



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO PORTO

Fundada em 23 de Março de 1926

Medalha de Ouro de Valor Desportivo da C. M. Porto

COMUNICADO OFICIAL Nº 7/2009

NOITE DE VERÃO DA PÓVOA



3 de Junho de 2009 - Quarta

Estádio Municipal da Póvoa de Varzim



Regulamento:

- Na Noite de Verão da Póvoa só poderão participar, exclusivamente, atletas Federados ou Inatel, dos escalões indicados em cada prova do programa/horário.
- Inscrições: Até **30 minutos antes do início de cada prova**, em ficha própria da A.A. Porto.
- Nas provas de corridas, as **melhores marcas** a indicar nas inscrições deverão ter sido realizadas desde Janeiro de 2008.
- A verificar-se a indicação de **melhores marcas pessoais falseadas**, nas provas de corridas, os atletas **serão desclassificados e não serão autorizados** a participar noutras competições da A.A. Porto.
- No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

| HORA | PROVA | ESCALÃO | SEXO | OBSERV. |
|-------|--------------------|---------------|------|-----------------|
| 20h00 | 110 m Barreiras | Jun-Sen | Mas | 1,06 m - Séries |
| | Vara | Juv-Jun-Sen | Fem | a) |
| | Triplo | Juv-Jun-Sen | Mas | |
| | Dardo | Juv-Jun-Sen | Fem | 600 g |
| | Peso | Jun-Sen | Mas | 7,260 kg |
| | Peso | Inic.-Juvenis | Mas | 5 kg |
| 20h10 | 110 m Barreiras | Juv-Jun | Mas | 1,00 m - Séries |
| 20h20 | 100 m Barreiras | Juv-Jun-Sen | Fem | 0,84 m - Séries |
| 20h30 | 100 m | Juv-Jun-Sen | Fem | Séries |
| 20h40 | 100 m | Juv-Jun-Sen | Mas | Séries |
| 20h50 | 100 m - Cad. Rodas | Juv-Jun-Sen | Mas | Séries |
| 21h00 | 800 m | Juv-Jun-Sen | Fem | Séries |
| | Vara | Juv-Jun-Sen | Mas | b) |
| | Triplo | Juv-Jun-Sen | Fem | |
| | Dardo | Juv-Jun-Sen | Mas | 800 g |
| | Peso | Juv-Jun-Sen | Fem | 4 kg |
| 21h10 | 800 m | Juv-Jun-Sen | Mas | Séries |
| 21h20 | 200 m | Juv-Jun-Sen | Fem | Séries |
| 21h30 | 200 m | Juv-Jun-Sen | Mas | Séries |
| 21h40 | 200 m - Cad. Rodas | Juv-Jun-Sen | Mas | Séries |
| 21h50 | 3000 m | Juv-Jun-Sen | Fem | Séries |
| 21h55 | 3000 m | Juv-Jun-Sen | Mas | Séries |

a) Vara (Fem) - 2,10 - 2,20 - 2,30 - 2,40 - 2,50 - 2,60 - 2,70 - 2,80 - 2,90 - 2,95 - 3,00 -

b) Vara (Mas) - 2,80 - 2,95 - 3,10 - 3,25 - 3,40 - 3,55 - 3,70 - 3,80 - 3,90 - 3,95 - 4,00 -