

Centro de Formação Desportiva de Atletismo da Escola Secundária de Seia

DIA DO RECORDE ESCOLAR QUILÓMETRO JOVEM ESCOLAR

24 DE MARÇO DE 2004 - 09h30'

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 Departamento de Educação Física e Desporto e do Centro de Formação Desportiva de Atletismo da Escola Secundária de Seia para o presente Ano Lectivo e irão decorrer no dia 24 de Março de 2004, na Pista de Atletismo do Estádio Municipal de Seia.
2. Estas Competições são uma Organização do Departamento de Educação Física e Desporto e do Centro de Formação Desportiva de Atletismo da Escola Secundária de Seia. Contará com a Colaboração do C.A.E./Guarda – Desporto Escolar; Associação de Atletismo da Guarda; Câmara Municipal de Seia; E.B. 2,3 Guilherme Correia de Carvalho - Seia e Bombeiros Voluntários de Seia.
3. As provas do Programa terão início a partir das 09h30'.
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 17 de Março 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	Juv./Jun. Masc.

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.
			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.