



**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO**  
 Torneio Bruno Saramago  
 Provas de Preparação  
 Pista de Atletismo do Estádio Municipal da Branca  
 25 de Abril de 2024



Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Observações
15H30	L. Peso (4 Kg.)	Sub/16	Masc.	<b>Final</b>	<b>Torneio</b>
	L. Peso (5 Kg.)	Sub/18	Masc.	<b>Final</b>	<b>4 ensaios Prova preparação</b>
	Comprimento	Sub/18	Fem.	<b>Final</b>	<b>Prova preparação</b>
	80 Metros	Sub/16	Fem.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
15H45	80 Metros	Sub/16	Masc.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
16H00	60 Metros	Sub/12 e Sub/14	Fem.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
16H15	60 Metros	Sub/12 e Sub/14	Masc.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
	L. Peso (3 Kg.)	Sub/16	Fem..	<b>Final</b>	<b>Torneio</b>
	L. Peso (3 Kg.)	Sub/18	Fem.	<b>Final</b>	<b>4 ensaios Prova preparação</b>
	Salto Altura	Sub/16	Masc.	<b>Final</b>	<b>Torneio-Fasquia 1,38-1,43-1,48-151-1,54-1,57...</b>
16H30	Estafeta Mista 4x100 M	Sub/18, Sub/20 e/Sen.	Fem./Masc.	<b>2 Fem/2 Masc./Series</b>	<b>Prova preparação</b>
16H45	300 M/Bar. (0,76)	Sub/16	Fem.	<b>Series</b>	<b>Torneio-7 bar./50, 35, e 40 m</b>
17H00	300 M/Bar (0,76)	Sub/16	Masc.	<b>Series</b>	<b>Torneio – 7 bar./50, 35, e 40 m</b>
	S. Comprimento	Sub/16	Masc.	<b>Final</b>	<b>Torneio</b>
	Salto Altura	Sub/18	Masc.	<b>Final</b>	<b>Prova Preparação 1,41-1,46-1,51-1,56-1,61-1,64-1,67 ...</b>
17H15	1.000 Metros	Sub/12	Fem.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
17H30	1.000 Metros	Sub/14	Fem.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
17H45	1.000 Metros	Sub/12	Masc.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
	Salto Altura	Sub/16	Fem.	<b>Final</b>	<b>Torneio - 1,14-1,19-1,24-1,29-1,32-1,35-...</b>
18H00	1.000 Metros	Sub/14	Masc.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
18H15	600 Metros	Sub/10	Fem.	<b>Serie</b>	<b>Torneio</b>
18H30	600 Metros	Sub/10	Masc.	<b>Serie</b>	<b>Torneio</b>

## Torneio

Nº.	Designação
1	Torneio destina-se a atletas Sub/10, Sub/12, Sub/14,Sub/16 masculinos e femininos, filiados na AA de Aveiro.
2	Atletas terão que se apresentar com o dorsal da Associação época 2024
3	Regras de participação competitiva de acordo com os respetivos escalões e regulamento Geral de Competições.
4	Os atletas poderão, no máximo, participar em duas (2) provas.
5	<p>As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE, <a href="http://fpacompeticoes.pt">fpacompeticoes.pt</a>, <b>até à segunda-feira que antecede a competição.</b></p> <p><b>Todos os Clubes Técnicos ou atletas, terão de fazer a confirmação de participação nas suas provas, corridas ou concursos, até 90 minutos antes do horário previsto para o início da prova; passado este prazo, não haverá possibilidade de o fazer.</b></p>
6	Neste Torneio os atletas terão direito a 2 (dois) lançamentos ou saltos e os 8 melhores a mais 2 (dois).
7	<b>Prémios: Atletas Sub/10 e Sub/12 (Benjamins), Sub/14 (Infantis) e Sub/16 (Iniciados) medalhas aos 3 primeiros e troféu à equipa vencedora no conjunto dos dois géneros.</b>
8	Os atletas devem de ser portadores de pelo menos 3 (Três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
9	DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela AA Aveiro. Atletas são penalizados pela falta do dorsal original

## Provas de Preparação

1	A Associação Atletismo de Aveiro leva a efeito provas de preparação para os escalões de Sub/18, Sub/20 e Seniores.
2	Atletas terão que se apresentar com o dorsal atribuído para a época 2024.
3	Provas de preparação será de acordo com o regulamento Geral de Competições e não deverá exceder no máximo de duas provas para o seu próprio escalão.
4	Nos saltos horizontais e lançamentos, os atletas terão direito a 4 ensaios.
5	<p>As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE, <a href="http://fpacompeticoes.pt">fpacompeticoes.pt</a>, <b>até à segunda-feira que antecede a competição.</b></p> <p><b>Todos os Clubes Técnicos ou atletas, terão de fazer a confirmação de participação nas suas provas, corridas ou concursos, até 90 minutos antes do horário previsto para o início da prova; passado este prazo, não haverá possibilidade de o fazer.</b></p>
6	<b>Estafeta Mista (2 Fem. + 2 Masc.) (Sub/18, Sub/20, e Sen.) – Femininos no 1º e 2º - Masculinos no 3º e 4º percurso.</b>
7	Classificação somente individual.
8	Apresentação na Câmara de chama: Corridas: 10' e concursos 20' antes do horário previsto.

9	Atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
10	<b>DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro.</b>