



**TORNEIO DE PREPARAÇÃO (CNC)**

**FUNCHAL (RG3) E RIBEIRA BRAVA – 27 E 28 DE MAIO DE 2017**

**1. INTRODUÇÃO**

Com o objectivo de proporcionar uma oportunidade competitiva adicional, possibilitar a obtenção de mínimos e preparar a Seleção Regional, a AARAM irá organizar um pequeno programa de provas de preparação.

**2. NORMAS DE PARTICIPAÇÃO**

- 2.1. A participação nestas provas é aberta a todos os atletas e clubes filiados na AARAM.
- 2.2. Os atletas poderão participar nas provas que desejarem, desde que respeitando o Regulamento Geral de Competições (nomeadamente no que aos **escalões jovens** diz respeito).
- 2.3. Nas provas onde é indicado um limite de participantes e no caso de haver mais inscritos do que o indicado, o DTR decidirá quais os atletas autorizados a participar.

**3. INSCRIÇÕES**

- 3.1. Será usado o procedimento habitual.

**4. PROGRAMA / HORÁRIO (RECTIFICADO):**

**27 / MAIO – SÁBADO – FUNCHAL (RG3)**

Início	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
10h00	<b>MARTELO</b>	F+M		✓	✓			F: 3kg / M: 4 e 5kg (limite total: 8 atletas)
11h00	<b>PESO</b>	F+M		✓	✓			F: 3kg / M: 4 e 5kg

**RIBEIRA BRAVA**

Início	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
16H00	<b>60 M BARR.</b>	F	✓					12,00+7,00 / 0,76m (6b) (limite: 8 atletas)
16H10	<b>60 M BARR.</b>	M	✓					12,00+7,50 / 0,76m (6b) (limite: 8 atletas)
16h15	<b>DARDO</b>	M		✓	✓			700g
16h20	<b>100 M</b>	F		✓	✓			(limite: 8 atletas)
16h25	<b>100 M</b>	F				✓	✓	(limite: 8 atletas)
16h35	<b>100 M</b>	M		✓	✓			(limite: 8 atletas)
16h40	<b>100 M</b>	M				✓	✓	(limite: 8 atletas)
16H55	<b>4x 60M</b>	F	✓					
17h00	<b>4x 60M</b>	M	✓					
17h33	<b>400 M</b>	M			✓	✓	✓	(limite: 8 atletas)

**28 / MAIO – DOMINGO – RIBEIRA BRAVA**

Início	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
9h50	<b>80 M BARR.</b>	F		✓				12,00+8,00 / 0,76m (8b) (limite: 8 atletas)
10h15	<b>100 M BARR.</b>	M		✓				13,00+8,50 / 0,84m (10b) (limite: 8 atletas)
12h00	<b>4x 80M</b>	F		✓				Preparação da Seleção Regional
12h10	<b>4x 80M</b>	M		✓				