



Associação de Atletismo de Braga
Atleta Completo Regional + Provas Extra

Guimarães

Pista de Atletismo Gemeos Castro

2019

sábado, 13 de Abril de 2019

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>			<i>Obs:</i>
15:00	100 M Barreiras-0.76	Juv	F Serie	Heptatlo - Juvenis (0,76 - 13,0m/8,50m/10,50m)
15:00	Salto em Comprimento	Jun a Vet	M Prova Extra	Tábua 3 m
15:00	Lançamento Peso-4Kg	Jun a Vet	F Prova Extra	
15:00	Dardo 800 Gr	Jun a Vet	M Prova Extra	
15:15	80 M Barreiras-0,76	Ini	F Serie	Heptatlo - Iniciados (0,76 - 12,0m/8,0m/12,0m)
15:30	100 Metros	Juv	M Serie	Octatlo Juv(Atl.Com)
15:30	Salto em Altura	Juv	F Final	Heptatlo - Juvenis (1,24 - 1,28- +4cm)
15:45	80 Metros	Ini	M Serie	Heptatlo - Iniciados
16:00	60 Metros	Inf	F Serie	Pentatlo - Infantil
16:00	Dardo 500 Gr	Ini	F Final	Heptatlo - Iniciados
16:00	Lançamento Peso-6Kg	Jun	M Prova Extra	
16:00	Lançamento Peso-7.26	Sen a Vet	M Prova Extra	
16:15	60 Metros	Inf	M Serie	Pentatlo - Infantil
16:15	Salto em Comprimento	Juv	M Final	Octatlo Juv(Atl.Com) - Tábua 3m
16:30	100 Metros	Jun a Vet	M Prova Extra	
16:45	100 Metros	Jun a Vet	F Prova Extra	
16:45	Lançamento Peso-2Kg	Inf	F Final	Pentatlo - Infantil
16:45	Lançamento Peso-3Kg	Juv	F Final	Heptatlo - Juvenis
16:50	Salto em Altura	Ini	F Final	Heptatlo - Iniciados (1,16 - 1,20- +4cm)
16:50	Salto em Comprimento	Ini	M Final	Heptatlo - Iniciados - Tábua 3m
17:00	1.500 Metros	Juv a Vet	F Prova Extra	
17:15	1.500 Metros	Juv a Vet	M Prova Extra	
17:30	200 Metros	Jun a Vet	F Prova Extra	
17:30	Salto em Comprimento	Inf	M Final	Pentatlo - Infantil - Tábua 1m
17:30	Dardo 600 Gr	Ini	M Final	Heptatlo - Iniciados
17:30	Dardo 600 Gr	Jun a Vet	F Prova Extra	
17:40	Lançamento Peso-5Kg	Juv	M Final	Octatlo Juv(Atl.Com)
17:45	200 Metros	Juv	F Serie	Heptatlo - Juvenis
18:10	300 Metros	Jun a Vet	M Prova Extra	
18:10	Salto em Comprimento	Jun a Vet	F Prova Extra	Tábua 3 m
18:30	300 Metros	Juv	M Serie	Octatlo Juv(Atl.Com)



