



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

II TORNEIO BENJAMIM DE PISTA DO C.D.C.S.S. PINHEIRO

Pentatlo: 50m; Salto em comprimento sem tábua; Arremesso de bola;
Lançamento do Peso/2Kg e Circuito com obstáculos

Guarda, 05 de Outubro de 2009 - 15h30'

REGULAMENTO

1. O II 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 15h30' e as 17h00' do dia 05 de Outubro de 2009, 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 1998), 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; Lançamento do Peso/2Kg 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 Desportivo contíguo à pista.
5. As **inscrições** poderão ser enviadas antecipadamente para o C.D.C. S.S. Pinheiro - Guarda ou para a A.A.G.. 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, calculadas pelo somatório dos pontos obtidos 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 e Medalhões e Troféus em disputa para as Classificações Individuais e Colectivas.

PROVAS EXTRA

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

16h00'	80m Bar./0,762m	Inic. Fem.
	Altura	Inic. Masc.
16h10'	60m Bar./0,762m	Inf. Fem.
16h20'	60m Bar./0,762m	Inf. Masc.
16h30'	60m	Inf. Fem.
16h40'	60m	Inf. Masc.
	Comprimento	Sen. Fem.
	Comprimento	Sen. Masc.
	Dardo/500g	Inic. Fem.
	Dardo/600g	Inic. Masc.
16h50'	100m	Sen. Fem.
17h00'	100m	Sen. Masc.
17h10'	100m	Juv. Fem.
	Altura	Inic. Fem.
	Peso/2Kg	Inf. Fem.
	Peso/3Kg	Inf. Masc.
17h20'	100m	Juv. Masc.
17h35'	300m Bar./0,762m	Juv. Fem.
17h45'	300m Bar./0,840m	Juv. Masc.
	Peso/3Kg	Juv. Fem.
	Peso/4Kg	Inic. Masc.
17h55'	1 000m	Inic. Fem.
	Altura	Sen. Fem.
18h05'	1 000m	Inic. Masc.
18h15'	200m	Sen. Fem.
18h25'	200m	Sen. Masc.
	Comprimento	Inic. Fem.
	Comprimento	Inic. Masc.
	Dardo/600g	Sen. Fem.
	Dardo/800g	Sen. Masc.
18h35'	1 500m	Sen. Fem.
18h45'	1 500m	Sen. 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.