



CENTRO DE ATLETISMO DE SEIA

TORNEIO DE ATLETISMO CAS

12 de Julho de 2006 – Quarta-Feira

Estádio Municipal de Seia

Regulamento:

- No Torneio só poderão participar, exclusivamente, atletas Federados ou Inatel, dos escalões de Iniciados, Juvenis, Juniores e Séniores, de acordo com o estabelecido em cada prova do Programa.
- Inscrições: Até 30 minutos antes do início de cada prova em ficha da A.A. Guarda.
- As melhores marcas a indicar nas inscrições deverão ter sido realizadas desde Janeiro de 2005.
- No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERVAÇÕES
20h00'	300m Barreiras	Inic	Masc	Séries
	Peso	Inic/Juv	Masc	4kg/5kg
20h20'	300m	Juv/Jun/Sen	Fem	Séries
20h30'	300m	Juv/Jun/Sen	Masc	Séries
20h40'	800m	Juv/Jun/Sen	Fem	Séries
	Triplo Salto	Juv/Jun/Sen	Masc	
20h50'	800m	Juv/Jun/Sen	Masc	Séries
21h00'	1000m	Juv/Jun/Sen	Fem	Séries
	Disco	Inic/Juv/Sen	Masc	1kg/1,5kg/2kg
21h10'	1000m	Juv/Jun/Sen	Masc	Séries
21h20'	3000m	Juv/Jun/Sen	Fem	Séries
21h30'	3000m	Juv/Jun/Sen	Masc	Séries