



Fundada em 1987

ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

COMUNICADO OFICIAL N.º 02 2013/2014

Prova: Torneio de Abertura
Data: 23 de novembro de 2013 (sábado)
Local: Estádio Municipal Manuela Machado
Organização: Associação de Atletismo de Viana do Castelo
Câmara Municipal de Viana do Castelo
Director de Competição: José Augusto Meixedo
Delegado Técnico: Rui Costa
Director Técnico: Rui Cerqueira

Início da prova	Prova	Escalaão						Sexo	Observações
		Benj	Inf	Ini	Juv	Jun	Sen		
		02/06	00/01	98/99	96/97	94/95	93 ou -		
14:30	60m		●					F	Séries
14:30	Disco		●	●	●	●	●	M/F	0,750-1-1,5-1,750-2kg (*1) 0,600-0,750-1-1-1kg
14:30	Comprimento		●	●				M/F	Tábua: 1m (*1)
14:30	Altura		●	●	●	●	●	M/F	1.00m +5cm até 1.30, depois + 3cm
14:40	60m		●					M	Séries
14:45	60m			●				F	Séries
14:50	60m			●				M	Séries
14:55	60m				●	●	●	F	Séries
15:00	60m				●	●	●	M	Séries
15:10	150m		●					F	Séries
15:15	150m		●					M	Séries
15:15	Comprimento				●	●	●	M/F	Tábua: 3m (*1)
15:25	200m				●	●	●	F	Séries
15:30	Penta Salto	●						M/F	
15:30	Dardo		●	●	●	●	●	M/F	400-600-700-800-800g (*1) 400-500-500-600-600g
15:30	Peso		●	●	●	●	●	M/F	2-3-3-4-4 (*1) 3-4-5-6-7,260kg
15:35	200m				●	●	●	M	Séries
15:45	250m			●				F	Séries
15:55	250m			●				M	Séries
16:00	Bola Medicinal	●						M/F	
16:00	1000m		●	●				F	Séries
16:10	1000m		●	●				M	Séries
16:20	1500m				●	●	●	F	Séries
16:30	Fórmula 1	●						M/F	
16:30	1500m				●	●	●	M	Séries

(*1) Se o total de atletas for superior a 10, estes terão apenas direito a efectuar 4 ensaios.

Regulamento do Torneio de Abril

Os atletas até ao escalaão de iniciados (inclusive) poderão participar em três provas, os outros duas.

A participação dos atletas do escalaão de Iniciados e Juvenis em corridas ou provas de marcha e a participação noutras provas na mesma jornada deverá respeitar o estabelecido, desde 22 de Setembro de 2013, no Regulamento Geral de Competições da FPA (já divulgado).

No acto de inscrição deverão mencionar a sua melhor marca e o seu dorsal para a época em curso.

No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

Viana do Castelo, 18 de novembro de 2013

O Director Técnico Regional