



## TORNEIO OLÍMPICO JOVEM REGIONAL 2021 - Iniciados -

Estádio da Maia - 3 julho

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBS
<b>9h00</b>	<b>100m Barreiras</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Masc</b>	<b>0.84-13/8.50</b>
	<b>Peso 4kg</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Masc</b>	<b>4 ensaios</b>
	<b>Altura</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Masc</b>	<b>a)</b>
	<b>Dardo 500g</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Fem</b>	<b>4 ensaios</b>
	<b>Comprimento</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Fem</b>	<b>4 ensaios</b>
	Martelo 2kg/3kg	Infantis	Fem/Mas	Prova Extra
<b>9h15</b>	<b>80m Barreiras</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Fem</b>	<b>0.76-12/8</b>
<b>9h30</b>	<b>80 metros</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Masc</b>	<b>Series</b>
<b>9h45</b>	<b>80 metros</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Fem</b>	<b>Series</b>
10h00	200 metros	Veteranos	Fem	Series
	<b>Martelo 3kg</b>	<b>Iniciados</b>	<b>Fem</b>	<b>4 ensaios</b>
10h15	200 metros	Veteranos	Mas	Series
<b>10h30</b>	<b>800 metros</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Masc</b>	<b>Series</b>
	<b>Comprimento</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Masc</b>	<b>4 ensaios</b>
	<b>Dardo 600g</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Masc</b>	<b>4 ensaios</b>
	Altura	Veteranos	Fem/Masc	
<b>10h40</b>	<b>800 metros</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Fem</b>	<b>Series</b>
10h50	800 metros	Veteranos	Fem	Series
11h05	800 metros	Veteranos	Mas	Series
	<b>Peso 3kg</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Fem</b>	<b>4 ensaios</b>
	<b>Disco</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Masc</b>	<b>4 ensaios</b>
<b>11h20</b>	<b>1.500 metros</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Masc</b>	<b>Series</b>
<b>11h30</b>	<b>1.500 metros</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Fem</b>	<b>series</b>
<b>11h45</b>	<b>250 metros</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Masc</b>	<b>Series</b>
<b>12h00</b>	<b>250 metros</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Fem</b>	<b>Series</b>
<b>12h15</b>	<b>4.000m Marcha</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Masc</b>	
	<b>4.000m Marcha</b>	<b>Iniciado</b>	<b>Fem</b>	

### Prova Extra:

Apuram para os ensaios finais as 4 melhores marcas femininas mais as 4 melhores masculinas.

- a) Altura da fasquia inicia a 1.31m sobe de 5 em 5 cm até se encontrarem 3 atletas em prova. A partir daí subirá de 3 em 3 cm.



## TORNEIO OLÍMPICO JOVEM REGIONAL 2021 - Iniciados -

**3 de julho de 2021**

### Regulamento

1. Competição a disputar no dia 3 julho na pista do Estádio da Maia.
2. O Torneio Olímpico Jovem Regional destina-se ao escalão de Iniciados federados da Associação de Atletismo do Porto.
3. A participação de atletas de outras Associações Regionais poderá ser condicionada conforme o número de inscritos da AAP.
4. **Cada atleta só poderá realizar 2 (duas) provas individuais.**
5. Os atletas Infantis não poderão participar neste Torneio.
6. 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,
7. 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.
8. Serão entregues medalhas aos três primeiros classificados de cada prova do Torneio Olímpico Jovem, desde que os atletas sejam pertencentes à AA Porto.

### 9. Inscrições:

**9.1** Na plataforma de inscrições **fpacompeticoes.pt**, até ao **dia 30 junho**.

**9.2** As **inscrições** realizadas em **fpacompeticoes.pt** devem ser **confirmadas** na mesma, com **45 minutos de antecedência da prova**.

**10.** A seleção para o Torneio Olímpico Jovem Nacional, a realizar no dia 17 de julho, ficará a cargo do Diretor Técnico da Associação de Atletismo do Porto, tendo essencialmente em consideração os seguintes aspetos:

- Momento de forma demonstrado do Torneio Olímpico Jovem Regional da AAPorto;
- Melhores marcas e evolução dos atletas;
- Número limite de atletas imposto pelo Regulamento do Torneio Olímpico Jovem Nacional.

### Quadro resumo provas Torneio Olímpico Jovem Nacional

	INICIADOS MASC	INICIADOS FEM	JUVENIS MASC	JUVENIS FEM
<b>Corridas</b>	80m, 250m 800m, 1.500m 100m Barreiras	80m, 250m 800m, 1.500m 80m Barreiras	100m, 200m 800m, 1.500m 110m Barreiras	100m, 200m 800m, 1.500m 100m Barreiras
<b>Marcha</b>	4.000m Marcha	4.000m Marcha	-	-
<b>Saltos</b>	Altura, Comprimento	Comprimento	Altura, Comprimento	Altura, Comprimento
<b>Lançamentos</b>	Peso, Dardo, Disco	Peso, Dardo, Martelo	Peso, Dardo	Peso, Dardo