



## ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO

Torneio Bruno Saramago  
 Provas de Preparação  
 Pista de Atletismo do Estádio Municipal da Branca  
 29 de Abril de 2023



Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Observações
15H30	L. Peso (3 Kg.)	Inf.	Masc.	<b>Final</b>	<b>Torneio</b>
	L. Peso (4 Kg.)	Inic.	Masc.	<b>Final</b>	<b>Torneio</b>
	L. Peso (5 Kg.)	Juv.	Masc.	<b>Final</b>	<b>Prova preparação</b>
	200 Metros	Juv./Jun./Sen.	Fem	<b>Series</b>	<b>Prova preparação</b>
15H45	200 Metros	Juv./Jun./Sen.	Masc.	<b>Series</b>	<b>Prova preparação</b>
16H00	80 Metros	Inic.	Fem.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
16H15	80 Metros	Inic.	Masc.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
	Salto Altura	Inic.	Masc.	<b>Final</b>	<b>Torneio-Fasquia 1,38-1,43-1,48-151-1,54-1,57...</b>
	Salto Altura	Juv. a Sen.	Masc.	<b>Final</b>	<b>Prova preparação-Fasquia 1,43-1,48-1,53-1,58-1,63-1,66-1,69 ...</b>
16H30	60 Metros	Benj.B	Fem.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
16H45	60 Metros	Benj.B.	Masc.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
17H00	60 Metros	Inf.	Fem.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
	L. Peso (2 Kg.)	Inf.	Fem.	<b>Final</b>	<b>Torneio</b>
	L. Peso (3 Kg.)	Inic.	Fem..	<b>Final</b>	<b>Torneio</b>
	L. Peso (3 Kg.)	Juv.	Fem.	<b>Final</b>	<b>Prova preparação</b>
17H15	60 Metros	Inf.	Masc.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
17H30	Estafeta Mista 4x100 M	Juv./Jun./Sen.	Fem./Masc.	<b>2 Fem/2 Masc./Series</b>	<b>Prova preparação</b>
17H45	250 M/Bar. (0,76)	Inic.	Fem.	<b>Series</b>	<b>Torneio-6 bar./35, 35, e 40 m</b>
	S. Comprimento	Inic.	Masc.	<b>Final</b>	<b>Torneio</b>
	S. Comprimento	Juv	Masc.	<b>Final</b>	<b>Prova preparação</b>
17H55	250 M/Bar (0,76)	Inic.	Masc.	<b>Series</b>	<b>Torneio – 6 bar./35, 35, e 40 m</b>
18H05	3.000 Metros	Juv/Jun/Sen.	Fem.	<b>Series</b>	<b>Prova preparação</b>
18H20	3.000 Metros	Juv/Jun/Sen.	Masc.	<b>Series</b>	<b>Prova preparação</b>
	Salto Altura	Inic.	Fem.	<b>Final</b>	<b>Torneio - 1,14-1,19-1,24-1,29-1,32-1,35-...</b>
	Salto Altura	Juv.a Sen	Fem.	<b>Final</b>	<b>Prova preparação - 1,24-1,29-1,34-1,39-1,42...</b>
18H30	1.000 Metros	Benj.B	Fem.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
	1.000 Metros	Inf.	Fem.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
18H45	1.000 Metros	Benj./B	Masc.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
	1.000 Metros	Inf.	Masc.	<b>Series</b>	<b>Torneio</b>
19H00	600 Metros	Benj. A	Fem.	<b>Serie</b>	<b>Torneio</b>
	600 Metros	Benj. A	Masc.	<b>Serie</b>	<b>Torneio</b>

## Torneio

Nº.	Designação
1	Torneio destina-se a atletas Benjamins e Iniciados masculinos e femininos.
2	<b>A participação de atletas filiados em outras Associações Distritais será sujeita a parecer da Direção Técnica Distrital. Só será avaliada se o pedido de participação der entrada até às 12 horas da quarta-feira que antecede a competição, através do e-mail <a href="mailto:aveiro@fpatletismo.org">aveiro@fpatletismo.org</a>, por intermédio da <u>Associação Distrital correspondente</u>.</b>
3	<b>As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE, fpacompeticoes.pt, até à quarta-feira que antecede a competição. No entanto, os atletas de outras Associações Distritais deverão ter em conta o previsto no artigo 2º deste regulamento.</b> <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>
4	<b>Neste Torneio Os atletas terão direito a 4 (Quatro) lançamentos ou saltos</b>
5	Os atletas devem de ser portadores de pelo menos 3 (Três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
6	DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela AA Aveiro. Atletas são penalizados pela falta do dorsal original
7	<b>Prémios: Benjamins, Infantis e Iniciados medalhas aos 3 primeiros e troféu à equipa vencedora no conjunto dos dois géneros.</b>

## Provas de Preparação

1	Será de acordo com o regulamento Geral de Competições e não deverá exceder no máximo de duas provas para o seu próprio escalão.
2	Nos saltos horizontais e lançamentos, os atletas terão direito a 3+3 ensaios.
3	<b>A participação de atletas filiados em outras Associações Distritais será sujeita a parecer da Direção Técnica Distrital. Só será avaliada se o pedido de participação der entrada até às 12 horas da quarta-feira que antecede a competição, através do e-mail <a href="mailto:aveiro@fpatletismo.org">aveiro@fpatletismo.org</a>, por intermédio da <u>Associação Distrital correspondente</u>.</b>
4	<b>As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE, fpacompeticoes.pt, até à quarta-feira que antecede a competição. No entanto, os atletas de outras Associações Distritais deverão ter em conta o previsto no artigo 3º deste regulamento.</b> <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>
5	<b>Estafeta Mista (2 Fem. + 2 Masc.) (Juv./Jun./Sen.) – Femininos no 1º e 2º e Masculinos no 3º e 4º percurso.</b>
6	Classificação somente individual.
7	Apresentação na Câmara de chama: Corridas: 10' e concursos 20' antes do horário previsto.
8	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.

