



TRIATLO TÉCNICO JOVEM REGIONAL

Infantis e Iniciados

3ª Jornada Torneio Regional Lançamentos

Provas Extras

11 de fevereiro de 2017 – 14:30 horas

Estádio Municipal da Póvoa de Varzim

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
14h30	60m Bar	Iniciados	Fem	Triatlo - 6b-0.76m 12,00-8,00-8,00
	Dardo	Juv/Jun/Sen	Fem	500g/600g – Tor. Reg. Lançamentos
	Altura	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	Prova Extra a)
14h45	60m Bar	Iniciados	Mas	Triatlo - 5b-0.84m 13,00-8,50-13,00
15h00	60m Bar	Infantis	Fem	6b-0.76m 12,00-7,00-12,00
	Comprimento	Iniciados	Fem	Triatlo - Tábua 2m Caixa 1
15h15	60m Bar	Infantis	Mas	Triatlo - 6b-0.76m 12,00-7,50-13,00
	Peso 4kg	Iniciados	Mas	Triatlo - Setor 1
15h30	60m Bar	Juvenis	Fem	5b-0.76m 13,00-8,50-13,00
	Comprimento	Infantis	Fem	Triatlo – Tábua 2m Caixa 2
15h45	60m Bar	Juvenis	Mas	5b-0.91m 13,72-9,14-9,72
	Peso 3Kg	Infantis	Mas	Triatlo – Setor 2
16h00	60 m	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	Prova Extra
16h15	60 m	Juv/Jun/Sen/Vet	Mas	Prova Extra
	Comprimento	Iniciados	Mas	Triatlo - Tábua 2m Caixa 1
	Peso 3kg	Iniciados	Fem	Triatlo - Setor 1
	Dardo	Juv/Jun/Sen	Fem	500g/600g – Tor. Reg. Lançamentos
	Altura	Juv/Jun/Sen/Vet	Mas	Prova Extra b)
16h30	800m	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	Prova Extra
	Comprimento	Infantis	Mas	Triatlo – Tábua 2m
	Peso 2Kg	Infantis	Fem	Triatlo – Setor 2
16h40	800m	Juv/Jun/Sen/Vet	Mas	Prova Extra
16h50	100m T52		Mas	Cadeira rodas
16h55	200m	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	Prova Extra
17h10	200m	Juv/Jun/Sen/Vet	Mas	Prova Extra

a) Altura (Fem) - Altura da fasquia inicia a 1.20m, subindo de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas depois de 3 em 3 cm.

b) Altura (Mas) - Altura da fasquia inicia a 1.30m, subindo de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas depois de 3 em 3 cm.



TRIATLO TÉCNICO JOVEM REGIONAL

Infantis e Iniciados

3ª Jornada Torneio Regional Lançamentos

Provas Extras

11 de fevereiro de 2017 - 14.30 horas

Estádio Municipal da Póvoa de Varzim

REGULAMENTO

1. O **Triatlo Técnico Jovem Regional**, é uma competição organizada pela A.A.Porto e disputada no Estádio Municipal da Póvoa de Varzim.
2. Este Torneio destina-se, a atletas filiados, **com situação regularizada** na A.A.Porto e **plataforma Lince** dos escalões de **Infantis e Iniciados** e Escolas do distrito do Porto.
3. Cada atleta só poderá participar nas provas do seu escalão.
4. Para se classificarem, os atletas têm que participar no conjunto das três provas destinadas a cada escalão e sexo.
5. As corridas serão disputadas por séries.
6. Nos saltos e nos lançamentos do Triatlo cada atleta realizará apenas três ensaios.
7. No Triatlo haverá apenas classificação individual por escalão e sexo.
8. A classificação será obtida pelo somatório dos pontos obtidos pelos atletas em cada prova, sendo utilizada a Tabela de Pontuação de Provas Combinadas da F.P.A.
9. Serão atribuídos medalhas aos 3 (três) primeiros classificados em cada escalão e sexo.
10. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.
11. O **1º Classificado do Triatlo Técnico Regional Iniciados** fica automaticamente selecionado para representar a **AA Porto na Fase Nacional do Triatlo Técnico** a realizar no dia 4 de março.
12. Provas Extras serão disputadas por séries. Os atletas só podem participar em duas provas.
13. A prova de Dardo contará para o Torneio Regional de Lançamentos, os atletas só terão direito a 4 lançamentos.
14. **Os atletas deverão participar com o respetivo DORSAL ANUAL.**
15. **Inscrições: 30 minutos** antes do horário previsto para o início de cada prova com tolerância **apenas** para as primeiras provas do programa horário.

No caso do Triatlo Técnico Jovem os atletas devem preencher uma Ficha de Inscrição para cada uma das provas que constitui o Triatlo (3 provas = 3 fichas).