Torneio Regional de Estafetas

26 de julho de 2023

Complexo Desportivo de Leça da Palmeira

PROGRAMA – HORÁRIO

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
19:55	200m	Juv/Jun/Sen	Fem	Prova Extra (12 atletas)
20:00	4x50m	Benj. A	Fem/Mas	Estafeta Mista
	Vara	Ini/Juv	Fem/Mas	
20:15	4x60m	Benj.B/Inf	Fem	Series
20:30	4x60m	Benj.B/Inf	Mas	Séries
	Quadruplo*	Infantis	Fem	8m e 10m (balanço até 18m)
20:45	4x300m	Ini/Juv	Fem	Series
21:00	4x300m	Ini/Juv	Mas	Series
21:15	4x800m	Jun/Sen	Fem	Series
21:30	4x800m	Jun/Sen	Mas	Series
	Quadruplo*	Infantis	Mas	9m e 11m (balanço até 18m)
21:45	Estafeta Sueca	Juv/jun/Sen/Vet	Mas	Séries (100-200-300-400)
22:00	Estafeta Sueca	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	Séries (100-200-300-400)
22:15	4x400m	Veteranos	Fem	Séries
22h30	4x400m	Veteranos	Mas	Séries
22h45	400m Barr.	Juv/Jun/Sen	Mas	Prova Extra

*Tem de ser respeitada a sucessão alternada dos apoios: E (na "linha de chamada") + D + E + D + queda ou D (na "linha de chamada") + E + D + E + queda. Delimitação da corrida de balanço situada a 18m da "linha de chamada".

Regulamento:

1. Neste Torneio de Estafetas só poderão participar, exclusivamente, atletas Federados, 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. A Estafeta Mista de 4x50m para bejamins A terá obrigatóriamente de ser constituida por dois atletas femininos e dois masculinos. Sendo a ordem aleatória. A zona de transmissão desta estafeta será apenas de 20 metros.
5. 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.
6. Os Clubes só poderão inscrever num máximo de 3 equipas por cada prova de estafetas.
7. 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).
8. Inscrições:
   I. Na plataforma de inscrições fpacompeticoes.pt, até ao dia 24 julho.
   II. As inscrições realizadas em fpacompeticoes.pt devem ser confirmadas na mesma, com 45 minutos de antecedência da prova. As confirmações para as estafetas tem de ser efetuadas em ficha própria da AAP disponibilizada no secretariado.