



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO
Torneio de Abertura
Pista de Atletismo de Aveiro (Campus Universitário)
(Sábado) 14 de Dezembro de 2013

Sábado, 14 de Dezembro de 2013

Hora Início	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
14H30	60 Metros Planos	Inf.	Fem.	Serie	
	Lançamento de Peso – 2 Kg.	Inf.	Fem.	Serie	
	Lançamento de Peso – 3 Kg.	Inf.	Masc.	Serie	
	Lançamento de Peso – 3 Kg.	Inic. a Juv.	Fem.	Serie	
	Lançamento de Peso – 4 Kg.	Inic.	Masc.	Serie	
	Lançamento de Martelo (5, 6, 7,260 Kg.)	Juv/Sen.	Masc.	Serie	
	Salto em Altura	Juv. a Sen.	Masc.	Serie	Progressão da fasquia: 1,41-1,46-1,51-1,56-1,61-1,64-1,68-1,72-1,7-1,78- 1,81- ...
14H45	60 Metros Planos	Inf.	Masc.	Serie	
15H00	60 Metros Planos	Inic.	Fem.	Serie	
15H15	60 Metros Planos	Inic.	Msc.	Serie	
15H25	60 Metros Planos	Juv. a Sen.	Fem.	Serie	
15H45	60 Metros Planos	Juv. a Sen.	Masc.	Serie	
	Salto em Comprimento	Inic.	Fem.	Serie	
	Salto em Comprimento	Juv. a Sen.	Fem.	Serie	
	Salto em Altura	Inf.	Masc.	Serie	Progressão da fasquia: 1,05-1,10-1,13-1,16-1,19-1,22-1,25- ...
	Salto em Altura	Inic.	Masc.	Serie	Progressão fasquia: 1,25-1,30-1,35-1,40-1,45-1,48-1,51-1,54-1,57-...
	Lançamento de Peso – 4 Kg.	Jun. a Sen.	Fem.	Serie	
	Lançamento de Peso – 5 Kg.	Juv.	Masc.	Serie	
	Lançamento de Peso – 6 Kg.	Jun.	Masc.	Serie	
	Lançamento de Peso – 7,260 Kg.	Sub/23 a Sen.	Masc.	Serie	
16H00	150 Metros Planos	Juv. a Sen.	Fem.	Serie	
16H10	150 Metros Planos	Juv. a Sen.	Masc.	Serie	
16H25	200 Metros/Bar.	Inic./Sen	Fem.	Serie	18,29-36,58-54,87-73,16-91,45-109,74-128,03-146,32-164,61-182,90.
16H35	200 Metros/Bar.	Inic./Sen	Masc.	Serie	18,29-36,58-54,87-73,16-91,45-109,74-128,03-146,32-164,61-182,90.
16H45	1000 Metros Planos	Inf.	Fem.	Serie	
	1000 Metros Planos	Inf.	Masc.	Serie	
17H05	1500 Metros Planos	Inic/Juv.	Fem.	Serie	
	1500 Metros Planos	Jun/Sen.	Fem.	Serie	
	1500 Metros Planos	Inic/Juv.	Masc.	Serie	
	1500 Metros Planos	Jun./Sen.	Masc.	Serie	

Regulamento Torneio de Abertura

- 1 – A Associação de Atletismo de Aveiro vai realizar, no dia 14 de Dezembro de 2013, o Torneio de Abertura de Pista ao Ar Livre.
- 2 – Este Torneio destina-se a atletas Infantis, Iniciados, Juvenis, Juniores e Seniores masculinos e femininos, filiados na Associação de Atletismo de Aveiro, devendo estes apresentar-se com o dorsal que lhes foi atribuído para a **época 2014**.
- 3 – **Nos concursos, cada Clube pode inscrever um máximo de três atletas por prova/escalão/género.**
- 4 – Cada atleta pode participar apenas nas provas previstas para o seu escalão etário, num máximo de duas (2) provas. Os atletas mantêm o seu escalão até 31 de Dezembro, pelo que só se pode permitir, é que os atletas que vão subir de escalão possam competir no seu novo escalão 2014, podendo por isso apenas competir num dos escalões. Os resultados obtidos nessas provas serão considerados para efeitos de Rankings e eventualmente de recordes do escalão.
- 5 – Neste Torneio haverá somente classificação individual.
- 6 – **Nos concursos, os atletas Infantis e Iniciados têm direito a 2 + 2 lançamentos ou saltos. Juvenil, Juniores e Seniores cada atleta tem direito a três lançamentos e têm direito a mais 3 ensaios, as 8 melhores marcas, independentemente dos escalões.** Todas as corridas serão disputadas por séries.
- 7 – As inscrições deverão ser confirmadas no local de competição, até 30 minutos antes do início de cada prova, com a indicação da melhor marca desde 01/11/2012.
- 8 – Apresentação: corridas 10'; concurso 20' antes do horário previsto para o início da respectiva prova.
- 9 – Responsável pela competição.
Delegado Técnico: