



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO
 Torneio Distrital de Provas Combinadas Aveiro/Porto
 Torneio 4 Maravilhas
 Pista de Atletismo do Centro de Treinos de Estágios do Luso
 02/03 de Abril de 2016

02/Sábado

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
15H00	100 Metros Planos	Jun./Sen.	Masc.	Decatlo	
15H15	100 Metros Planos	Juv.	Masc.	Octatlo	
15H30	100 M/Bar. (0,84)	Jun. /Sen	Fem.	Heptatlo	10 bar./13,00-8,50-10,50
	Vara	Inic.	Masc./Fem.	Final	Torneio
15H15	Dardo (500Grs.)	Inic./Juv.	Fem.	Final	Torneio
15H45	100 M/Bar. (0,76)	Juv.	Fem.	Heptatlo	10 bar./13,00-8,50-10,50
	Salto em Comprimento	Jun./Sen	Masc	Decatlo	
	Salto em Comprimento	Juv.	Masc.	Octatlo	
16H00	100 M/Bar. (0,84)	Inic.	Masc.	Serie	10 bar./13,00-8,50-10,50 Torneio
	Altura	Jun./Sen	Fem.	Heptatlo	
	Altura	Juv.	Fem.	Heptatlo	
16H15	80 M/Bar. (0,76)	Inic.	Fem.	Serie	8 bar./12,00-8,00-12,00 Torneio
16H30	1.500 Metros/Obst.	Inic.	Fem./Masc.	Serie	Torneio
	Lançamento de Peso (5Kg.)	Juv.	Masc.	Octatlo	
	Lançamento de Peso (7,260Kg.)	Sen.	Masc	Decatlo	
	Lançamento de Peso (6Kg.)	Jun.	Masc.	Decatlo	
16H40	80 Metros Planos	Inic.	Fem.	Serie	Torneio
16H50	80 Metros Planos	Inic.	Masc	Serie	Torneio
17H00	1.000 Metros	Inic../Juv.	Fem.	Serie	Torneio
	Dardo (600/700Grs.)	Inic../Juv.	Masc	Final	Torneio
17H10	1.000 Metros	Inic./Juv.	Masc.	Serie	Torneio
17H20	1.500 Metros	Jun./Sen.	Fem.	Serie	Torneio
17H30	1.500 Metros	Jun./Sen.	Masc.	Serie	Torneio
17H40	300 Metros	Juv.	Masc.	Octatlo	
	Altura	Jun. a Sen.	Masc.	Decatlo	
	Lançamento de Peso (4Kg.)	Jun. a Sen.	Fem.	Heptatlo	
	Lançamento de Peso (3Kg.)	Juv.	Fem.	Heptatlo	
17H50	400 Metros Planos	Juv./Jun./S	Fem.	Serie	Torneio
18H00	400 Metros Planos	Juv./Jun./S	Masc.	Serie	Torneio
18H20	200 Metros Planos	Jun. a Sen.	Fem.	Heptatlo	
18H35	200 Metros Planos	Juv.	Fem.	Heptatlo	
19H00	400 Metros Planos	Jun. a Sen.	Masc.	Decatlo	

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
09H00	110 M./Bar. (1,06)	Sen.	Masc.	Decatlo	10 Bar./13,72-9,14-14,02
09H15	110 M./Bar. (1,06)	Sen.	Masc.	Serie	Torneio
09H30	110 M/Bar. (1,00)	Jun.	Masc.	Decatlo	10 Bar./13,72-9,14-14,02
	Salto em Comprimento	Juv. a Sen.	Fem.	Heptatlo	
	Altura	Inic./Juv.	Fem.	Final	Torneio
09H45	110 M./Bar. (0,91)	Juv.	Masc.	Octatlo	10 Bar./13,72-9,14-14,02
	Lançamento de Disco (1,750Kg.)	Jun.	Masc.	Decatlo	
	Lançamento de Disco (1,750Kg.)	Jun.	Masc.	Final	Torneio
	Lançamento de Disco (2Kg.)	Sen.	Masc.	Decatlo	
	Lançamento de Disco (2Kg.)	Sen.	Masc.	Final	Torneio
10H05	200 Metros	Juv./Sen.	Fem.	Series	Torneio
	Salto em Altura	Juv.	Masc.	Octatlo	
10H25	200 Metros	Juv./Sen.	Masc.	Series	Torneio
10H30	Vara	Jun. a Sen.	Masc.	Decatlo	
	Lançamento de Dardo (500Gr.)	Juv.	Fem.	Heptatlo	
	Lançamento de Dardo (600Gr.)	Jun. a Sen.	Fem.	Heptatlo	
10H40	1.000 Metros	Benj./Inf.	Fem.	Series	Torneio
10H55	1.000 Metros	Benj./Inf.	Masc.	Series	Torneio
11H15	800 Metros	Juv. a Sen.	Fem.	Series	Torneio
11H30	800 Metros	Juv. a Sen.	Masc.	Series	Torneio
11H45	800 Metros	Juv.	Fem.	Heptatlo	
12H00	Lançamento de Dardo (700Gr.)	Juv.	Masc.	Octatlo	
	Lançamento de Dardo (800Gr.)	Jun. a Sen.	Masc.	Decatlo	
12H05	800 Metros	Jun. a Sen.	Fem.	Heptatlo	
12H25	1.000 Metros	Juv.	Masc.	Octatlo	
13H00	1.500 Metros	Jun. a Sen.	Masc.	Decatlo	

Regulamento

1. A Associação de Atletismo de Aveiro, em colaboração com a Associação de Atletismo do Porto, organiza o Torneio Distrital de Provas Combinadas na Pista de Atletismo do Centro de Treinos, Estágios do Luso.
2. A competição destina-se a atletas juvenis, Juniores e Seniores, filiados nas Associações de Aveiro, e Porto.
3. Cada clube pode inscrever um número ilimitado de atletas de cada escalão.
4. Prémios de Aveiro/Torneio Distrital de Provas Combinadas:
Medalhas aos 3 (três) primeiros classificados de cada escalão e sexo (Juvenis, Juniores, Sub/23 e Seniores).
(No Heptatlo as Juniores acumulam a classificação de Sub/23 e Seniores)
5. A confirmação das inscrições nas provas combinadas deverá ser feita no secretariado da competição até 30 minutos antes do início da primeira prova.
6. Apresentação na câmara de chamada: corridas 10' e concursos 20' antes do horário previsto.

Torneio 4 Maravilhas

- 1 De acordo com o regulamento Geral de Competições
- 2 Haverá unicamente classificação individual
- 3 Delegado Técnico: