

Estádio 1º de Maio, Braga - 18 de abril de 2026

PROGRAMA HORÁRIO						
Entrada em pista	Início da prova	PROVA	ESCALÕES		SEXO	OBS
			Inic	Juv		
09:20	09:30	60 m/b	X		Fem	0,76m (12.00-7.50-10.50) ELIMINATÓRIAS
09:15	09:30	Altura	X	X	Masc	Altura inicial da fasquia: 1,25 (+ 5 Cm)
09:15	09:30	Peso	X	X	Fem	3 Kg (exterior do Estádio)
09:15	09:30	Comprimento	X	X	Fem	Tábua : 2 m
09:35	09:45	80 m/b		X	Fem	0,76m (13.00-8.00-11.00) FINAL
09:45	09:55	80 m/b	X		Masc	0,84m (13.00-8.00-11.00) ELIMINATÓRIAS
10:00	10:10	80 m	X		Masc	ELIMINATÓRIAS
10:20	10:30	80 m	X		Fem	ELIMINATÓRIAS
10:40	10:55	Peso	X	X	Masc	4 e 5 Kg (exterior do Estádio)
10:45	10:55	100 m	X		Fem	FINAL
10:45	11:00	Altura	X	X	Fem	Altura inicial da fasquia: 1,15m (+ 5 Cm)
10:55	11:05	100 m		X	Masc	FINAL
10:55	11:10	Comprimento	X	X	Masc	Tábua : 2 m
11:05	11:15	60 m/b	X		Fem	FINAL
11:15	11:25	80 m/b	X		Masc	FINAL
11:25	11:35	80 m	X		Fem	FINAL
11:35	11:45	80 m	X		Masc	FINAL
11:45	11:55	1500 m	X	X	Masc	FINAL
12:00	12:10	1500 m	X	X	Fem	FINAL
12:20	12:30	4 x 80 m	X		Masc	Séries
12:30	12:40	4 x 80 m	X		Fem	Séries

O Horário poderá sofrer alterações, consoante o desenrolar da competição.

REGULAMENTO
<p>1) Competição a realizar na Pista de Atletismo do Estádio 1º de Maio, em Braga</p> <p>2) Poderão participar alunos dos escalões de Iniciados (2011 e 2012) e Juvenis (2008/2009/2010), inscritos nos Grupos/equipas de Atletismo da CLDE de Braga.</p> <p>3) Para a participação coletiva, cada grupo/equipa deve apresentar pelo menos uma equipa contida no mínimo por 6 alunos e no máximo de 8, de um determinado escalão/género e dois alunos-árbitros com a formação adequada (pelo menos nível I - PNFJAE). Deverão apresentar, no mínimo, tantos alunos-árbitros quantas as equipas que inscreverem.</p> <p>4) Cada escola pode apresentar o máximo de alunos por prova/escalão/género, contando para a classificação coletiva os dois melhores classificados, excepto nas estafetas, cuja equipa é constituída por 4 dos alunos que participem nas outras provas desse escalão/género.</p> <p>5) Falsas partidas- cada aluno pode fazer uma falsa partida sem ocorrer desclassificação.</p> <p>6) Cada aluno pode participar em 2 provas, sem contar com a estafeta, mas os alunos que realizem a prova de 1500 m não poderão participar noutra prova que se realize posteriormente.</p> <p>7) No salto em comprimento e no lançamento de peso cada aluno terá direito a realizar 3 ensaios.</p> <p>8) Os resultados e as classificações alcançados nas eliminatórias das provas de Velocidade com e sem barreiras contam (diretamente) para a classificação coletiva. As finais destas provas apuram o vencedor individual.</p> <p>9) Serão apurados para a fase Regional Norte (Póvoa de Varzim/07 de Maio) as equipas vencedoras nos escalões de Iniciados (Masc e Fem) e os dois primeiros individuais de cada prova do escalão de Iniciados e Juvenis, que não integrem a equipa vencedora, constituirão a Seleção CLDE Braga.</p> <p>10) Cada escola deve levar o seu reforço alimentar.</p> <p>11) As inscrições nominais deverão ser enviadas no ficheiro disponibilizado para o Gabinete de Desporto Escolar de Braga : manuel.brandao@dgeste.mec.pt até ao dia 13 de abril de 2026.</p>