



TORNEIO REGIONAL DE LANÇAMENTOS

Juvenis - Juniores – Seniores + PROVAS DE PREPARAÇÃO

03 de Fevereiro de 2013 –

Estádio Prof. Dr. Vieira de Carvalho – Maia – 14h00

17 de Fevereiro de 2013 –

Estádio do INATEL – Porto – 9h30

REGULAMENTO - Torneio Regional de Lançamentos

1. O Torneio Regional de Lançamentos destina-se a atletas dos escalões de Juvenis, Juniores e Seniores filiados, com situação regularizada, na A.A.Porto.
2. Os atletas de outras Associações Regionais que participem no Torn. Reg. Lançamentos, apenas podem efectuar 6 (seis) ensaios se o nº de participantes da A.A.Porto for inferior a 8 (oito) atletas, caso contrário só poderão efectuar os 3 (três) ensaios iniciais.
3. A participação de atletas do escalão de Iniciados, para tentativa de obtenção de mínimos do escalão de Juvenis, está condicionada à aprovação da Direcção Técnica Regional da A.A.P., devendo ser solicitada autorização até 3 dias antes da competição. Estes atletas para efeitos de classificação do Torneio Regional não serão considerados.
4. Os atletas só poderão participar em duas provas por jornada, num máximo de três no conjunto das duas jornadas.
5. Em cada prova só poderão participar, exclusivamente, atletas pertencentes aos escalões indicados no programa - horário.
6. No Torneio Regional de Lançamentos haverá classificação individual por escalão e sexo e classificação colectiva por sexo.
7. A classificação colectiva será obtida pelo somatório de pontos conseguido pelo melhor atleta de cada clube em cada prova, vencendo o clube que obtiver maior pontuação. Se o clube classificar mais do que um atleta, estes pontuarão como atletas individuais.
8. Em cada prova serão pontuados os 8 (oito) primeiros atletas, atribuindo-se ao primeiro classificado 8 pontos, ao segundo 7 pontos, e assim sucessivamente, até ao eventual oitavo classificado que obtém 1 ponto.
9. A participação dos atletas em corridas ou provas de marcha e a participação noutras provas na mesma jornada deverá respeitar o estabelecido no Regulamento Geral de Competições (desde 1 de Janeiro de 2007).
10. Prémios Individuais: Serão atribuídos medalhões a os 3 (três) primeiros classificados de cada prova. Prémios Colectivos: Será atribuído um Troféu ao clube vencedor da classificação colectiva em cada sexo.
11. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da F.P.A.
12. Inscrições: 30 minutos antes do início de cada prova.

REGULAMENTO - Provas de Preparação

1. As Provas de Preparação destinam-se a atletas filiados de clubes da A. A. Porto ou atletas filiados de outras Associações Regionais após pedido de autorização, via Associação de origem, à Direcção da A.A.P. e realizado até 3 dias antes da competição.
2. Cada atleta só poderá participar num máximo de duas provas. Na prova de salto em comprimento o número de saltos será definido no local de prova.
3. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da F.P.A. Inscrições: 30 minutos antes do início de cada prova.



TORNEIO REGIONAL DE LANÇAMENTOS

Juvenis - Juniores - Seniores

PROVAS DE PREPARAÇÃO

03 de Fevereiro de 2013 –

Estádio Prof. Dr. Vieira de Carvalho – Maia – 09h00

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
09h00	Disco – 1kg	Juv/Jun/Sen	Fem	Tor. Reg. Lançamentos
	Disco – 1,750 kg	Juniores	Mas	Tor. Reg. Lançamentos
	Altura	Inf/Ini	Fem	a)
09h20	100 m	Juv/Jun/Sen	Fem	
	Comprimento	Juv/Jun/Sen	Mas	
09h30	100 m	Juv/Jun/Sen	Mas	
09h40	Disco – 1,5 kg	Juvenis	Mas	Tor. Reg. Lançamentos
	Disco – 2 kg	Seniores	Mas	Tor. Reg. Lançamentos
	80 m	Iniciados	Fem	
09h50	80 m	Iniciados	Mas	
10h00	60 m	Infantis	Fem	
10h10	60 m	Infantis	Mas	
10h20	Dardo – 500 gr	Juvenis	Fem	Tor. Reg. Lançamentos
	Dardo – 600 gr	Jun/Sen	Fem	Tor. Reg. Lançamentos
	400 m	Juv/Jun/Sen	Fem	
	Altura	Inf/Ini	Mas	b)
10h30	400 m	Juv/Jun/Sen	Mas	
	Comprimento	Juv/Jun/Sen	Fem	
10h40	250 m	Iniciados	Fem	
10h50	250 m	Iniciados	Mas	
11h00	Dardo – 700 gr	Juvenis	Mas	Tor. Reg. Lançamentos
	Dardo – 800 gr	Jun/Sen	Mas	Tor. Reg. Lançamentos
	150 m	Infantis	Fem	
11h10	150 m	Infantis	Mas	
11h20	1500 m	Juv/Jun/Sen	Fem	
11h35	1500 m	Juv/Jun/Sen	Mas	

a) **Altura** – A fasquia inicia a 1,05m, sobe de 5 em 5 cm até 1,25m e depois de 3 em 3 cm

b) **Altura** - A fasquia inicia a 1,10m, sobe de 5 em 5 cm até 1,30m e depois de 3 em 3 cm



