

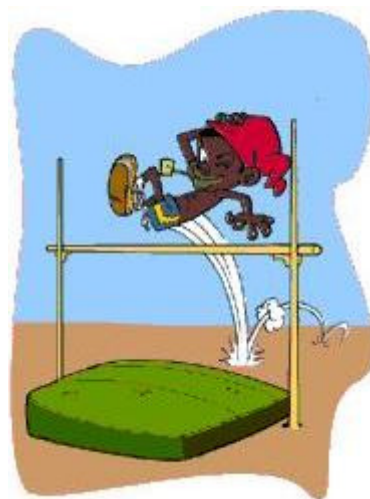
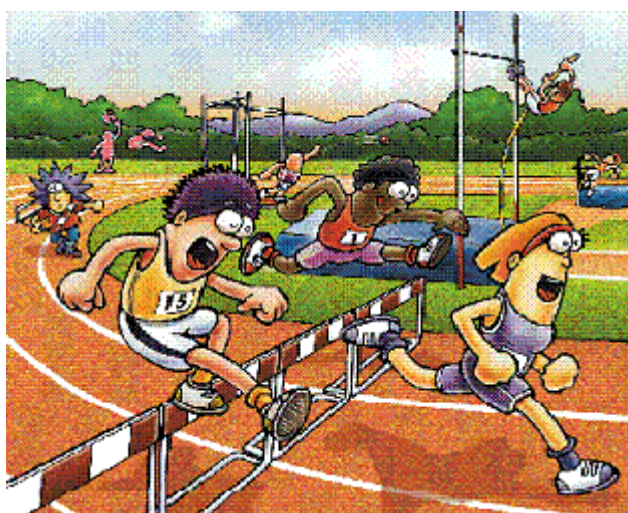
TORNEIO DE PREPARAÇÃO



ATLETISMO DE PISTA

DESPORTO ESCOLAR

EQUIPA DE APOIO ÀS ESCOLAS - GUARDA



02 DE MARÇO DE 2010

10H00'

ESTÁDIO MUNICIPAL DE SEIA



PROGRAMA

09h30' - Chegada das Escolas participantes

09h45' - Reunião Técnica e início do Aquecimento

10h00' - Início do Torneio de Preparação de Atletismo de Pista do Desporto Escolar

14h00' - Encerramento. Regresso às Escolas de origem.

- Almoço volante. Cada Escola deve providenciar o Almoço dos seus alunos.

REGULAMENTO

Torneio de Preparação de Atletismo de Pista do Desporto Escolar

1. - **DATA E HORA**: Dia 02 de Março de 2010 (Terça-feira) - 10h00'.
2. - **LOCAL**: Estádio Municipal de Seia.
3. - **ORGANIZAÇÃO**: Equipa de Apoio às Escolas - Guarda - Desporto Escolar.
4. - **COLABORAÇÃO**: Associação de Atletismo da Guarda.
5. - **ÂMBITO DE PARTICIPAÇÃO**:
 - 5.1. Este Torneio de Atletismo de Pista destina-se a todas as Escolas com Grupos/Equipas de Atletismo inscritas no Desporto Escolar, no presente Ano Lectivo. Encontra-se igualmente aberta a participação a outras Escolas da área de jurisdição da Equipa de Apoio às Escolas - Guarda que, sem terem Grupos/Equipas inscritas na modalidade de Atletismo, poderão participar se assim o entenderem;



- 5.2. Cada Escola pode apresentar a quantidade de alunos que entender, por Grupo/Equipa e por prova;
 - 5.3. A participação dos alunos, nesta Competição, está condicionada ao Regulamento Específico de Atletismo do Desporto Escolar 2009/2013;
 - 5.4. Para além dos alunos inscritos no Boletim de Competição, o Professor responsável pelo Grupo/Equipa deverá incorporar dois alunos para desempenharem as funções de Juiz;
 - 5.5. No dia da Competição as **inscrições nas provas de corridas e estafetas** deverão ser efectuadas em fichas próprias, que se encontram em anexo (uma por aluno/prova), e entregues no Secretariado. Para os Concursos as inscrições efectuam-se no próprio local da Prova, junto dos Juizes.
6. **INSCRIÇÕES:** As Inscrições, com indicação do primeiro e último nome e Data de Nascimento completa, deverão ser efectuadas até às 12h00' do dia 01 de Março de 2010, para a Equipa de Apoio às Escolas - Guarda - Desporto Escolar, através do E-mail: joaquim.pina@drec.min-edu.pt , ou pina68@gmail.com



7. PROGRAMA/HORÁRIO

Hora	Prova	Escalão/Sexo
10h00'	100m Barreiras/0,914m	Juv. Masc.
	Altura	Inic. Masc.
	Comprimento	Inf. Fem.
	Peso/3kg	Inic. Fem.
	Peso/3kg	Juv. Fem.
10h10'	80m Barreiras/0,840m	Inic. Masc.
10h20'	80m Barreiras/0,762m	Juv. Fem.
10h30'	60m Barreiras/0,762m	Inf. Masc.
	Altura	Inf. Fem.
	Comprimento	Inic. Masc.
	Comprimento	Juv. Masc.
	Peso/3kg	Inf. Masc.
10h40'	60m Barreiras/0,762m	Inic. Fem.
10h50'	60m Barreiras/0,762m	Inf. Fem.
11h00'	100m	Juv. Masc.
	Altura	Inic. Fem.
	Altura	Juv. Fem.
	Comprimento	Inf. Masc.
	Peso/5kg	Juv. Masc.
11h10'	100m	Juv. Fem.
11h20'	80m	Inic. Masc.
11h30'	80m	Inic. Fem.
	Altura	Inf. Masc.
	Comprimento	Juv. Fem.
	Peso/4kg	Inic. Masc.
11h40'	60m	Inf. Masc.
11h50'	60m	Inf. Fem.
12h00'	1 500m	Inic. Masc.
	1 500m	Juv. Masc.
12h10'	1 500m	Inic. Fem.
	1 500m	Juv. Fem.
	Altura	Juv. Masc.
	Comprimento	Inic. Fem.
	Peso/2kg	Inf. Fem.
12h20'	1 000m	Inf. Masc.
	1 000m	Inf. Fem.
12h30'	4x60m	Inf. Masc. / Fem.
12h40'	4x80m	Inic. Masc. / Fem.
12h50'	4x100m	Juv. Masc. / Fem.