

REGULAMENTO

1. NORMAS GERAIS

- 1.1. Estas provas destinam-se a atletas filiados na AARAM e com a sua situação regularizada.
- 1.2. O incremento da fasquia está previsto na coluna de observações.

2. INSCRIÇÕES e CONFIRMAÇÕES

- 2.1. As inscrições serão efetuadas **on-line** na plataforma fpacompeticoes.pt até **quarta-feira** anterior à competição e a participação terá de ser **confirmada até uma hora** antes do início da prova.

PROGRAMA / HORÁRIO:

9 / JULHO – QUINTA-FEIRA – CÂMARA DE LOBOS (ESTÁDIO)

Hora	PROVA	Sexo	s14	S16	s18	s20	Abs	Obs.
19h30	VARA	F		✓	✓	✓	✓	
19h30	VARA	M		✓	✓	✓	✓	2,20 (+15) → 2,50 (+10)