



Associação de Atletismo de Beja

(Filiada na Federação Portuguesa de Atletismo)

Rua Pablo Neruda, N.º.1-A 7800-327 BEJA

Tel/Fax: 284 325 447

Comunicado n.º. 05 – 2020

06 de Janeiro de 2020

1ª. Jornada Duatlo Infantil + Provas de Preparação

A Associação de Atletismo de Beja, com o apoio logístico da Câmara Municipal de Castro Verde, vai realizar no dia **11 de Janeiro de 2020**, na Pista Simplificada de Castro Verde, a **1ª. Jornada de Duatlo Infantil, e Provas de Preparação** de acordo com o seguinte programa horário:

PROGRAMA HORÁRIO

14.30 Horas	Concentração		
15.00 Horas	Comprimento	Inf Masc/Fem	Duatlo
	Peso (5kg/6kg/7,260kg)	Juv + Jun/Sen Masc	Pv Prep.
15.15 Horas	60 Metros	Abs Masc/Fem	Pv Prep.
15.30 Horas	Altura *	Inic e Abs Masc/Fem	Pv Prep.
	60 Metros	Inf Masc/Fem	Duatlo
16.00 Horas	Peso (4kg)	Jun/Sen Fem	Pv Prep.
	Triplo Salto**	Abs Masc/Fem	Pv Prep.
16.00 Horas	1000 Metros	Inic Masc/Fem	Pv Prep.
16.30 Horas	1000 Metros	Abs Masc/ Fem	Pv Prep.
16.40 Horas	1000 Metros	Inf Masc/Fem Extra	Pv.Prep.

* Início a 1,00m para os Fem e 1,20 para os Masc e sob de 5 em 5 cms.

** com tábua a definir no inicio da competição

Normas Regulamentares

- 1 – Só podem participar atletas federados e do Desporto Escolar.
- 2 – Os atletas Infantis, que queiram pontuar para o Duatlo Infantil, têm obrigatoriamente que participar nas duas provas do programa.
- 3 – Nos concursos cada atleta tem direito a 3 ensaios.
- 4 – Inscrições: **Deverão efectuar as vossas inscrições até ao dia 09.01.2020**, através o email da AABJ atletismo.beja@gmail.com
- 5 – Prémios: Esta competição pontua para o Duatlo Infantil, sendo os prémios a atribuir na última jornada de cada competição, conforme regulamento próprio.

Director de Reunião – Gonçalo Cruz

Director de Competição – Jorge Aniceto

A Associação de Atletismo de Beja