



2ª NOITE QUENTE
27 de junho de 2018 – Quarta-feira
Estádio Municipal Póvoa de Varzim

PROGRAMA – HORÁRIO

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
20h00	110m Bar	Juv-Jun	Mas	Séries – 1.00m
	Comprimento	Juv-Jun-Sen	Fem	Tábua 3m
	Vara	Juv-Jun-Sen	Fem	b)
	Altura	Juv-Jun-Sen	Mas	a)
	Peso 4kg	Juv/Jun/Sen	Fem	
20h10	100m Bar	Juv/Jun/Sen	Fem	Séries – 0,84m
20h20	100m cadeira rodas			
	100m	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
20h35	100m	Juv-Jun-Sen	Mas	Series
20h50	1500m	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
21h10	1500m	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries
	Comprimento	Juv-Jun-Sen	Mas	Tábua 3m
	Vara	Juv-Jun-Sen	Mas	b)
	Triplo	Juv-Jun-Sen	Fem	Tábua 9m
	Peso 7,260Kg	Jun/Sen	Mas	
21h30	200m Cadeira rodas			
	200 m	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
21h40	200 m	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries
21h50	5000m	Jun/Sen	Fem	Séries
22h10	5000m	Jun/Sen	Mas	Séries

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

b) Vara (Mas/Fem) - A altura da fasquia inicia a 2.00 m e sobe de 10 em 10 cm até ficarem 3 atletas. A partir daí subirá de 5 em 5 cm.

c) 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.



2ª NOITE QUENTE
27 de junho de 2018 – Quarta-feira
Estádio Municipal Póvoa de Varzim

Regulamento:

1. Nas Noites Quentes só poderão participar, exclusivamente, atletas Federados, dos escalões de **Juvenis, Juniores e Seniores**, de acordo com o estabelecido em cada prova do programa.
2. Cada atleta só poderá participar num máximo de 2 provas.
3. Nas provas de corridas, as **melhores marcas** a indicar nas inscrições deverão ter sido realizadas desde Janeiro de 2016.
4. 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.
5. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.
6. **Inscrições**
 - i) Obrigatórias na plataforma de inscrições **www.aaporto.pt** , até às **23h59 do dia 25 junho**.
 - ii) As **inscrições** realizadas em **www.aaporto.pt** devem ser **confirmadas** no secretariado, com **30 minutos de antecedência da prova**.
 - iii) As inscrições de outros pedidos de participação e outras Associações devem ser enviadas até dia 25 junho para o email **dtr.aaporto@gmail.com**