



CAMPEONATO REGIONAL DE INICIADOS

19 de junho de 2021 - Sábado

1ª jornada

Parque Desportivo de Ramalde – INATEL

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERVAÇÕES
09h30	Martelo - 3kg	Infantis/Iniciados	Fem	Camp. Reg. Iniciados
10h45	Martelo – 4kg	Infantis/Iniciados	Mas	Camp. Reg. Iniciados



CAMPEONATO REGIONAL DE INICIADOS

19 de junho de 2021 -Sábado

2ª Jornada

Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERVAÇÕES
15h00	80 m Bar. - 0,76 m	Inf. / Iniciados	Fem	Elim. ou Final
	Altura	Inf. / Iniciados	Fem	a)
	Comprimento	Inf. / Iniciados	Mas	Tábua: 2 metros
	Peso 3kg	Inf. / Iniciados	Fem	
	Disco - 1Kg	Infantis/Iniciados	Mas	
15h15	100 m Bar. - 0,84 m	Inf. / Iniciados	Mas	Elim. ou Final
15h30	100m Cadeira Rodas		Mas	
15h30	1500 m	Iniciados	Fem	Séries
15h45	1500 m	Iniciados	Mas	Séries
16h10	80 m Bar. - 0,76 m	Inf. / Iniciados	Fem	Final
16h20	100 m Bar. - 0,84 m	Inf. / Iniciados	Mas	Final
16h30	Comprimento	Inf. / Iniciados	Fem	Tábua: 2 metros
	Vara	Inf. / Iniciados + Juv	Mas	b) – Prova extra Juvenis
	Peso 4kg	Inf. / Iniciados	Mas	
	Disco - 750g	Infantis/Iniciados	Fem	
16h30	250 m	Iniciados	Fem	Séries
16h45	250 m	Iniciados	Mas	Séries
17h00	4 x 80 m	Inf./Iniciados	Fem	Séries
17h10	4 x 80 m	Inf./Iniciados	Mas	Séries
17h20	3000m Obstáculos	Jun/Sen	Fem	Prova Extra

a) **Altura** (Fem) - A altura da fasquia inicia a 1,05 m e sobe de 5 em 5 cm até estarem 3 atletas. A partir daí subirá de 3 em 3 cm

b) **Vara** (Mas) - A altura da fasquia inicia a 2,00 m e sobe de 10 em 10 cm.



CAMPEONATO REGIONAL DE INICIADOS

20 de junho de 2021 - domingo

3ª Jornada

Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERVAÇÕES
9h00	4000 m Marcha	Iniciados	Mas	Pista 1 a 4
	4000 m Marcha	Iniciados	Fem	Pista 5 a 8
9h30	80 m	Inf./Iniciados	Fem	Elim. ou Final
	Altura	Inf./Iniciados	Mas	c)
	Quadruplo Salto	Iniciados	Fem	Tábua: 9 ou 11 metros
	Dardo - 600 g	Inf./Iniciados	Mas	
	Arremesso Bola	Benj. A/B	Fem	3 ensaios
9h45	80 m	Inf./Iniciados	Mas	Elim. ou Final
10h00	50 m	Benj. A/B	Fem	Series
10h15	50 m	Benj. A/B	Mas	Series
10h30	800 m	Inf./Iniciados	Fem	Séries
10h40	800 m	Inf./Iniciados	Mas	Séries
	Arremesso Bola	Benj. A/B	Mas	3 ensaios
10h50	2000m Obst	Juvenis	Fem	Prova Extra Series
11h05	2000m Obst.	Juvenis	Mas	Prova Extra Series
	Dardo - 500 g	Inf./Iniciados	Fem	
	Quadruplo Salto	Iniciados	Mas	Tábua: 11 ou 13 metros
	Vara	Inf. / Iniciados + Juv	Fem	d) Prova extra Juvenis
11h20	80 m	Inf./Iniciados	Fem	Final
11h25	80 m	Inf./Iniciados	Mas	Final
11h30	1500 m Obstác. - 0,76 m	Iniciados	Fem	Séries
11h40	1500 m Obstác. - 0,76 m	Iniciados	Mas	Séries
11h50	250 m Bar. - 0,76 m	Iniciados	Fem	Séries - 6 barr: 35-35-40
12h00	250 m Bar. - 0,76 m	Iniciados	Mas	Séries - 6 barr: 35-35-40

