



Torneio de Marcha em Pista DIA da VARA

Domingo – 14 maio de 2023 - 9h30
Complexo Desportivo de Lousada

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
9h30	Vara	Ini/Juv/Jun/Sen	Fem / Masc	a)
9h30	1000m Marcha	Benjamins A+B	Fem	Pista 1 a 3
	1000m Marcha	Benjamins A+B	Mas	Pista 4 a 6
9h45	3000m Marcha	Infantis	Fem	Pista 1 a 3
	3000m Marcha	Infantis	Mas	Pista 4 a 6
10h10	4000m Marcha	Iniciados	Fem	Pista 1 a 3
	4000m Marcha	Iniciados	Mas	Pista 4 a 6
10h45	5000m Marcha	Juv+Jun+Sen+Vet *	Fem	Pista 1 a 3
	5000m Marcha	Juv+Jun+Sen+Vet *	Mas	Pista 4 a 6

- a) O concurso tem início a 1.80m, subindo de 10 em 10 cm até ficarem 5 atletas em competição e posteriormente de 5 em 5 cm.

Regulamento:

1. O **Torneio de Marcha e Dia da Vara** destina-se a atletas de Clubes filiados na A.A.Porto em outras Associações Regionais.
2. Em cada prova só poderão participar, exclusivamente, atletas pertencentes aos escalões indicados no programa-horário.
3. *Na prova de 5000m Marcha poderão participar, como extra, os atletas iniciados que pretendam alcançar os mínimos para os nacionais de juvenis, A opção por este tipo de participação permitirá a obtenção de mínimos, mas não contará para as classificações individuais e coletiva do torneio.
4. Haverá classificação individual por escalão e sexo e classificação coletiva por clubes.
5. Serão atribuídas medalhas (Torneio de Marcha) aos 3 primeiros classificados, masculino e feminino, dos escalões de Benjamins, Infantis, Iniciados, Juvenis, Juniores, Seniores, Veteranos.
6. Escalões Veteranos:
 - i. M35 – 35 a 49 anos; M50 - + 50 anos;
 - ii. F35 – 35 a 49 anos; F50 - + 50 anos
7. Todo o atleta veterano que queira participar na prova de 5000metros marcha como sénior deverá informar antecipadamente qual o escalão em que quer competir, ou sénior ou veterano, não podendo competir simultaneamente nos dois escalões.
8. Serão atribuídas taças aos (3) três primeiros clubes da classificação coletiva Geral.
9. Para a classificação coletiva por clubes, será o somatório de pontos obtidos pelos atletas dos escalões de Benjamins até ao escalão de Veteranos tanto masculino como feminino. Em cada uma destas provas serão atribuídos 8 pontos ao primeiro classificado, 7 pontos ao segundo, 6 ao terceiro e assim sucessivamente até ao eventual oitavo classificado, a quem será atribuído 1 ponto.
- 10.No restante respeitar-se-á o descrito no regulamento geral de competições da FPA.
11. As inscrições terão de ser efetuadas obrigatoriamente na plataforma www.fpacompeticoes.pt, até ao dia 11 maio. **A confirmação de participação tem de ser efetuada até 45 minutos** antes do início de cada prova na mesma plataforma.