



Fundada em 1987

ASSOCIAÇÃO DISTRIAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

COMUNICADO OFICIAL N.º14 2011/2012

Prova: Torneio de Fevereiro + Desporto Escolar
Data: 25 de Fevereiro de 2012 (Sábado)
Local: Estádio Municipal Manuela Machado
Organização: Associação de Atletismo de Viana do Castelo
Apoio: Câmara Municipal de Viana do Castelo
Director de Competição: José Augusto Meixedo
Delegado Técnico: Rui Costa
Director Técnico: Rui Cerqueira



Desporto Escolar


Início da Prova	Escalão no Desp. Esc. → Escalão na FPA →	Escalão				Sexo	Observações
		Inf A	Inf B	Ini	Juv		
		Benj	Inf	Ini	Juv		
14:30	80 m Barreiras			●		F	8/0.76 (12-8-12)
14:30	Altura	●	●			M	1.10m +5cm até 1.35, depois + 3cm
14:30	Comprimento	●	●			F	Tábua: 1 m
14:30	Peso		●	●	●	M	3 4 5kg
14:40	100 m Barreiras				●	F	10/0.76 (13-8.5-10.5)
14:45	100 m Barreiras			●		M	10/0.84 (13-8.5-10.5)
14:50	110 m Barreiras				●	M	10/0.914 (13.72-9.14-14.02)
15:00	60m	●	●			F	Séries
15:10	60m	●	●			M	Séries
15:20	80m			●		F	Séries
15:30	80m			●		M	Séries
15:30	Altura	●	●			F	1.00m +5cm até 1.30, depois + 3cm
15:30	Comprimento	●	●			M	Tábua: 1 m
15:30	Peso		●	●	●	F	2 3 3kg
15:40	100 m				●	F	Séries
15:50	100 m				●	M	Séries
16:00	1.000 m	●	●			F	Séries
16:05	1.000 m	●	●			M	Séries
16:15	300m				●	F	Séries
16:25	400m				●	M	Séries
16:35	4x100m				●	F	Séries
16:45	4x100m				●	M	Séries
16:55	4x80m			●		F	Séries
17:05	4x80m			●		M	Séries
17:15	4x60m		●			F	Séries
17:25	4x60m		●			M	Séries

REGULAMENTO DA COMPETIÇÃO

- Prova aberta a atletas federados ou representando equipas do Desporto Escolar.
- Cada equipa poderá apresentar no máximo 3 (três) alunos por prova, excepto na estafeta em que poderá apresentar no máximo uma equipa, constituída por 4 (quatro) alunos participantes ou não nas outras provas.
- Cada aluno pode participar num máximo de 2 (duas) provas, sem contar com a prova de estafeta;
- O número de ensaios nos concursos poderão ser ajustados às necessidades da organização, assim antes do início de cada concurso será definido o número de ensaios (saltos e lançamentos) que cada aluno pode executar.
- As inscrições são feitas antecipadamente através de ficha própria, enviada em anexo, até ao dia 23 de Fevereiro, enviadas para o endereço: atletismoviana@gmail.com
- As fichas de participação nas várias provas serão preenchidas pela organização.
- Os atletas devem ser portadores de **alfinetes**, para fixarem os dorsais.

Viana do Castelo, 8 de Fevereiro de 2012

O Director Técnico Regional


(Rui Costa)

Ficha de inscrição no Torneio de Fevereiro



Clube ou Escola:			
	Nome	Telf./Telm.	E-Mail
Responsável:			



Desporto Escolar

Escalão no Desp. Esc. →		Infantis A		Infantis B		Sexo
Escalão na FPA →		Benjamins		Infantis		
		2001/2002		1999/2000		
Hora	Prova	Nome e Apelido	Ano	Nome e Apelido	Ano	
14:30	Altura					M
14:30	Comprimento					F
14:30	Peso					M
15:00	60m					F
15:10	60m					M
15:30	Altura					F
15:30	Comprimento					M
15:30	Peso					F
16:00	1.000 m					F
16:05	1.000 m					M
17:15	4x60m					F
17:25	4x60m					M

Ficha de inscrição no Torneio de Fevereiro



Desporto Escolar

Clube ou Escola:						
		Nome	Telf./Telm.	E-Mail		
Responsável:						
Hora	Prova	Iniciados		Juvenis		Sexo
		1997/1998		1995/1996		
		Nome e Apelido	Ano	Nome e Apelido	Ano	
14:30	80 m Barreiras					F
14:30	Peso					M
14:40	100 m Barreiras					F
14:45	100 m Barreiras					M
14:50	110 m Barreiras					M
15:20	80m					F
15:30	80m					M
15:30	Peso					F
15:40	100 m					F
15:50	100 m					M
16:15	300m					F
16:25	400m					M
16:35	4x100m					F
16:45	4x100m					M
16:55	4x80m					F
17:05	4x80m					M