c) **Altura** (Mas) - A altura da fasquia inicia a 1,10 m e sobe de 5 em 5 cm até estarem 3 atletas. A partir daí subirá de 3 em 3 cm.

d) **Vara** (Fem) - A altura da fasquia inicia a 1,90 m e sobe de 10 em 10 cm.

Quadruplo Salto Iniciados:

A sucessão será em hop – step – hop – jump: E + E + D + D + queda ou D + D + E + E + queda.

Haverá uma linha (ou outra referência) de delimitação da corrida de balanço situada a 25m da “linha de chamada”.

As Tábuas de Chamada serão 9m e 11m para Femininos e 11 ou 13m para Masculinos, (as “tábuas” de chamada poderão ser improvisadas).



CAMPEONATO REGIONAL DE INICIADOS

19 e 20 de junho de 2021

Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho

Regulamento

- a) O Campeonato Regional de Iniciados destina-se, exclusivamente, a atletas do escalão de **Infantis (2008 e 2009) e de Iniciados (2006 e 2007)**, filiados na **A. A. Porto** e com situação **regularizada na plataforma Lince, conforme indicado no programa - horário.**
- b) Os atletas de outras Associações Regionais poderão participar mas não terão no acesso às finais.
- c) As Provas Extra destinam-se, aos atletas dos escalões (Benjamins A e B) indicados em cada prova do programa.
- d) Cada atleta só poderá participar em **duas provas por jornada**, num máximo de **quatro provas** no conjunto das 3 jornadas. Exemplo: (Jornada 1 – Martelo; Jornada 2 – Peso e Disco; Jornada 3 – Dardo) Exemplo (Jornada 2 – Barreiras + 250m; Jornada 3 – 80m + 250 barreiras)
- e) A participação dos atletas em corridas ou provas de marcha e a participação noutras provas na mesma jornada deverá respeitar o estabelecido no Regulamento Geral de Competições para os Escalões Jovens.
1. Os atletas que participem numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 250m, não poderão participar em mais nenhuma corrida, prova de marcha ou concurso dessa jornada que se venha a realizar posteriormente, com exceção da estafeta de 4x80 metros podendo participar noutras que se realizem antes.
 2. Quando o atleta estiver a participar num concurso que ainda não tenha terminado e se ausente para participar numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 250 metros, não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização da corrida.
 3. Quando o atleta participar na eliminatória de uma corrida de velocidade ou de barreiras, que se realize antes de uma prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 250 metros em que o atleta participe, se o atleta for apurado para uma final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final.
- f) Para a classificação coletiva pontuam os 3 (três) melhores classificados de cada clube em cada prova e a melhor estafeta classificada de cada clube, sendo os restantes atletas do clube considerados como atletas individuais, para efeitos de pontuação.
- g) As provas serão pontuadas até ao máximo de 8 atletas por prova, atribuindo-se ao primeiro classificado 8 pontos, ao segundo 7 ponto, e assim sucessivamente, até ao 1 ponto ao eventual 8º classificado.
- h) **Inscrições:** Até ao dia 16 de junho.
1. As inscrições terão de ser efetuadas obrigatoriamente na plataforma fpacompetições.pt e confirmadas na mesma até 45 minutos antes da prova.
- J) Serão atribuídas medalhas aos **três primeiros classificados** em cada prova e **troféus aos clubes vencedores** da classificação masculina e feminina.
- K) No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições Jovens da FPA.