



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



<b>Hora</b>	<b>Prova</b>	<b>Escalão</b>	<b>Sexo</b>	<b>Designação</b>	<b>Observações</b>
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>