



Associação de Atletismo de Braga
Salto Altura Sala AA Braga + Provas Extra

Braga
Parque Exposições

2014

domingo, 29 de Dezembro de 2013

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>				<i>Obs:</i>
09:30	Salto em Altura	Juv	M	Final	1,35 - 1,40 (+5cm) - 1.60 - 1,63 (+3cm)
09:30	Salto em Altura	Ini	M	Final	1,25 - 1,30 (+5cm) - 1.50 - 1,53 (+3cm)
09:30	Salto em Altura	Inf	M	Final	1,10 - 1,15 (+5cm) - 1.25 - 1,28 (+3cm)
09:30	3.000 Metros	Juv a Sen	F	Serie	
09:30	Salto em Comprimento	Juv a Sen	F	Final	Tábua 2 Metros
09:40	3.000 Metros	Juv a Sen	M	Serie	
09:50	800 Metros	Ini	F	Serie	
10:05	800 Metros	Ini	M	Serie	
10:20	800 Metros	Juv a Sen	F	Serie	
10:30	Salto em Comprimento	Juv a Sen	M	Final	Tábua 2 Metros
10:35	800 Metros	Juv a Sen	M	Serie	
10:50	200 Metros	Juv a Sen	F	Serie	
11:00	Salto em Altura	Juv	F	Final	1,20 - 1,25 (+5cm) - 1.40 - 1,43 (+3cm)
11:00	Salto em Altura	Ini	F	Final	1,10 - 1,15 (+5cm) - 1.25 - 1,28 (+3cm)
11:00	Salto em Altura	Inf	F	Final	1,00 - 1,05 (+5cm) - 1.20 - 1,23 (+3cm)
11:10	200 Metros	Juv a Sen	M	Serie	
11:30	250 Metros Planos	Ini	F	Serie	
11:45	250 Metros Planos	Ini	M	Serie	
12:00	150 Metros	Ben-A a Inf	F	Serie	
12:00	Quadruplo Salto Ini.	Ini	F	Final	Tábua 10 Metros / Corrida Balanço 25 Metros
12:15	150 Metros	Ben-A a Inf	M	Serie	



Associação de Atletismo de Braga
Salto Altura Sala AA Braga + Provas Extra

Braga
Parque Exposições

2014

Regulamento

- 1 *Competição a disputar no Parque de Exposições de Braga, no dia 29 de dezembro de 2013.*
- 2 *Competição destinada a atletas de todos os escalões etários, do âmbito Federado, Escolas, Militar e INATEL.*
- 3 *Cada atleta poderá participar em 2 (duas) provas.*
- 4 *Nos Saltos Horizontais, caso estejam mais de 12 (doze) atletas em competição, os atletas apenas terão direito a efetuar 4 (quatro) ensaios.*
- 5 *As inscrições para os atletas da Zona Norte (Braga-Porto-Viana-Vila Real- Bragança) deverão ser efetuadas no local da Prova, no Secretariado da Competição, em ficha própria, com 30 (trinta) minutos de antecedência relativamente ao horário previsto, com indicação do primeiro e último nome do atleta, ano de nascimento, e utilização obrigatória do DORSAL ÚNICO da sua Associação.
MUITO IMPORTANTE- Para os Atletas não pertencentes à Zona Norte - é obrigatória a pré-inscrição respetiva até à quinta-feira anterior em formulário excel disponível na página www.aabraga.pt e enviado via e-mail através da Associação regional respetiva.*
- 6 *Nas inscrições os atletas deverão utilizar as siglas atribuídas pela FPA para a designação do Clube. Caso não pertençam à AAB deverão ainda indicar a Associação Distrital a que pertencem.*
- 7 *Os atletas deverão ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para correta colocação do dorsal.*
- 8 *Os atletas Benjamins e Infantis que participem numa corrida de distância igual ou superior a 150 metros não podem participar em mais nenhuma corrida que se dispute posteriormente nessa jornada. No entanto, os atletas que participem numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros não podem participar em mais nenhuma prova (marcha, concurso ou corrida) que se dispute posteriormente nessa jornada.*
- 9 *Os atletas Iniciados que participem numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 250m, não poderão participar em mais nenhuma corrida, prova de marcha ou concurso dessa jornada que se venha a realizar posteriormente, podendo participar noutras que se realizem antes.*
- 10 *Em qualquer um dos escalões (Benjamins a Juvenis), no caso de um atleta se encontrar a participar numa eliminatória de uma prova de corrida ou concurso, que se realize antes da corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior à sua distância limite, não poderá participar posteriormente nos ensaios que ainda faltem no concurso ou na final que se realizem após esta prova.*
- 11 *De acordo com as regras vigentes na AA Braga para a presente época desportiva, os atletas dos escalões de Benjamins, Infantis e Iniciados poderão efetuar uma falsa partida nas provas de velocidade, sendo ainda desclassificados nas provas de barreiras somente pelo derrube ostensivo das mesmas.*
- 12 *Os atletas da AA Braga deverão realizar a competição com o seu Dorsal Pessoal, caso não o possuam deverão solicitar o mesmo à AA Braga. Todos os atletas deverão ter também o seguro desportivo devidamente atualizado.*
- 13 *Os Clubes exteriores à Zona Norte deverão enviar pedido via Associação de origem no formulário apropriado para o efeito, e disponibilizado em www.aabraga.pt*
- 14 *Os atletas ou Clubes interessados em receber diretamente informações sobre eventuais alterações a esta competição, deverão informar antecipadamente esta Associação, da intenção da sua participação*
- 15 *Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados da AA Braga, nas provas pertencentes ao Torneio Salto Altura Sala (Infantis a Juvenis).*
- 16 *Este comunicado e as suas eventuais alterações poderão ser consultados na Internet no endereço : www.aabraga.pt*



Associação de Atletismo de Braga
Salto Altura Sala AA Braga + Provas Extra

Braga
Parque Exposições

2014

- 17 *Os escalões etários a vigorar até 31 de dezembro de 2013 são os seguintes:*
Benjamins A: Atletas nascidos em 2004, 2005 e 2006
Benjamins B: Atletas nascidos em 2002 e 2003;
Infantis: Atletas nascidos em 2000 e 2001;
Iniciados: Atletas nascidos em 1998 e 1999;
Juvenis: Atletas nascidos em 1996 e 1997;
Juniiores: Atletas nascidos em 1994 e 1995;
Seniores: Atletas nascidos em 1993 ou antes;
Veteranos: A partir do dia em que realizam 35 anos.