



Associação de Atletismo de Braga  
Campeonato Portugal ANDDI + Provas Preparação

Braga  
Estádio 1º de Maio

2012

sábado, 2 de Junho de 2012

| <i>Hora Início</i> | <i>Prova</i>         |             |                | <i>Obs:</i>  |
|--------------------|----------------------|-------------|----------------|--|
| 15:30              | 100 M Barreiras-0.84 | Juv a Sen   | <b>F</b> Serie | ANDDI + Preparação (0,84 - 13,00 / 8,50 / 10,50)             |
| 15:30              | Salto em Comprimento | Juv a Sen   | <b>F</b> Final | ANDDI + Preparação (Tábua 2 Metros)                          |
| 15:30              | Salto em Altura      | Juv a Sen   | <b>M</b> Final | ANDDI + Preparação (1,25 - 1,30 - +5cm - 1,50 - 1,53 - +3cm) |
| 15:30              | Dardo 600 Gr         | Juv a Sen   | <b>F</b> Final | ANDDI + Preparação   |
| 15:40              | 110 M Barreiras-0.91 | Juv         | <b>M</b> Serie | ANDDI + Preparação (0,91 - 13,72 / 9,14 / 14,02)             |
| 15:50              | 1.500 Metros         | Juv a Sen   | <b>F</b> Serie | ANDDI + Preparação   |
| 16:00              | 1.500 Metros         | Juv a Sen   | <b>M</b> Serie | ANDDI + Preparação   |
| 16:10              | 200 Metros           | Juv a Sen   | <b>F</b> Serie | ANDDI + Preparação   |
| 16:15              | Dardo 800 Gr         | Juv a Sen   | <b>M</b> Final | ANDDI + Preparação   |
| 16:20              | 200 Metros           | Juv a Sen   | <b>M</b> Serie | Provas Preparação  |
| 16:30              | 150 Metros           | Ben-A a Inf | <b>F</b> Serie | Provas Preparação  |
| 16:30              | Salto em Comprimento | Juv a Sen   | <b>M</b> Final | ANDDI + Preparação (Tábua 2 Metros)                          |
| 16:30              | Salto em Altura      | Juv a Sen   | <b>F</b> Final | ANDDI + Preparação (1,10 - 1,15 - +5cm - 1,40 - 1,43 - +3cm) |
| 16:40              | 150 Metros           | Ben-A a Inf | <b>M</b> Serie | Provas Preparação  |
| 16:50              | 250 Metros Planos    | Ini         | <b>F</b> Serie | Provas Preparação  |
| 17:00              | 250 Metros Planos    | Ini         | <b>M</b> Serie | Provas Preparação  |
| 17:00              | Disco 2 KgS          | Juv a Sen   | <b>M</b> Final | ANDDI + Preparação   |
| 17:10              | 100 Metros planos    | Juv a Sen   | <b>F</b> Serie | ANDDI + Preparação   |
| 17:20              | 100 Metros planos    | Juv a Sen   | <b>M</b> Serie | ANDDI + Preparação   |
| 17:30              | 400 Metros Planos    | Juv a Sen   | <b>F</b> Serie | Provas Preparação  |
| 17:30              | Lançamento Peso-4Kg  | Juv a Sen   | <b>F</b> Final | ANDDI + Preparação   |
| 17:40              | 400 Metros Planos    | Juv a Sen   | <b>M</b> Serie | ANDDI + Preparação   |
| 17:45              | Disco 1 Kg           | Juv a Sen   | <b>F</b> Final | ANDDI + Preparação   |
| 17:50              | 4X100 Metros Planos  | Juv a Sen   | <b>F</b> Serie | ANDDI + Preparação   |
| 18:00              | 4X100 Metros Planos  | Juv a Sen   | <b>M</b> Serie | ANDDI + Preparação   |
| 18:00              | Lançamento Peso-7.26 | Juv a Sen   | <b>M</b> Final | ANDDI + Preparação   |
| 18:10              | 5.000 Metros         | Juv a Sen   | <b>M</b> Final | ANDDI (Pista 1)  |
| 18:10              | 5.000 Metros Marcha  | Juv a Sen   | <b>F</b> Final | ANDDI (Pista 5)  |
| 18:10              | 5.000 Metros Marcha  | Juv a Sen   | <b>M</b> Final | ANDDI (Pista 5)  |



Associação de Atletismo de Braga  
Campeonato Portugal ANDDI + Provas Preparação

Braga  
Estádio 1º de Maio

2012

### **Regulamento**

- 1 *Competição a disputar no Estádio 1º de Maio, em Braga, no dia 02 de Junho de 2012.*
- 2 *O Campeonato de Portugal da ANDDI destina-se a atletas filiados na ANDDI.  
As Provas de Preparação destinam-se a atletas de todos os escalões etários, do âmbito Federado, de Escolas e do INATEL.*
- 3 *Nas Provas de Preparação 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, nº do BI / CC e Dorsal Pessoal.*
- 5 *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 qual a Associação a que pertencem.*
- 6 *A organização da competição reserva-se ao direito de antecipar o programa horário em pelo menos 20 (vinte) minutos, caso o desenrolar da competição assim o necessite. Esta antecipação será anunciada com pelo menos 50 (cinquenta) minutos relativamente ao horário original.*
- 7 *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.*
- 8 *Os atletas Juniores que participarem numa corrida de distância igual ou superior a 1500m , não poderão realizar mais nenhuma corrida nessa jornada, independentemente da ordem das provas.*
- 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 época 2011/2012 são:  
Benjamins A: Atletas nascidos em 2003, 2004 e 2005  
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;  
Juniores: Atletas nascidos em 1993 e 1994;  
Seniores: Atletas nascidos em 1992 ou antes;  
Veteranos: A partir do dia em que realizam 35 anos.*