



## TRIATLO TÉCNICO JOVEM REGIONAL

A.A. Porto / A.A. Braga

Juvenis

26 de fevereiro de 2022 – 9:30 horas

Complexo Desportivo de Lousada

HOR	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
9h30	60m bar	Juvenis	Mas	Triatlo 1 - 5b-0.91m 13.72-9.14-9.72
	Peso - 5Kg	Juvenis	Mas	Triatlo 2 – setor 1
	Altura	Juvenis	Fem	Triatlo 1 a)
9h45	60m	Juvenis	Fem	Triatlo 2
	Peso - 5kg	Juvenis	Mas	Triatlo 1 – setor 2
10h00	Vara	Juv/jun/Sen	Mas/Fem	Prova Extra
10h30	60m	Juvenis	Mas	Triatlo 2
10h45	Comprimento	Juvenis	Mas	Triatlo 2
	60m Bar	Iniciados	Mas	5b-0.84-13-8.50-13
11h00	60m Bar	Iniciados	Fem	6b-0.76 12-8-8
	Peso - 3 kg	Juvenis	Fem	Triatlo 2 – setor 1
11h10	60m bar	Juvenis	Fem	Triatlo 1 - 5b-0.76 13.00-8.50-13.00
	Altura	Juvenis	Mas	Triatlo 1 b)
11h20	250m	Iniciados	Mas	
11h30	250m	Iniciados	Fem	
11h45	800m	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	
	Peso 3kg	Juvenis	Fem	Triatlo 1 – setor 2
	Comprimento	Juvenis	Fem	Triatlo 2
12h00	800m	Juv/Jun/Sen/Vet	Mas	

a) Altura (Fem) - Altura da fasquia inicia a 1.16, subindo de 4 em 4 cm.

b) Altura (Mas) - Altura da fasquia inicia a 1.22, subindo de 4 em 4 cm

c) vara (Mas/Fem) - Altura da fasquia inicia a 1.90, subindo de 10 em 10 cm

Triatlo 1	Triatlo 2
60m Barreiras	60m planos
Salto em Altura	Salto em Comprimento
Lançamento do Peso	Lançamento do Peso



# TRIATLO TÉCNICO JOVEM REGIONAL A.A. Porto / A.A. Braga

Juvenis

26 de fevereiro de 2022 – 9:00 horas  
Complexo Desportivo de Lousada

## REGULAMENTO

1. O **Triatlo Técnico Jovem Regional**, é uma competição organizada pela A.A.Porto e disputada no Complexo Desportivo de Lousada.
2. Este Torneio destina-se, a atletas filiados, **com situação regularizada** na A.A.Porto e A.A. Braga e na **plataforma Lince** do escalão de **Juvenis**
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 momento da inscrição, os atletas do **escalão juvenil**, deverão optar pelo **Triatlo 1** (60 Metros Barreiras, Lançamento do Peso e Salto em Altura), ou pelo **Triatlo 2** (60 Metros, Lançamento do Peso e Salto em Comprimento).
8. Haverá classificação individual por escalão e sexo para o Triatlo 1 e também para o Triatlo 2.
9. 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.
10. Serão atribuídos medalhões aos 3 (três) primeiros classificados em cada escalão e sexo.
11. No caso de o atleta iniciado estar a participar num concurso, que ainda não tenha terminado e se desloque para participar numa prova de distância igual ou superior a 250 m, não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização dessa corrida.
12. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.
13. Os **1<sup>os</sup> Classificados do Triatlo Técnico Regional Juvenis (Triatlo 1 e Triatlo 2)** ficam automaticamente selecionados para representar a **AAPorto na Fase Nacional do Triatlo Técnico** a realizar no dia 12 de março em Pombal.
14. **Os atletas deverão participar com o respetivo DORSAL ANUAL.**
15. **INSCRIÇÕES:** Obrigatórias na plataforma de inscrições <http://www.fpacompeticoes.pt> até ao dia **23 fevereiro**.
16. Devem ser confirmadas na mesma plataforma até **45 minutos** antes do horário previsto para o início de cada prova.