



# Associação de Atletismo de Braga

## VII Torneio Lançamentos

Guimarães

Pista de Atletismo Gemeos Castro

2012

sábado, 26 de Maio de 2012

| <i>Hora Início</i> | <i>Prova</i>                                    | <i>Obs:</i>                                                           |
|--------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| 09:30              | Lançam. Martelo -2Kg Ben-B a Inf <b>F</b> Final |                                                                       |
| 09:30              | Lançam.Martelo-3Kg Ini a Juv <b>F</b> Final     | Torneio Olímpico Jovem AAB (Juvenis)                                  |
| 09:30              | Lançam.Martelo-4Kg Jun a Sen <b>F</b> Final     |                                                                       |
| 09:30              | Lançam.Martelo-3Kg Ben-B a Inf <b>M</b> Final   |                                                                       |
| 09:30              | Lançam.Martelo-4Kg Ini <b>M</b> Final           |                                                                       |
| 09:30              | Lançam.Martelo-5Kg Juv <b>M</b> Final           | Torneio Olímpico Jovem AAB                                            |
| 09:30              | Lançam.Martelo-6 Kg Jun <b>M</b> Final          |                                                                       |
| 09:30              | Lançam.Martelo-7,26K Sen <b>M</b> Final         |                                                                       |
| 09:30              | Salto em Altura Ini <b>M</b> Final              | Prova Aferição Olímpico Jovem (1.40 - 1.45 - 1.50 - 1.54 - 1.58 +4cm) |
| 10:15              | Lançamento Peso-2Kg Ben-B a Inf <b>F</b> Final  |                                                                       |
| 10:15              | Lançamento Peso-3Kg Ini a Juv <b>F</b> Final    |                                                                       |
| 10:15              | Lançamento Peso-4Kg Jun a Sen <b>F</b> Final    |                                                                       |
| 10:15              | Lançamento Peso-3Kg Ben-B a Inf <b>M</b> Final  |                                                                       |
| 10:15              | Lançamento Peso-4Kg Ini <b>M</b> Final          |                                                                       |
| 10:15              | Lançamento Peso-5Kg Juv <b>M</b> Final          |                                                                       |
| 10:15              | Lançamento Peso-6Kg Jun <b>M</b> Final          |                                                                       |
| 10:15              | Lançamento Peso-7.26 Sen <b>M</b> Final         |                                                                       |
| 10:15              | Salto em Altura Ini <b>F</b> Final              | Prova Aferição Olímpico Jovem (1.20 - 1.25 - 1.30 - 1.33 - 1.36 +3cm) |
| 11:00              | Disco 0,750 Kg Ben-B a Ini <b>F</b> Final       |                                                                       |
| 11:00              | Disco 1 Kg Juv a Sen <b>F</b> Final             |                                                                       |
| 11:00              | Disco 0,750 Kg Ben-B a Inf <b>M</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                  |                                                                       |
| 11:00              | Salto em Comprimento Ini a Juv <b>F</b> Final   | Prova Aferição Olímpico Jovem (Tábua 3 Metros)                        |
| 11:30              | Dardo 400 Gr Ben-B a Inf <b>F</b> Final         |                                                                       |
| 11:30              | Dardo 500 Gr Ini a Juv <b>F</b> Final           |                                                                       |
| 11:30              | Dardo 600 Gr Jun a Sen <b>F</b> Final           |                                                                       |
| 11:30              | Dardo 400 Gr Ben-B a 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           |                                                                       |
| 12:00              | 1.500 Mt.Obstáculos Ini <b>F</b> Final          | Prova Aferição Olímpico Jovem                                         |



# Associação de Atletismo de Braga

## VII Torneio Lançamentos

Guimarães

Pista de Atletismo Gemeos Castro

2012

### *Regulamento*

- 1 *Competição a disputar na Pista de Atletismo Gémeos Castro, em Guimarães, no dia 26 de Maio de 2012.*
- 2 *Competição destinada a atletas de todos os escalões Federados, de Escolas e do Inatel.*
- 3 *Cada atleta só pode participar em 2 (duas) provas . Atletas Seniores não apresentam limite do número provas a realizar.*
- 4 *Em situações normais de número de participação de atletas, o número de lançamentos será de 3+3. Caso se verifique uma elevada presença de atletas, o número total de lançamentos por atleta será adequado, pela entidade organizadora, à competição, por forma a evitar atrasos.*
- 5 *Os atletas que desejarem participar nesta competição deverão comunicar via email (miguelcaldas@aabraga.pt), o seu intento, até dia 24 de Maio, referindo a(s) prova(s) que desejam efectuar. Se determinado atleta pretender competir com um engenho que não o do seu escalão específico, deverá mencionar tal facto no momento da inscrição prévia.*
- 6 *As Provas definidas como Provas de Aferição para o Torneio Olímpico Jovem necessitam de pedido de participação prévio a atletas externos à Associação de Atletismo de Braga.*
- 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. ou Dorsal fixo se atribuído.*
- 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. Os atletas filiados na Associação de Atletismo de Braga deverão utilizar os seus dorsais pessoais.*
- 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 época 2011/2012 são:  
Benjamins B: Atletas nascidos em 2001 e 2002;  
Infantis: Atletas nascidos em 1999 e 2000;  
Iniciados: Atletas nascidos em 1997 e 1998;  
Juvenis: Atletas nascidos em 1995 e 1996;  
Juniões: Atletas nascidos em 1993 e 1994;  
Seniores: Atletas nascidos em 1992 ou antes.*