



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DA GUARDA

TORNEIO DE ABERTURA DE PISTA

12 DE MARÇO DE 2011 - 15h30'

ESTÁDIO MUNICIPAL DA GUARDA

1. O Torneio de Abertura de Pista irá decorrer no dia 12 de Março de 2011, no Estádio Municipal da Guarda.
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, Seniores e Veteranos 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./0,840m	Sen. Fem.	17h20'	150m	Inf. Fem.
	Dardo/600g	Sen. Fem.		Disco/1,5Kg	Juv. Masc.
15h45'	110m Bar./1,067m	Sen. Masc.	17h30'	Disco/2Kg	Sen. Masc.
	Altura	Inic. Fem.		150m	Inf. Masc.
16h00'	60m	Inf. Fem.	17h45'	Altura	Inic. Masc.
16h10'	60m	Inf. Masc.		250m Bar./0,762m	Inic. Fem.
16h20'	80m	Inic. Fem.	18h00'	250m Bar./0,762m	Inic. Masc.
	Comprimento	Inic. Fem.		Comprimento	Sen. Fem.
	Comprimento	Inic. Masc.		Comprimento	Sen. Masc.
	Dardo/400g	Inf. Fem.		Disco/0,750Kg	Inic. Fem.
	Dardo/500g	Inf. Masc.		Disco/1Kg	Inic. Masc.
16h30'	80m	Inic. Masc.	18h10'	1 000m	Inic. Fem.
16h40'	100m	Sen. Fem.	18h20'	1 000m	Inic. Masc.
16h50'	100m	Sen. Masc.	18h30'	1 000m	Sen. Fem.
	Altura	Sen. Masc.	18h40'	1 000m	Sen. Masc.
17h00'	400m	Sen. Fem.	18h50'	ACTIVIDADES PARA BENJAMINS A e B 40m (A) e 50m (B) + Arremesso de Bola/163g + Salto em Comprimento S/ Tábua de Chamada	
17h10'	400m	Sen. 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. **Prémios:** Aos três primeiros classificados em cada Prova serão atribuídas medalhas.