



# CENTRO DE DESPORTO, CULTURA E SOLIDARIEDADE SOCIAL DO PINHEIRO - GUARDA

## I TORNEIO BENJAMIM DE PISTA DO C.D.C.S.S. PINHEIRO

**Pentatlo:** 50m; Salto em comprimento sem tábua; Arremesso de bola;  
Salto em altura e Circuito com obstáculos

**Guarda, 04 de Outubro de 2008 - 15h00'**

### REGULAMENTO

1. O 1.º Torneio Benjamim de Pista é uma Competição Organizada pelo Centro de Desporto, Cultura e Solidariedade Social do Pinheiro – Guarda com a Colaboração da Associação de Atletismo da Guarda (AAG) e terá lugar entre as 15h00' e as 16h30' do dia 04 de Outubro de 2008, na Pista de Atletismo do Estádio Municipal da Guarda.
2. O Torneio é aberto à participação de qualquer atleta Benjamim (nascido a partir do ano de 1997), de ambos os sexos, em representação individual ou de Clubes/Escolas.
3. O Torneio consiste na realização de um **Pentatlo** constituído pelas seguintes provas: 50m; Salto em comprimento sem tábua; Arremesso de bola; Salto em altura e Circuito com obstáculos.
4. Caso as condições climatéricas sejam adversas, algumas das provas poderão ser substituídas por outras similares que possam ser realizadas no Pavilhão contíguo à pista.
5. As **inscrições** poderão ser enviadas antecipadamente para o CDCSS Pinheiro ou para a AAG. Em alternativa poderão ser realizadas no local da competição até 30 minutos antes do início da primeira prova do Pentatlo mas neste caso não se garantem os eventuais prémios de presença.
6. Haverá **Classificações Individuais** para masculinos e femininos obtidas pelo somatório dos pontos alcançados em cada uma das 5 provas do Pentatlo, distribuídos da seguinte forma: 12 pontos para o 1º; 10 pontos para o 2º; 8 pontos para o 3º; 5 pontos para o 4º; 4 pontos para o 5º; 3 pontos para o 6º; 1 ponto para os restantes que se qualificarem na prova.
7. Haverá também uma **Classificação Colectiva Geral** a qual será determinada pela soma dos pontos de todos os atletas inscritos por cada Clube e que realizem as 5 provas do Pentatlo.
8. Haverá **Prémios** de participação para todos os participantes, Medalhões para os 3 primeiros classificados masculinos e femininos e Troféus para os 3 primeiros Clubes da Classificação Colectiva Geral.

## **PROVAS EXTRA**

9. Realizar-se-ão, ainda, as seguintes Provas Extra:

16h00'	60m Bar./0,762m	Inf. Fem.
	Vara	Juv. Masc.
	Disco/0,750Kg	Inf. Masc.
	Disco/0,750Kg	Inic. Fem.
	Disco/1Kg	Inic. Masc.
16h10'	100m	Juv. Fem.
16h20'	100m	Juv. Masc.
16h30'	100m	Sen. Fem.
16h40'	100m	Sen. Masc.
16h50'	80m	Inic. Fem.
	Comprimento	Inic. Fem.
	Comprimento	Inic. Masc.
17h00'	80m	Inic. Masc.
17h10'	60m	Inf. Fem.
17h20'	60m	Inf. Masc.
	Peso/2Kg	Inf. Fem.
	Peso/3Kg	Inf. Masc.
17h30'	800m	Sen. Fem.
17h40'	800m	Sen. Masc.
	Comprimento	Sen. Fem.
	Comprimento	Sen. Masc.
17h50'	1 000m	Inic. Fem.
18h00'	1 000m	Inic. Masc.
	Disco/1,5Kg	Juv. Masc.
	Disco/1Kg	Sen. Fem.
	Disco/2Kg	Sen. Masc.
18h10'	150m	Inf. Fem.
18h20'	150m	Inf. Masc.
18h30'	300m Bar./0,84m	Juv. Masc.

10.1. Nas Provas Extra cada atleta pode participar no máximo em duas provas, estando condicionado ao estipulado no Regulamento Geral de Competições.

10.2. Os Benjamins não podem participar nestas Provas Extra.

11. Nas Provas Extra não haverá Prémios em disputa.