente nessa jornada com excepção da estafeta de 4x 60 metros, podendo participar em provas que se disputem antes.
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, podendo participar em provas que se disputem antes. No caso de estar a participar num concurso que ainda não tenha terminado quando o atleta realiza uma prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros, o atleta não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização dessa prova. No caso de participar na eliminatória de uma prova de velocidade ou barreiras que se realize antes de uma prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros em que o atleta participe, se o atleta for apurado para uma final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final.*
- 7 *Atletas Iniciados que participem numa prova com distâncias entre os 200 e os 300 metros (inclusivé), não podem participar em mais nenhuma prova que se realize posteriormente, com excepção das estafetas curtas. No caso de um atleta se encontrar num concurso, que ainda não tenha terminado, quando o atleta realiza uma prova superior a 800 metros, não pode voltar a participar nesse concurso. A mesma situação se aplica quando o atleta se encontra apurado para uma final posterior a uma prova igual ou superior a 800 metros.*
- 8 *Atletas Juvenis que participem em corridas de distância igual ou superior a 800 metros, não poderão participar noutra corrida nessa jornada, independentemente da ordem de realização, com excepção de provas inferiores ou iguais a 110 metros, desde que estas se efectuem antes. No caso de um atleta se encontrar num concurso, que ainda não tenha terminado, quando o atleta realiza uma prova superior a 800 metros, não pode voltar a participar nesse concurso. A mesma situação se aplica quando o atleta se encontra apurado para uma final posterior a uma prova igual ou superior a 800 metros.*
- 9 *Serão entregues medalhas aos três primeiros classificados da AA Braga, de cada prova relativa ao Campeonato Regional de infantis e Campeonato Regional de Juvenis.*
- 10 *As inscrições para o Campeonato Regional de Infantis e Juvenis deverão ser efectuadas no local da prova, no Secretariado da Competição, em ficha própria, com trinta (30) minutos de antecedência relativamente ao horário previsto, com indicação do primeiro e último do atleta, nº do BI/CC e com indicação do dorsal próprio.*
- 11 *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.*
- 12 *Os atletas deverão ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes, para segurança do dorsal.*
- 13 *Os atletas e Clubes interessados em receber directamente informações sobre eventuais alterações a esta competição, deverão informar antecipadamente esta Associação, da intenção da sua participação.*



Associação de Atletismo de Braga
Campeonato Regional Infantis e Juvenis

Braga
Estádio 1º de Maio

2011

- 14 *Este comunicado e as suas eventuais alterações poderão ser consultadas na internet no endereço: www.aabraga.pt*
- 15 *Os escalões etários para a época 2010/2011 são:*
Benjamins A: Atletas nascidos em 2002, 2003 e 2004;
Benjamins B: Atletas nascidos em 2000 e 2001;
Infantis: Atletas nascidos em 1998 e 1999;
Iniciados: Atletas nascidos em 1996 e 1997;
Juvenis: Atletas nascidos em 1994 e 1995;
Juniiores: Atletas nascidos em 1992 e 1993;
Seniores: Atletas nascidos em 1991 ou antes.