



TRIATLO TÉCNICO JOVEM REGIONAL

A.A. Porto

Juvenis

19 de fevereiro de 2023 – 9:30 horas

Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho – Maia

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
	Altura	Juvenis	Fem	Triatlo 1 a)
9h45	60m	Juvenis	Fem	Triatlo 2
10h00	Dardo	Juv/jun/Sen	Mas	Prova Extra (700g/800g)
10h15	Peso - 5kg	Juvenis	Mas	Triatlo 1
10h30	60m	Juvenis	Mas	Triatlo 2
10h45	Comprimento	Juvenis	Mas	Triatlo 2
	60m	Iniciados	Mas	
11h00	60m	Iniciados	Fem	
	Peso - 3 kg	Juvenis	Fem	Triatlo 2
11h10	60m bar	Juvenis	Fem	Triatlo 1 - 5b-0.76 13.00-8.50-13.00
	Altura	Juvenis	Mas	Triatlo 1 b)
11h15	Dardo	Juv/jun/Sen	Fem	Prova Extra (500g/600g)
11h20	250m	Iniciados	Mas	
11h30	250m	Iniciados	Fem	
11h45	1500m	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	
	Peso 3kg	Juvenis	Fem	Triatlo 1
	Comprimento	Juvenis	Fem	Triatlo 2
12h00	1500m	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

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

Juvenis

19 de fevereiro de 2023 – 9:30 horas

Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho – Maia

REGULAMENTO

1. O **Triatlo Técnico Jovem Regional**, é uma competição organizada pela A.A.Porto e disputada no Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho – Maia.
2. Este Torneio destina-se, a atletas filiados, **com situação regularizada** na A.A.Porto 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 de 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 restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.
12. Os **1^{os} 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 18 de março em Pombal.
13. Os três primeiros classificados, masculinos e femininos do Triatlo 1 e 2, serão convidados a representar a AAPorto no Triatlo Zona Norte, no dia 4 de março.
14. **Os atletas deverão participar com o respetivo DORSAL ANUAL.**
15. **INSCRIÇÕES:** Obrigatórias na plataforma de inscrições <http://www.fpacompeticoes.pt> até **ao dia 16 fevereiro**.
16. Devem ser confirmadas na mesma plataforma até **45 minutos** antes do horário previsto para o início de cada prova.
17. **Lan. Dardo: Apuram-se para a final as 10 melhores marcas, independentemente do escalão, desde que cada escalão esteja representado na final com um mínimo de três atletas.**