



## 2ª NOITE QUENTE

27 de maio de 2015 - Quarta

Estádio Estádio Municipal da Póvoa de Varzim

### PROGRAMA – HORÁRIO

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
20h00	100m	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries
	Triplo	Juv-Jun-Sen	Mas	Tábua 11 m
	Altura	Juv-Jun-Sen	Fem	a)
	Dardo	Juv-Jun-Sen	Fem	600 g
20h15	100	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
20h30	4x80m	Iniciados	Fem/Mas	Sel. Olímpico Jovem
20h35	4x100m	Juvenis	Fem/Mas	Sel. Olímpico Jovem
20h45	5000 m	Jun-Sen	Fem	Séries
21h15	5000 m	Jun-Sen	Mas	Séries
21h20	Triplo	Juv-Jun-Sen	Fem	Tábua 9m
	Altura	Juv-Jun-Sen	Mas	b)
	Dardo	Juv-Jun-Sen	Mas	800 g
21h45	400 m	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
22h00	400 m	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries
22h15	1500 m	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
22h30	1500 m	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries

- a) **Salto em Altura (Fem):** A fasquia inicia a 1,30 m, sobe de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas. A partir daí subirá de 3 em 3 cm.
- b) **Salto em Altura (Mas):** A fasquia inicia a 1,50 m, sobe de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas em prova. A partir daí subirá de 3 em 3 cm.



**2ª NOITE QUENTE**  
**27 de maio de 2015 - Quarta**  
*Estádio Estádio Municipal da Póvoa de Varzim*

***Regulamento:***

1. Nas Noites Quentes só poderão participar, exclusivamente, atletas Federados ou Inatel, dos escalões de **Juvenis, Juniores e Seniores**, de acordo com o estabelecido em cada prova do programa.
2. Nas provas de corridas, as **melhores marcas** a indicar nas inscrições deverão ter sido realizadas desde Janeiro de 2014.
3. A verificar-se a indicação de **melhores marcas pessoais falseadas**, nas provas de corridas, os atletas **serão desclassificados e poderão ser suspensos** de participar noutras competições da A.A. Porto.
4. Serão organizadas series só para os escalões de juvenis, de modo a respeitar o Regulamento Geral de Competições, nomeadamente a orientação da FPA saída em 2014, que não permite que os atletas de uma associação vão competir em provas de outras associações em provas de seniores.
5. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.
6. Inscrições **até 30 minutos** antes de cada prova.