



Fundada em 1987

ASSOCIAÇÃO DISTRIAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

COMUNICADO OFICIAL N.º 03 2023/2024

Prova: Torneio de Abertura 23/24
Data: 25 de novembro de 2023 (Sábado)
Local: Estádio Municipal Manuela Machado
Organização: Associação de Atletismo de Viana do Castelo
Apoio: Câmara Municipal de Viana do Castelo
Diretor de Competição: Vítor Lima / Joaquim Araújo
Delegado Técnico: Rui Costa
Diretor Técnico: Rui Cerqueira

Início da Prova	Prova	Escalaõ						Sexo	Observações
		Benj	Inf	Ini	Juv	Jun	Sen		
		12/13	10/11	08/09	06/07	04/05	03...		
14:30	150m				●	●	●	F	Séries
14:30	Salto c/vara em distância	●	●					F/M	3 ensaios
14:30	Peso		●	●	●	●	●	F	2kg 3kg 4kg 4kg
14:40	150m				●	●	●	M	Séries
14:50	150m		●	●				F	Séries
15:00	150m		●	●				M	Séries
15:10	Comprimento			●	●			M/F	Tábua:1m (se mais de 12, só 3 ensaios)
15:15	600m	●	●					F	Séries
15:25	600m	●	●					M	Séries
15:30	Peso		●	●	●	●	●	M	3kg 4kg 5kg 6kg 7,260kg
15:35	300m				●	●	●	F	
15:45	300m				●	●	●	M	
15:50	Comprimento					●	●	F/M	Tábua:3m (se mais de 12, só 3 ensaios)
16:00	1000m					●	●	M	Séries
16:15	1000m					●	●	F	Séries

Regulamento:

- Os atletas apenas poderão participar em duas provas.
- A participação dos atletas do escalaõ de Infantis, Iniciados e Juvenis em corridas ou provas de marcha e a participação noutras provas na mesma jornada deverá respeitar o estabelecido no Regulamento Geral de Competições da FPA.
- No ato de inscrição deverão mencionar a sua melhor marca.
- No restante respeitar-se-á o descrito no RGC da Federação Portuguesa de Atletismo.
- Inscrições** – Feitas antecipadamente, até 23 de novembro, na plataforma fpacompeticoes.pt

Viana do Castelo, 17 de novembro de 2023

O Diretor Técnico Regional



ERGONUTIS
Smart Solutions

