



## TRIATLO TÉCNICO JOVEM REGIONAL

**A.A. Porto**

**Infantis e Iniciados**

**10 de fevereiro de 2024 – 14:30 horas**

*Complexo Desportivo de Lousada*

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
14h30	60m	Sub14	Fem	Triatlo
14h50	60m	Sub14	Mas	Triatlo
15h10	Comprimento	Sub14	Fem	Triatlo – Caixa 1
15h10	60m Bar	Sub16	Fem	Triatlo - 6b-0.76m 12,00-8,00-8,00
15h30	Peso 3Kg	Sub14	Mas	Triatlo – Setor 2
15h30	60m Bar	Sub16	Mas	Triatlo - 5b-0.84m 13,00-8,50-13,00
15h50	Comprimento	Sub16	Fem	Triatlo - Caixa 2
15h50	40 m	Sub10	Fem	
16h05	40 m	Sub10	Mas	
16h10	Peso 4kg	Sub16	Mas	Triatlo - Setor 1
16h20	50 m	Sub12	Fem	
16h35	50 m	Sub12	Mas	
16h40	Peso 2Kg	Sub14	Fem	Triatlo – Setor 2
16h50	500m	Sub10	Fem	
17h00	Comprimento	Sub14	Mas	Triatlo – Caixa 1
17h05	500m	Sub10	Mas	
17h20	Peso 3kg	Sub16	Fem	Triatlo - Setor 1
17h20	600m	Sub12	Fem	
17h35	600m	Sub12	Mas	
17h40	Comprimento	Sub16	Mas	Triatlo - Caixa 2

Triatlo Sub14 Fem		Triatlo Sub14 Mas		Triatlo Sub16 Fem		Triatlo Sub16 Mas	
60 m	14h30	60 m	14h50	Barreiras	15h10	Barreiras	15h30
Comprimento (1)	15h10	L. Peso (2)	15h30	Comprimento (2)	15h50	L. Peso (1)	16h10
L. Peso (2)	16h40	Comprimento (1)	17h00	L. Peso (1)	17h20	Comprimento (2)	17h40



---

**TRIATLO TÉCNICO JOVEM REGIONAL**  
**A.A. Porto**  
**Sub14 e Sub16**

**10 de fevereiro de 2024 – 14:30 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 **plataforma Lince** dos escalões de **Sub14 e Sub16**.
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 Triatlo haverá apenas classificação individual por escalão e sexo.
8. 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.
9. Serão atribuídas medalhas aos 3 (três) primeiros classificados em cada escalão e sexo.
10. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.
11. O **1º Classificado do Triatlo Técnico Regional Sub14 e Sub16** fica automaticamente selecionado para representar a **AAPorto na Fase Nacional do Triatlo Técnico** a realizar no dia 16 de março em Pombal.
12. Os três primeiros classificados, masculinos e femininos do Triatlo de Sub14 e Sub16, serão convidados a representar a AAPorto no Triatlo Zona Norte, no dia 17 de fevereiro.
13. Provas Extras serão disputadas por séries.
14. **Os atletas deverão participar com o respetivo DORSAL ANUAL.**
15. **INSCRIÇÕES:** Obrigatórias na plataforma de inscrições [www.aaporto.net](http://www.aaporto.net) até ao dia 8 fevereiro. **Confirmações até 45 minutos antes do início da competição para todas as provas.**