

TORNEIO DE LANÇAMENTO
14 de Abril de 2013 - 09h30
Parque Desportivo de Ramalde – INATEL - Porto

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO
09h30	Disco - 1 kg	Juv./Jun./Seniores	Fem
	Peso - 7,260 kg	Juniores/Seniores	Mas
10h10	Disco - 2 kg	Juniores/Seniores	Mas
	Disco - 1,5 kg	Iniciados/Juvenis	Mas
	Peso - 4 kg	Juv/Jun/Sen	Fem
11h00	Martelo - 3 kg	Iniciadas/Juvenis	Fem
	Martelo - 5 kg	Iniciados/Juvenis	Mas
	Peso - 6 kg	Juvenis/Juniores	Mas
11h50	Martelo - 7,260 kg	Juniores/Seniores	Mas
	Peso - 3 kg	Iniciadas/Juvenis	Fem
12h30	Martelo - 4 kg	Juv/Jun/Sen	Fem
	Peso - 5 kg	Iniciados/Juvenis	Mas

REGULAMENTO

- a) Este Torneio destina-se a atletas dos escalões indicados no programa/horário, **com filiação regularizada** na A.A.Porto e atletas do Inatel.
- b) A participação de atletas de outras Associações Regionais só é autorizada após **pedido de participação**, via Associação de origem, à Direcção da A.A.P. e realizado até 3 dias antes da competição.
- c) Todos os atletas só poderão participar num máximo de duas provas.
- d) Em cada prova só poderão participar, exclusivamente, atletas pertencentes aos escalões indicados no programa-horário.
- e) No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

Inscrições: 30 minutos antes do início de cada prova.