



Fundada em 1987

ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO
INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

COMUNICADO OFICIAL N.º 32 2008/2009

Prova: I Tarde do Lima
Data: 30 de Junho de 2009 (terça-feira)
Local: Estádio Municipal Manuela Machado
Organização: Associação de Atletismo de Viana do Castelo
 Câmara Municipal de Viana do Castelo
Director de Competição: Manuel Casado
Delegado Técnico: Rui Costa
Director Técnico: Rui Cerqueira

Início da prova	Prova	Escalão						Sexo	Observações
		Benj B	Inf	Ini	Juv	Jun	Sen		
		98/99	96/97	94/95	92/93	90/91	89/...		
19.00	40m s/ blocos de partida	●						F	Séries
19.00	Comprimento		●	●	●	●	●	M/F	
19.00	Disco		●	●	●	●	●	F	600/750/1/1/1kg
19.00	Disco		●	●	●	●	●	M	750/1/1.5/1.750/2kg
19.05	40m s/ blocos de partida	●						M	Séries
19.15	150m		●					F	Séries
19.20	150m		●					M	Séries
19.30	250m			●				F	Séries
19.35	250m			●				M	Séries
19.45	600m	●						F	Séries
19.50	600m	●						M	Séries
19.45	Triplo				●	●	●	M/F	
19.45	Comprimento s/ tábua	●						M/F	Zona de 60cm a 1m da caixa
19.55	600m		●					F	Séries
20.00	600m		●					M	Séries
20.05	200m				●	●	●	M	Séries
20.10	800m			●				F	Séries
20.20	800m			●				M	Séries
20.30	1500m				●	●	●	F	Séries
20.40	1500m				●	●	●	M	Séries

Regulamento da Competição

- Os atletas apenas poderão participar no máximo em duas provas.
- A participação dos atletas do escalão de Infantis, Iniciados e Juvenis em corridas ou provas de marcha e a participação noutras provas na mesma jornada deverá respeitar o estabelecido, desde 1 de Janeiro de 2007, no Regulamento Geral de Competições da FPA (já divulgado).
- Os atletas Benjamins que participarem na prova dos 600m não podem participar posteriormente em mais nenhuma prova.
- No acto de inscrição deverão mencionar a sua melhor marca.
- A inscrição realizar-se-á até trinta minutos antes da hora marcada para a prova.
- No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

Viana do Castelo, 23 de Junho de 2009

O Director Técnico Regional


(Prof. Rui Costa)