

Centro de Formação Desportiva de Atletismo da

Escola Secundária de Seia



2ª EDIÇÃO DIA DO RECORDE ESCOLAR QUILÓMETRO JOVEM ESCOLAR 28 DE ABRIL DE 2005

PISTA DE ATLETISMO DO ESTÁDIO MUNICIPAL DE SEIA

1. O Dia do Recorde Escolar e o Quilómetro Jovem Escolar inserem-se no Plano de Actividades do Centro de Formação Desportiva de Atletismo da Escola Secundária de Seia e do Departamento de Educação Física e Desporto para o presente Ano Lectivo e irão decorrer no dia 28 de Abril de 2005, na Pista de Atletismo do Estádio Municipal de Seia.
2. Estas Competições são uma Organização do Centro de Formação Desportiva de Atletismo da Escola Secundária de Seia e do seu Departamento de Educação Física e Desporto. Contarão com a Colaboração da Coordenação Educativa da Guarda – Desporto Escolar; Associação de Atletismo da Guarda; Câmara Municipal de Seia; E.B. 2,3 Dr. Guilherme Correia de Carvalho - Seia e Bombeiros Voluntários de Seia.
3. As provas do Programa terão início a partir das 09h30' – 1ª Jornada e 14h00' – 2ª Jornada.
4. Estas Competições são abertas a equipas escolares e destinam-se a todos os atletas dos escalões: Infantis, Iniciados, Juvenis e Juniores - de ambos os sexos, que pretendam participar.
5. Cada Escola pode apresentar a quantidade de atletas que entender.
6. As **inscrições** deverão ser enviadas, impreterivelmente até ao dia 22 de Abril para o Centro de Formação Desportiva de Atletismo da Escola Secundária de Seia, ao cuidado da Prof^ª. Regina Babo (Coordenadora do Centro de Formação), através do Fax: 238 317 416, em folha de inscrição própria, que se encontra em anexo.

7. PROGRAMA/HORÁRIO:

| 1ª JORNADA | | | 2ª JORNADA | | |
|------------|---------------------|----------------------|------------|----------------|--------------------|
| 09h30' | 100m Bar | Juv./Jun. Masc. | 14h00' | 400m | Juv./Jun. Fem. |
| | Comprimento | Inic./Juv./Jun. Fem. | | Comp. S/ Tábua | Inf. A/Inf. B Fem. |
| | Peso/4Kg | Inic. Masc. | | Dardo/700g | Juv. Masc. |
| | Peso/5Kg | Juv. Masc. | | Dardo/800g | Jun. Masc. |
| | Arremesso Bola/163g | Inf. A/Inf. B Fem. | | 14h10' | 400m |
| 09h45' | 80m Bar. | Inic. Masc. | 14h20' | 60m | Inf. A/Inf. B Fem. |

| | | | | | |
|--------|---------------------|-----------------------|--------|----------------|-----------------------|
| 10h00' | 80m Bar. | Juv./Jun. Fem. | 14h30' | 60m | Inf. A/Inf. B Masc. |
| 10h15' | 60m Bar. | Inic. Fem. | 14h40' | 80m | Inic. Fem. |
| | Comprimento | Inic./Juv./Jun. Masc. | | Altura | Inic./Juv./Jun. Masc. |
| | Peso/6Kg | Jun. Masc. | | Comp. S/ Tábua | Inf. A/Inf. B Masc. |
| | Arremesso Bola/163g | Inf. A/Inf. B Masc. | 14h50' | 80m | Inic. Masc. |
| 10h30' | 1 000m | Inf. A/Inf. B Fem. | | Dardo/400g | Inic. Fem. |
| 10h40' | 1 000m | Inf. A/Inf. B Masc. | | Dardo/600g | Juv./Jun. Fem. |
| 10h50' | 1 000m | Inic. Fem. | 15h00' | 100m | Juv./Jun. Fem. |
| 11h00' | 1 000m | Inic. Masc. | 15h10' | 100m | Juv./Jun. Masc. |
| | Altura | Inic./Juv./Jun. Fem. | 15h25' | 4x60m | Inf. A/Inf. B Fem. |
| | Peso/3Kg | Inic./Juv. Fem. | | Disco/1,750Kg | Jun. Masc. |
| | Dardo/400g | Inic. Masc. | 15h35' | 4x60m | Inf. A/Inf. B Masc. |
| 11h10' | 1 000m | Juv./Jun. Fem. | 15h50' | 4x80m | Inic. Fem. |
| 11h20' | 1 000m | Juv./Jun. Masc. | 16h00' | 4x80m | Inic. Masc. |
| 12h00' | 400m Bar. | Juv. Masc. | 16h15' | 4x100m | Juv./Jun. Fem. |
| | | | 16h25' | 4x100m | Juv./Jun. Masc. |

Nota: A não realização de algumas das provas por falta de participantes implicará a antecipação das seguintes.

8. A participação dos atletas está condicionada ao estipulado no Regulamento Geral de Competições. Cada atleta pode participar no máximo em 3 provas, não podendo ser todas na mesma Jornada (duas Jornadas).

9. Os atletas dos escalões de Infantis e Iniciados que participem numa corrida de distância igual ou superior a 300m não poderão participar noutra corrida nessa Jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas.

10. Os atletas do escalão de Juvenis que participem numa corrida de distância igual ou superior a 800m não poderão participar noutra corrida nessa Jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas.

11. Os atletas do escalão de Juniores que participem numa corrida de distância igual ou superior a 1500m não poderão participar noutra corrida nessa Jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas.

12. As alturas de início das fasquias, bem como os incrementos das mesmas, serão decididas no local da Competição, em face dos atletas inscritos.

13. Não haverá **Prémios** em disputa.