Associação de Atletismo de Braga
Atleta Completo Regional + Provas Extra

Guimarães

Pista de Atletismo Gemeos Castro

2019

domingo, 14 de Abril de 2019

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>			<i>Obs:</i>
09:30	110 M Barreiras-0.91	Juv	M Serie	Octatlo Juv(Atl.Com) - (0,91 - 13,72m/9,14m/14,02m)
09:30	Salto em Comprimento	Juv	F Final	Heptatlo - Juvenis - Tábua 3 m
09:30	Salto em Comprimento	Juv	F Prova Extra	Tábua 3 m
09:45	100 M Barreiras-0.84	Ini	M Serie	Heptatlo - Iniciados - (0,84 - 13,0m/8,50m/10,50m)
10:00	80 Metros	Ini	F Serie	Heptatlo - Iniciados
10:00	Salto em Altura	Juv	M Final	Octatlo Juv(Atl.Com) - (1,40 - 1,44- +4cm)
10:15	60 m bar Vet - 0,68	Inf	F Serie	Pentatlo - Infantil (0,68 - 12m/7m/13m)
10:15	Lançamento Peso-4Kg	Ini	M Final	Heptatlo - Iniciados
10:15	Dardo 500 Gr	Juv	F Final	Heptatlo - Juvenis
10:30	60 m bar Vet - 0,68	Inf	M Serie	Pentatlo - Infantil (0,68 - 12m/7,50m/10,50m)
10:30	Salto em Comprimento	Ini	F Final	Heptatlo - Iniciados - Tábua 1m
10:45	50 Metros	Ben-A a Ben-B	F Prova Extra	Sem blocos de partida
10:50	Salto em Altura	Ini	M Final	Heptatlo - Iniciados (1,30 - 1,34- +4cm)
11:00	50 Metros	Ben-A a Ben-B	M Prova Extra	Sem blocos de partida
11:00	Salto em Comprimento	Inf	F Final	Pentatlo - Infantil - Tábua 1m
11:00	Lançamento Peso-3Kg	Inf	M Final	Pentatlo - Infantil
11:15	3.000 Metros	Juv a Vet	F Prova Extra	
11:15	Dardo 700 Gr	Juv	M Final	Octatlo Juv(Atl.Com)
11:30	3.000 Metros	Juv a Vet	M Prova Extra	
11:30	Lançamento Peso-3Kg	Ini	F Final	Heptatlo - Iniciados
11:45	800 Metros	Juv	F Serie	Heptatlo - Juvenis
11:45	Lançamento do Vortex	Ben-A a Ben-B	F Prova Extra	
11:45	Lançamento do Vortex	Ben-A a Ben-B	M Prova Extra	
11:55	1.000 Metros	Ini	M Serie	Heptatlo - Iniciados
12:05	1.000 Metros	Inf	F Serie	Pentatlo - Infantil
12:15	1.000 Metros	Inf	M Serie	Pentatlo - Infantil
12:25	800 Metros	Ini	F Serie	Heptatlo - Iniciados
12:35	1.000 Metros	Juv	M Serie	Octatlo Juv(Atl.Com)



Associação de Atletismo de Braga

Atleta Completo Regional + Provas Extra

Guimarães

Pista de Atletismo Gemeos Castro

2019

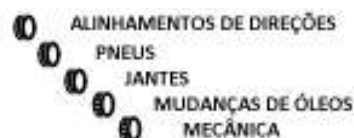
Descrição	Tabela Pont	Quadro Feminino	Quadro Masculino
1 INFANTIS	TI	60 60 Metros PESO2 Lançamento Peso-2Kg 60B2068 60 M Barr.Inf.M/F-68 COMPRIM Salto em Comprimento 1000 1.000 Metros	60 60 Metros COMPRIM Salto em Comprimento 60B2068 60 M Barr.Inf.M/F-68 PESO3 Lançamento Peso-3Kg 1000 1.000 Metros
2 INICIADOS	TI	80B076 80 M Barreiras-0,76 DARDO5 Dardo 500 Gr ALTURA Salto em Altura 80 80 Metros COMPRIM Salto em Comprimento PESO3 Lançamento Peso-3Kg 800 800 Metros	80 80 Metros COMPRIM Salto em Comprimento DARDO6 Dardo 600 Gr 100B084 100 M Barreiras-0.84 PESO4 Lançamento Peso-4Kg ALTURA Salto em Altura 1000 1.000 Metros
3 JUVENIS	TI	100B076 100 M Barreiras-0.76 ALTURA Salto em Altura PESO3 Lançamento Peso-3Kg 200 200 Metros COMPRIM Salto em Comprimento DARDO5 Dardo 500 Gr 800 800 Metros	100 100 Metros COMPRIM Salto em Comprimento PESO5 Lançamento Peso-5Kg ALTURA Salto em Altura 110B091 110 M Barr.Mas-91 ALTURA Salto em Altura 1000 1.000 Metros DARDO7 Dardo 700 Gr