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO PORTO

COMUNICADO Nº 3 24-Janeiro-2013

TORNEIO REGIONAL DE LANÇAMENTOS (Peso - Martelo)

Juvenis - Juniores - Seniores

17 de Fevereiro de 2013 - Domingo

Estádio do INATEL - Porto

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO
9h30	Martelo - 3 kg	Juvenis	Fem
	Martelo - 5 kg	Juvenis	Mas
	Peso - 7,260 kg	Seniores	Mas
	Peso - 4 kg	Jun – Sen	Fem
10h20	Martelo - 6 kg	Juniores	Mas
	Peso - 3 kg	Juvenis	Fem
	Peso - 5 kg	Juvenis	Mas
11h10	Martelo - 7,260 kg	Seniores	Mas
	Martelo - 4 kg	Jun – Sen	Fem
	Peso - 6 kg	Juniores	Mas

Círculo de Atletismo em Pavilhão Games and Fun

Torneio da Póvoa de Varzim



9 de Fevereiro – 14:30 Horas

Localização: Pavilhão Escola EB 2,3 S. Pedro de Rates
Rua Faria Guimarães - Rates - Póvoa de Varzim

Patrocinador Oficial:



Apoios:



Organização:

Associação Atletismo do Porto - Clube Desportivo e Cultural de Navais





TRIATLO TÉCNICO JOVEM DO NORTE

02 de Fevereiro de 2013 – Braga

- Junto se envia regulamento e programa da competição em epígrafe.

CAMPEONATO NACIONAL DE CLUBES EM PISTA COBERTA

9 e 10 de Fevereiro de 2013 – Pombal

- Junto se envia regulamento e programa da competição em epígrafe.
- Também disponível em: www.fpatletismo.pt
- As inscrições deverão ser enviadas para a Associação de Atletismo de Porto até ao dia **31 de Janeiro de 2013**, através do fax nº **22 6001588**, em Ficha de Inscrição própria da FPA.

CAMPEONATO DE PORTUGAL EM PISTA COBERTA

16 e 17 de Fevereiro de 2013 – Pombal

- Junto se envia regulamento e programa da competição em epígrafe.
- Também disponível em: www.fpatletismo.pt
- As inscrições deverão ser enviadas para a Associação de Atletismo de Porto até ao dia **7 de Fevereiro de 2013**, através do fax nº **22 6001588**, em Ficha de Inscrição própria da FPA.

TORNEIO DE ATLETISMO DE PAVILHÃO

Moreira da Maia - 16 de Fevereiro de 2013

- BREVEMENTE ESTARÁ DISPONÍVEL O REGULAMENTO E PROGRAMA HORÁRIO



**QUADRO COM PRAZOS DE INSCRIÇÃO
PARA AS COMPETIÇÕES DO CALENDÁRIO DA FPA
ÉPOCA 2012/2013**

- Junto se envia Quadro com Prazos de Inscrição para as competições nacionais da FPA.
- Alerta-se para o cumprimento rigoroso por parte dos clubes dos prazos de inscrição, solicitando-se o seu envio atempado para a A.A.Porto, para que os dados de inscrição possam ser devidamente confirmados.

**PARTICIPAÇÃO EM PROVAS DA
ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO PORTO**

- A participação de atletas de outras Associações Regionais, em provas organizadas pela Associação de Atletismo do Porto, só é autorizada após **pedido de participação**, via Associação de origem, à Direcção da A.A.P. e **realizado até 3 dias antes** da competição. A não realização do pedido, impossibilitará a participação do atleta nas competições da Associação de Atletismo do Porto.

**PARTICIPAÇÃO EM PROVAS
DE OUTRAS ASSOCIAÇÕES REGIONAIS**

- A participação de atletas de clubes da Associação de Atletismo do Porto, em competições organizadas por outras Associações Regionais, terá que ser **autorizada pela Associação organizadora**, o **pedido de participação** terá que ser solicitado à Direcção da A.A.P. e terá que ser **realizado até 3 dias antes** da competição.

Este prazo deverá ser totalmente respeitado pelos clubes, caso contrário, a Associação não fará chegar o pedido de participação às outras Associações.

Os pedidos deverão ser também realizados de uma só vez, não havendo vários pedidos do mesmo clube para a mesma competição.



DORSAL ANUAL

O DORSAL ANUAL deverá ser utilizado em todas as competições de Pista e Corta Mato realizadas na Zona Norte (Porto, Braga, Viana do Castelo, Vila Real, Bragança).

O numero será reconhecido pelo programa de resultados de qualquer Associação da Zona Norte.

Desta forma, a participação com o respectivo DORSAL é fundamental para melhor reconhecimento do atleta em termos de filiação e de reconhecimento das marcas realizadas para fim de confirmação de mínimos e de Rankings.

O Atleta tem liberdade total para o poder fotocopiar ou realizar outra forma de impressão. No caso de perca ou de ficar impróprio para utilização em competições, deverá solicitar o mais rápido possível um novo à Associação.