



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DA GUARDA

## TORNEIO DE ABERTURA DE PISTA

23 de MARÇO de 2019 - 15h00'

ESTÁDIO MUNICIPAL DA GUARDA

1. O **Torneio de Abertura de Pista** irá disputar-se no dia 23 de março de 2019, 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 15h00'.
4. Este Torneio destina-se a todos os atletas, de ambos os sexos, filiados na Associação de Atletismo da Guarda.
5. Poderão participar atletas filiados em outras Associações Distritais de Atletismo, desde que devidamente autorizados.
6. Cada Clube pode apresentar a quantidade de atletas que entender.
7. As **inscrições** poderão ser realizadas até 15 minutos antes do início da Jornada.
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 Atividades 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. PROGRAMA/HORÁRIO:

15h00'	100m Bar./0,838m	Sen. Fem.	16h55'	150m	Inf. Fem.
	Dardo/500g	Juv. Fem.		Dardo/500g	Inic. Fem.
	Dardo/600g	Sen. Fem.		Dardo/600g	Inic. Masc.
15h15'	110m Bar./1,067m	Sen. Masc.	17h05'	150m	Inf. Masc.
	Altura	Inic. Fem.		Altura	Inic. Masc.
15h30'	60m Bar./0,762m	Inf. Fem.	17h20'	250m Bar./0,762m	Inic. Fem.
15h45'	60m Bar./0,762m	Inf. Masc.	17h30'	250m Bar./0,762m	Inic. Masc.
15h55'	80m	Inic. Fem.		Comprimento	Sen. Fem.
	Comprimento	Inic. Fem.		Comprimento	Sen. Masc.
	Comprimento	Inic. Masc.	17h45'	1 000m	Inic. Fem.
	Dardo/400g	Inf. Fem.		Dardo/700g	Juv. Masc.
	Dardo/400g	Inf. Masc.		Dardo/800g	Sen. Masc.
16h05'	80m	Inic. Masc.	17h55'	1 000m	Inic. Masc.
16h15'	100m	Sen. Fem.	18h05'	1 000m	Sen. Fem.
16h25'	100m	Sen. Masc.	18h15'	1 000m	Sen. Masc.
	Altura	Sen. Fem.	18h30'	3 000m Obst./0,762m	Sen. Fem.
16h35'	400m	Sen. Fem.		18h30'	<i>ATIVIDADES PARA BENJAMINS A e B:</i> 40m (A) e 50m (B) + Arremesso de Bola/163g + Salto em Comprimento S/ Tábua de Chamada
16h45'	400m	Sen. Masc.			