



TRIATLO TÉCNICO JOVEM REGIONAL

A.A. Porto

Sub16 e Sub18

19 de janeiro de 2025 – 9:30 horas

Complexo Desportivo de Lousada

HOR	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
9h30	60m bar	Sub18	Mas	Triatlo - 5b-0.91m 13.72-9.14-9.72
9h40	60m Bar	Sub16	Mas	Triatlo - 5b-0.84m 13,00-8,50-13,00
9h55	60m bar	Sub18	Fem	Triatlo - 5b-0.76 13.00-8.50-13.00
10h00	Dardo	Sub18/Sub20/Sen	Mas	700g/800g - Prova extra
10h10	60m Bar	Sub16	Fem	Triatlo - 6b-0.76m 12,00-8,00-8,00
10h15	Altura	Sub18	Mas	Triatlo a)
10h20	Comprimento	Sub16	Mas	Triatlo
10h30	60m	Sub12/Sub14	Fem	Prova extra
10h35	Peso 3kg	Sub18	Fem	Triatlo – Setor 1
10h45	Peso 3kg	Sub16	Fem	Triatlo - Setor 2
	60m	Sub12/Sub14	Mas	Prova extra
11h00	60m	Sub18/sub20/Sen/Vet	Fem	Prova extra
11h15	60m	Sub18/sub20/Sen/Vet	Mas	Prova extra
11h20	Peso 4kg	Sub16	Mas	Triatlo - Setor 1
11h30	Dardo	Sub18/Sub20/Sen	Fem	500g/600g - Prova extra
	400m	Sub18/Sub20/Sen/Vet	Fem	Prova extra
11h35	Altura	Sub18	Fem	Triatlo b)
11h45	400m	Sub18/Sub20/Sen/Vet	Mas	Prova extra
	Comprimento	Sub16	Fem	Triatlo - Caixa 2
12h00	1500m	Sub16/Sub18	Fem	Prova extra
12h10	Peso - 5kg	Sub18	Mas	Triatlo – Setor 2
12h15	1500m	Sub16/Sub18	Mas	Prova extra
12h30	1500m	Sub18/Sub20/Sen/Vet	Fem	Prova extra
12h45	1500m	Sub18/Sub20/Sen/Vet	Mas	Prova extra

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

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



TRIATLO TÉCNICO JOVEM REGIONAL

A.A. Porto

Sub16 e Sub18

19 de janeiro de 2025 – 9:30 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 de escolas do distrito, dos escalões de **Sub16 e Sub18**.
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. Haverá classificação individual por escalão e sexo para o Triatlo.
8. A classificação dos Sub16 e Sub18 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 atribuídos medalhões 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. **Os três primeiros classificados, masculinos e femininos do Triatlo serão convidados a representar a AAPorto no Triatlo Zona Norte, no dia 8 de fevereiro.**
12. **Destes atletas selecionados que participarão no triatlo ZN, será selecionado para o Triatlo Técnico Nacional o atleta que obtiver a melhor pontuação alcançada numa destas duas competições.**
13. Os atletas deverão participar com o respetivo DORSAL ANUAL.
14. Atletas de Associações fora da Zona Norte terão de fazer a aquisição de dorsal para a época 2024/2025 no valor de 10,00 €
15. Atletas que não tragam o dorsal anual, pagarão 2,00€ por dorsal para utilizar na competição e/ou aquisição de 2ª via.
16. Aos Clubes e Atletas que confirmem a presença na prova e depois não compareçam na mesma terão uma penalização de 1,00€
17. **INSCRIÇÕES:** Obrigatórias na plataforma de inscrições www.aaporto.net até ao dia 17 janeiro.
18. Devem ser confirmadas na mesma plataforma até **45 minutos** antes do horário previsto para o início de cada prova.