



## Torneio Regional de Estafetas

28 de julho de 2021 – Quarta-feira

Parque Desportivo de Ramalde

### PROGRAMA – HORÁRIO

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
<b>20h00</b>	4x60m	Benj.B/Inf	Fem	Series
	Vara	Ini a Vet	Mas/Fem	Início 1.80m *
<b>20h10</b>	4x60m	Benj.B/Inf	Mas	Séries
<b>20h20</b>	4x300m	Ini/Juv	Fem	Series
<b>20h30</b>	4x300m	Ini/Juv	Mas	Series
<b>20h45</b>	4x800m	Jun/Sen	Fem	Series
<b>21h00</b>	4x800m	Jun/Sen	Mas	Series
<b>21h15</b>	Estafeta Sueca	Juv/jun/Sen/Vet	Fem	Séries (100-200-300-400)
<b>21h30</b>	Estafeta Sueca	Juv/jun/Sen/Vet	Mas	Séries (100-200-300-400)
<b>21h45</b>	4x400m	Veteranos	Fem	Séries
<b>22h00</b>	4x400m	Veteranos	Mas	Séries

\* Em todos os escalões, a altura da fasquia inicia a 1,80 m e sobe de 10 em 10 cm até estarem 5 atletas em prova. A partir daí subirá de 5 em 5 cm.

### **Regulamento:**

1. Neste Torneio de Estafetas só poderão participar, exclusivamente, atletas Federados, dos escalões de Benjamins B, **Infantis, Iniciados, Juvenis, Juniores, Seniores e Veteranos**, de acordo com o estabelecido em cada prova do programa.
2. Cada atleta só poderá participar num máximo de 2 provas.
3. Em cada prova só poderão participar, exclusivamente, atletas pertencentes aos escalões indicados no programa - horário.
4. Nas provas de estafetas abertas a mais que um escalão haverá apenas uma classificação independentemente do escalão. As equipas podem ser constituídas por elementos dos vários escalões.
5. Os Clubes só poderão inscrever num máximo de 3 equipas por cada prova de estafetas.
6. **Prémios Torneio de Estafetas:** Serão atribuídas medalhas às três primeiras equipas classificadas de cada prova de estafetas Será atribuído um troféu à primeira equipa do Regional de Estafetas, considerando as pontuações obtidas pelos 8 primeiros de cada prova (1.º lugar – 8p; 2.º lugar – 7p.....; 8.º lugar – 1 p).
7. **Inscrições:**
  - I. Na plataforma de inscrições **fpacompeticoes.pt**, até ao dia **25 julho**.
  - II. As inscrições realizadas em **fpacompeticoes.pt** devem ser **confirmadas** na mesma, com **45 minutos de antecedência da prova**.