



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 9/2011

1ª NOITE QUENTE 2011

25 de Maio de 2011

Pista do Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho – Maia

Regulamento:

- 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.
- Os atletas de outras Associações Regionais poderão participar **após pedido de autorização, via Associação de origem**, ao Departamento Técnico da A. A. Porto.
- 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 2010.
- 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.

Programa Horário

| HORA | PROVA | ESCALÃO | SEXO | OBSERV. |
|-------|-------------|-------------|------|-----------------|
| 20h00 | 110 m Barr | Juv-Jun-Sen | Mas | Séries - 1,06 m |
| | Vara | Juv-Jun-Sen | Mas | a) |
| | Comprimento | Juv-Jun-Sen | Fem | Tábua - 3 m |
| | Dardo | Juv-Jun-Sen | Mas | 800 grs. |
| 20h15 | 100 m Barr | Juv-Jun-Sen | Fem | Séries - 0,84 m |
| 20h30 | 5000 m | Jun-Sen | Mas | Séries |
| 20h55 | 200 m | Juv-Jun-Sen | Mas | Séries |
| | Comprimento | Juv-Jun-Sen | Mas | Tábua - 3 m |
| 21h20 | 200 m | Juv-Jun-Sen | Fem | Séries |
| | Vara | Juv-Jun-Sen | Fem | b) |
| | Dardo | Juv-Jun-Sen | Fem | 600 grs |
| 21h35 | 5000 m | Jun-Sen | Fem | Séries |
| 22h00 | 1500 m | Iniciados | Mas | Séries c) |
| | 1500 m | Juv-Jun-Sen | Mas | Séries |
| 22h20 | 1500 m | Iniciados | Fem | Séries d) |
| | 1500 m | Juv-Jun-Sen | Fem | Séries |

a) Vara (Mas) - 2,20 - 2,40 - 2,60 - 2,80 - 2,95 - 3,10 - 3,20 - 3,30 - 3,40 - 3,50 - 3,55 - 3,60...+5

b) Vara (Fem) - 2,00 - 2,20 - 2,30 - 2,40 - 2,50 - 2,60 - 2,70 - 2,80 - 2,90 - 3,00-...+5

c) Mínimo participação atletas masculinos de outras Associações - **4.30,00**

d) Mínimo participação atletas femininos de outras Associações - **5.15,00**