



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DA GUARDA

## PROVAS DE PREPARAÇÃO

01 de MAIO de 2015

ESTÁDIO MUNICIPAL DA GUARDA

1. Estas Provas de Preparação, propostas pela Associação de Atletismo da Guarda, irão disputar-se no dia 01 de Maio de 2015, no Estádio Municipal da Guarda.
2. As provas do Programa terão início a partir das 09h00'.
3. Este conjunto de Provas de Preparação destina-se a atletas filiados na Federação Portuguesa de Atletismo, em representação Individual e Colectiva.
4. Cada Clube pode apresentar a quantidade de atletas que entender.
5. As **inscrições** poderão ser realizadas até 15 minutos antes do início da Jornada.
6. A participação dos atletas está condicionada ao estipulado no Regulamento Geral de Competições.

### 7. PROGRAMA/HORÁRIO:

09h00'	110m Barreiras/0,914m	Juv. Masc.
	Comprimento	Sen. Fem.
	Comprimento	Sen. Masc.
09h15'	100m Bar./0,838m	Sen. Fem.
09h30'	80m	Inic. Fem.
09h40'	80m	Inic. Masc.
	Peso/3Kg	Inic. Fem.
	Peso/4Kg	Inic. Masc.
09h50'	400m	Sen. Fem.
10h00'	400m	Sen. Masc.