



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DA GUARDA

## TORNEIO DE ABERTURA DE PISTA

15 DE MARÇO DE 2008 - 15h30'

### ESTÁDIO MUNICIPAL DE SEIA

1. O Torneio de Abertura de Pista irá decorrer no dia 15 de Março de 2008, no Estádio Municipal de Seia.
2. Esta Competição é uma Organização da Associação de Atletismo da Guarda.
3. As provas do Programa terão início a partir das 15h30'.
4. Este Torneio é aberto e destina-se a todos os atletas de ambos os sexos que pretendam participar, à excepção dos escalões de Juniores e Seniores em que só se admite a participação de atletas Federados.
5. Cada Clube ou Escola pode apresentar a quantidade de atletas que entender.
6. As inscrições poderão ser realizadas até 15 minutos antes do início da Competição.

#### 7. PROGRAMA/HORÁRIO:

|        |                   |             |
|--------|-------------------|-------------|
| 15h30' | 100m Bar./0,84m   | Sen. Fem.   |
| 15h45' | 110m Bar./1,00m   | Jun. Masc.  |
|        | Altura            | Juv. Fem.   |
| 16h00' | 60m               | Inf. Fem.   |
| 16h10' | 60m               | Inf. Masc.  |
| 16h20' | 80m               | Inic. Fem.  |
|        | Comprimento       | Inic. Fem.  |
|        | Comprimento       | Inic. Masc. |
| 16h30' | 80m               | Inic. Masc. |
| 16h40' | 100m              | Sen. Fem.   |
| 16h50' | 100m              | Sen. Masc.  |
| 17h00' | 400m              | Sen. Fem.   |
|        | Triplo Salto (7m) | Sen. Fem.   |
| 17h10' | 400m              | Sen. Masc.  |
| 17h20' | 800m              | Sen. Fem.   |

|        |                                   |             |
|--------|-----------------------------------|-------------|
| 17h30' | 800m                              | Sen. Masc.  |
|        | Altura                            | Inic. Masc. |
| 17h40' | 150m                              | Inf. Fem.   |
| 17h50' | 150m                              | Inf. Masc.  |
| 18h00' | 250m                              | Inic. Fem.  |
|        | Comprimento                       | Sen. Fem.   |
|        | Comprimento                       | Sen. Masc.  |
| 18h10' | 250m                              | Inic. Masc. |
| 18h20' | 300m                              | Juv. Fem.   |
| 18h30' | 300m                              | Juv. Masc.  |
|        | <b>ACTIVIDADES PARA BENJAMINS</b> |             |
| 18h40' | 4x80m                             | Inic. Fem.  |
| 18h50' | 4x80m                             | Inic. Masc. |

8. Cada atleta pode participar no máximo em duas provas, estando condicionado ao estipulado no Regulamento Geral de Competições. Os Benjamins só poderão participar nas Actividades que lhes estão destinadas.
9. As alturas de início das fasquias, bem como os incrementos das mesmas, serão decididas no local da Competição, em face dos atletas inscritos.
10. No Triplo Salto a Tábua de Chamada será colocada a 7m.
11. **Prémios:** Aos três primeiros classificados em cada prova serão atribuídas medalhas.