Regulamento

- 1 Competição a disputar na Pista de Atletismo Gêmeos Castro, em Guimarães, nos dias 13 e 14 de abril de 2019.
- 2 As inscrições para os atletas dos clubes filiados na A.A. Braga terão que ser feitas **até ao dia 10 de abril de 2019**, na nova plataforma de inscrições da AAB (<http://www.aabraga.pt/pt/inscricao-competicoes>). Os clubes de outras Associações regionais poderão solicitar acesso à plataforma. Não se aceitam inscrições de última hora.
- 3 As Start List com os atletas inscritos por prova serão publicadas no dia 11 de abril de 2019 na página da AA Braga. Os dirigentes dos clubes, assim como os atletas, devem consultar as Start List para corrigir eventuais erros ou a falta da inscrição. **Eventuais correções só até às 16h do dia 12.**
- 4 Todas as competições tem que ser confirmadas no secretariado, até 45 minutos antes da hora prevista para a sua realização. Caso os atletas não procedam a esta confirmação, não serão aceites em competição.
- 5 O Atleta Completo Regional e as Provas Extras destinam-se aos atletas dos escalões de Infantis a Veteranos, em representação de clubes filiados na A.A. Braga e/ou de escolas e clubes filiados nas restantes Associações da Zona Norte e a atletas de outras Associações Regionais após pedido de autorização, via Associação de origem, ao Departamento Técnico da A.A. Braga, até ao dia 10/04/2019, estando estes sujeitos ao número de vagas existentes para o efeito. Os atletas Benjamins apenas podem participar no Atleta Completo.
- 6 Nas Provas Extras, cada atleta poderá participar em 2 (duas) provas.
- 7 No escalão de Benjamins, 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 falem no concurso ou na final que se realizem após esta prova.
- 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 Nos concursos das provas extras cada atleta terá apenas direito a quatro ensaios.
- 10 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 e exame médico desportivo devidamente atualizado.



AUTO CALIBRAGEM SILVAR
Apoia o Desporto





Associação de Atletismo de Braga
Atleta Completo Regional + Provas Extra
Guimarães
Pista de Atletismo Gemeos Castro

2019

- 11 *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.*
- 12 *O Atleta Completo Regional será o principal momento de observação para a definição da seleção que representará a AAB na final nacional a realizar no dia 18 de Maio, em Lisboa. A seleção é composta por 4 atletas iniciados (2f+2m);*
- 13 *Os atletas deverão ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para correta colocação do dorsal.*
- 14 *Serão atribuídas medalhas aos três primeiros atletas, por escalão/género, participantes no Atleta Completo Regional e taça ao vencedor coletivo (para a classificação coletiva, contará o primeiro classificado por escalão/género, dos escalões de Infantis, Iniciados e Juvenis).*
- 15 *O participante, ao proceder à inscrição nesta competição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada em fotografias/imagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais da competição.*
- 16 *Os escalões etários a vigorar até 31 de dezembro de 2019 são os seguintes:*
Benjamins A: Atletas nascidos em 2010, 2011 e 2012
Benjamins B: Atletas nascidos em 2008 e 2009;
Infantis: Atletas nascidos em 2006 e 2007;
Iniciados: Atletas nascidos em 2004 e 2005;
Juvenis: Atletas nascidos em 2002 e 2003;
Juniões: Atletas nascidos em 2000 e 2001;
Seniores: Atletas nascidos em 1999 ou antes;
Veteranos: A partir do dia em que realizam 35 anos.
- 17 *No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA.*
- 18 *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.*
- 19 *Este comunicado e as suas eventuais alterações poderão ser consultados na Internet no endereço:*
www.aabraga.pt