



CAMPEONATO DAS BEIRAS DE 10.000 METROS

Organização	Agrupamento das Beiras / Associação de Atletismo de Aveiro
Colaboração	Câmara Municipal da Mealhada
Local	Pista de Atletismo do Centro de Estágios do Luso
10 de Abril de 2010	

1. NORMAS REGULAMENTARES

O Agrupamento das Beiras, coordenado pela Associação de Atletismo de Castelo Branco na época 2009/2010, Organiza o Campeonato das Beiras de 10.000 metros, masculino e feminino, integrado no Torneio Atleta Completo das Beiras.

Cada Clube pode apresentar um número ilimitado de atletas por prova.

Esta é uma Competição aberta, sendo permitida a participação de atletas filiados em qualquer Associação Distrital.

2. PROGRAMA-HORÁRIO

Hora	Prova	Sexo	Observações
17:30	10.000 metros	Fem	
17:30	10.000 metros	Masc	Final B
18:15	10.000 metros	Masc	Final A–Atletas com melhores marcas

3. INSCRIÇÕES

Os Clubes filiados em qualquer uma das Associações Distritais deverão enviar as inscrições para a respectiva Associação Distrital até ao dia 05 de Abril de 2010, permitindo que as Associações Distritais as confirmem e reenviem para a Associação de Atletismo de Aveiro até ao dia 07 de Abril de 2010.

No dia da prova, os atletas deverão proceder à confirmação da sua participação utilizando as fichas disponibilizadas, no local, para o efeito pela Associação de Atletismo de Aveiro, até 45 minutos antes do início da Competição.

Os atletas devem apresentar-se na Câmara de Chamada no seguinte tempo limite:

Meio Fundo	10 minutos antes
------------	------------------



Agrupamento das Beiras



(A.A. Aveiro – A.A. Castelo Branco – A.D.A. Coimbra – A.A. Guarda – A.D.A. Leiria – A.A. Viseu)

4. PRÉMIOS

Medalhas aos três primeiros classificados de cada prova.

5. DIRECÇÃO E OFICIAIS DE COMPETIÇÃO

Director da Competição	A Nomear
Director da Reunião	A Nomear
Delegado da Organização	A Nomear
Delegado Técnico	A Nomear
Juízes – Árbitros	A Nomear
Júri de Apelo	A Nomear