



TORNEIO DE PISTA

MACHICO E RIBEIRA BRAVA – 28 DE FEVEREIRO E 1 DE MARÇO DE 2015

1. INTRODUÇÃO

A AARAM não foi autorizada a organizar provas de lançamento do dardo e de disco nas instalações da pista da Ribeira Brava.

Assim, e porque apenas a pista da Ribeira Brava tem condições materiais para realizar a segunda jornada do Campeonato Regional de Provas Combinadas, não é possível a organização deste campeonato (o que sucede já pelo segundo ano consecutivo).

Para que a generalidade dos atletas não veja defraudada a possibilidade de competir, a AARAM decidiu manter um pequeno programa de provas na mesma data.

2. NORMAS REGULAMENTARES GERAIS

- 2.1. Cada clube pode participar com um número ilimitado de atletas.
- 2.2. Os atletas podem participar de acordo com o previsto no regulamento geral de competições.

3. INSCRIÇÕES

- 3.1. As inscrições serão efetuadas junto do secretariado no dia das provas. São estipulados dois períodos para aceitação / validação das inscrições:.
 - 3.1.1. Para as provas que tenham início nos primeiros 30 minutos do programa horário, as inscrições terão de ser efetuadas em ficha própria, impreterivelmente, até 30 minutos antes do início da competição.
 - 3.1.2. Para as restantes provas, as inscrições devem ser feitas até ao início da competição.

4. PROGRAMA HORÁRIO - RETIFICADO

28 / FEVEREIRO (SÁBADO) - MACHICO

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
15h30	DARDO	M	400g	600g	700g	800g	800g	
	PESO	F	2k	3k	3k	4k	4k	
16h30	DARDO	F	400g	500g	500g	600g	600g	
	PESO	M	3k	4k	5k	6k	7,26k	

Nota: Em função do número de participantes, o horário desta jornada poderá sofrer ajustes a decidir pelos juízes.



TORNEIO DE PISTA

DOMINGO, 1/MARÇO/2015 – RIBEIRA BRAVA

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
9h50	100 M BARR.	M		✓				10b - 13,00+8,50 / 0,84m
10h00	100 M	F			✓	✓	✓	Eliminatórias
10h05	100 M	M			✓	✓	✓	Eliminatórias
10h10	ALTURA	F	✓	✓	✓	✓	✓	1,00 (+4) -> 1,40 (+3)
10h15	80 M BARR.	F		✓				8b - 12,00+8,00 / 0,76m
10h25	100 M	F			✓	✓	✓	Final
10h30	100 M	M			✓	✓	✓	Final
	QUÁDRUPLO	F+M		✓				Tábuas: 10 e 11m (25m balanço)
10h35	50 M BARR.	F	✓					5b - 11,00+7,00 / 0,65m
10h40	50 M BARR.	M	✓					5b - 11,00+7,00 / 0,65m
10h50	5.000 M MARCHA	F			✓	✓	✓	
	5.000 M MARCHA	M		✓	✓			
11h10	ALTURA	M	✓	✓	✓	✓	✓	1,10 (+4) -> 1,62 (+3)
11h30	3.000 M	F			✓	✓	✓	
	QUÁDRUPLO	F+M	✓					Tábuas: 8 e 10m (18m balanço)
11h45	3.000 M	M			✓	✓	✓	
12h00	800 M	F		✓	✓			
12h05	800 M	M		✓	✓			
12h15	250 M	F		✓				
12h20	250 M	M		✓				
12h25	600 M	F	✓					
12h30	600 M	M	✓					