



**ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO**  
 Torneio Bruno Saramago  
 Provas de Preparação  
 Pista de Atletismo do Estádio Municipal da Branca  
 29 de Abril de 2023



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

