



Associação de Atletismo de Braga

Provas Preparação

Braga

Estádio 1º de Maio

2011

sábado, 9 de Julho de 2011

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>	<i>Obs:</i>
16:00	110 M Barreiras-0.91 Ini a Juv M Serie	0,91m (13,72 / 9,14 / 14,02)
16:00	Salto em Comprimento Juv a Sen M Final	Tábua 2 Metros
16:00	Salto em Altura Juv a Sen F Final	1,20 - 1,25 - (+5cm) - 1,50 - 1,53 - (+3cm)
16:00	Lançamento Peso-5Kg Ini a Juv M Final	
16:10	80 Metros Planos Inf a Ini F Eliminatória	
16:20	80 Metros Planos Inf a Ini M Eliminatória	
16:30	100 Metros planos Juv a Sen F Eliminatória	
16:40	100 Metros planos Juv a Sen M Eliminatória	
16:45	Lançamento Peso-7.26 Jun a Sen M Final	
16:50	1.000 Metros Ben-B a Inf F Serie	
16:55	1.000 Metros Ben-B a Inf M Serie	
17:00	Salto em Comprimento Juv a Sen F Final	Tábua 2 Metros
17:00	Salto em Altura Juv a Sen M Final	1,50 - 1,55 - (+5cm) - 1,80 - 1,83 - (+3cm)
17:05	1.500 Mt.Obstáculos Ini F Serie	
17:15	1.500 Mt.Obstáculos Ini M Serie	
17:20	80 Metros Planos Inf a Ini F Final	
17:25	80 Metros Planos Inf a Ini M Final	
17:30	100 Metros planos Juv a Sen F Final	
17:30	Lançamento Peso-4Kg Ini M Final	
17:30	Lançamento Peso-4Kg Jun a Sen F Final	
17:35	100 Metros planos Juv a Sen M Final	
17:40	800 Metros Juv a Sen F Serie	
17:45	800 Metros Juv a Sen M Serie	
17:55	400 Metros Planos Juv a Sen F Serie	
18:05	400 Metros Planos Juv a Sen M Serie	
18:15	400 M Barreiras-0.76 Juv a Sen F Serie	0.76m (45.00 - 35.00 - 40.00)
18:15	Lançamento Peso-3Kg Inf M Final	
18:15	Lançamento Peso-3Kg Ini a Juv F Final	
18:25	400 M Barreiras-0.91 Juv a Sen M Serie	0.91m (45.00 - 35.00 - 40.00)



Associação de Atletismo de Braga

Provas Preparação

Braga

Estádio 1º de Maio

2011

Regulamento

- 1 *Competição a disputar no Estádio 1º de Maio, em Braga, no dia 09 de Julho de 2011.*
- 2 *Competição destinada a atletas de todos os escalões etários, do âmbito Federado, de Escolas e do INATEL.*
- 3 *Cada atleta poderá participar em 2 (duas) provas.*
- 4 *As inscrições deverão ser efectuadas no local da Prova, no Secretariado da Competição, em ficha própria, com 30 (trinta) 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 deverão utilizar as siglas atribuídas pelas FPA. Caso não pertencam à AAB deverão ainda indicar qual a Associação a que pertencem.*
- 6 *Caso não existam mais de oito atletas nas provas de 80 e 100 metros, será realizada final directa na hora prevista para a final.*
- 7 *Os atletas deverão ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para correcta colocação do seu DORSAL PESSOAL.*
- 8 *Os atletas Iniciados que participem numa prova com distâncias entre os 200 e os 300 metros (inclusive), com ou sem barreiras, não podem participar em mais nenhuma prova que se dispute posteriormente nessa jornada, podendo participar em provas que se disputem antes. 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, 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 800 metros, o atleta não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização dessa prova.*
- 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 nessa jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas, com excepção de provas de velocidade ou barreiras com distâncias iguais ou inferiores a 110 metros, desde que essas provas se disputem antes da prova de corrida ou de marcha de distância igual ou superior a 800 metros onde o atleta participou.*
- 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 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;
Juniões: Atletas nascidos em 1992 e 1993;
Seniores: Atletas nascidos em 1991 ou antes.*