

TORNEIO DE ABERTURA DE PISTA JOVEM**9 de novembro de 2025 – 10:00 horas***Complexo Desportivo de Lousada*

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
10h00	50 m Barr.	Sub12/Sub14	Fem	5 b – 0,70 m – 11 - 7 - 11
	Comprimento	Sub12/Sub14	Fem	4 ensaios
	Altura	Sub14/Sub16	Mas	a)
	Dardo	Sub14 - Sub16	Mas	400g - 600g 4 ensaios
	Martelo	Sub14 - Sub16	Fem	2kg - 3kg 4 ensaios
10h10	50 m Barr.	Sub12/Sub14	Mas	5 b – 0,70 m – 11 - 7 - 11
10h20	50 m	Sub10/Sub12	Fem	
10h30	50 m	Sub10/Sub12	Mas	
10h45	60 m	Sub14/Sub16	Fem	
11h00	60 m	Sub14/Sub16	Mas	
11h20	500 m	Sub10	Fem	
	Comprimento	Sub12/Sub14	Mas	4 ensaios
	Altura	Sub14/Sub16	Fem	b)
	Dardo	Sub14 - Sub16	Fem	400g - 500g 4 ensaios
	Martelo	Sub14 - Sub16	Mas	3kg - 4kg 4 ensaios
11h30	500 m	Sub10	Mas	
11h40	600 m	Sub12/Sub14	Fem	
11h55	600 m	Sub12/Sub14	Mas	
12h10	1000 m	Sub16	Fem	
12h20	1000 m	Sub16	Mas	

a) Altura (Mas) - A altura da fasquia inicia a 1,05 m, sobe de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas e, depois, de 3 em 3 cm.

b) Altura (Fem) - A altura da fasquia inicia a 1.00 m, sobe de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas e, depois, de 3 em 3 cm.

REGULAMENTO

1. O Torneio destina-se a atletas em representação de clubes filiados na A.A.Porto ou de escolas e a atletas de outras Associações Regionais.
2. Os atletas deverão competir com os escalões de **1 janeiro 2026**, pedidos/exceções deverão ser efetuados para dtr.aaporto@gmail.com
3. Cada atleta só poderá participar num máximo de 2 provas e conforme os escalões definidos no programa.
4. Para os escalões de **Sub10, Sub12, Sub14 e Sub16** será permitida **uma falsa partida** sem desqualificação do atleta ou dos atletas que a cometerem. Qualquer atleta responsável por uma posterior falsa partida nessa prova será desqualificado da mesma.
5. No Salto em Comprimento e nos Lançamentos do Martelo e Dardo, todos os atletas terão direito a 4 (quatro) ensaios.



6. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA.
7. **Inscrições:** Até ao dia 6 novembro
 - a) As inscrições terão de ser efetuadas obrigatoriamente na plataforma www.aaporto.net
 - b) **A confirmação de participação tem de ser efetuada até 45 minutos** antes do início de cada prova, por via eletrónica na mesma plataforma de inscrição.
8. Atletas de Associações fora da Zona Norte terão de fazer a aquisição de dorsal para a época 2025/2026 no valor de 10,00 €
9. Atletas que não tragam o dorsal anual, pagarão 2,00€ por dorsal para utilizar na competição e/ou aquisição de 2ª via.
10. Aos Clubes e Atletas que confirmem a presença na prova e depois não compareçam na mesma terão uma penalização de 1,00€