



2ª NOITE QUENTE

14 de junho de 2017 – Quarta-feira

Estádio Dr. José Vieira de Carvalho – Maia

PROGRAMA – HORÁRIO

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
20h00	400 m Barr.	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries - 0,76m
	Triplo	Juv-Jun-Sen	Fem	Tábua 9m
	Vara	Juv-Jun-Sen	Fem	a)
	Dardo	Juv-Jun-Sen	Fem	500g/600g
20h10	400 m Barr.	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries - 0,91m
20h30	100m	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
20h50	100m	Juv-Jun-Sen	Mas	Series
21h10	1500m	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
	Comprimento	Juv-Jun-Sen	Mas	Tábua 2m
	Vara	Juv-Jun-Sen	Mas	a)
	Dardo	Juv-Jun-Sen	Mas	700g/800g
21h25	1500m	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries
21h40	5000m	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
22h00	5000m	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries

a) **Salto em Altura (Fem e Mas):** A altura da fasquia inicia a 2,00 m e sobe de 10 em 10 cm até ficarem 3 atletas. A partir daí subirá de 5 em 5 cm.



2ª NOITE QUENTE

14 de junho de 2017 – Quarta-feira

Estádio Dr. José Vieira de Carvalho – Maia

Regulamento:

1. Nas Noites Quentes só poderão participar, exclusivamente, filiados e com situação regularizada na plataforma Lince, dos escalões de **Juvenis, Juniores e Seniores**, de acordo com o estabelecido em cada prova do programa.
2. Cada atleta só poderá participar num máximo de 2 provas.
3. Nas provas de corridas, as **melhores marcas** a indicar nas inscrições deverão ter sido realizadas desde Janeiro de 2015.
4. A verificar-se a indicação de **melhores marcas pessoais falseadas**, nas provas de corridas, os atletas **serão desclassificados e poderão ser suspensos** de participar noutras competições da A.A. Porto.
5. Serão organizadas series para os escalões de juvenis, de modo a respeitar o Regulamento Geral de Competições, nomeadamente a orientação da FPA saída em 2014, que não permite que os atletas de uma associação vão competir em provas de outras associações em provas de seniores.
6. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.
7. **Inscrições: 30 minutos** antes do início de cada prova.