



## Campeonato Regional e do Norte de Corta Mato Longo

- Guimarães -

Realiza-se no dia **1 de fevereiro de 2014** o Campeonato Norte de Corta Mato Longo, em Guimarães – Pista de Cross – Cidade Desportiva de Guimarães e também o campeonato regional da Associação de Atletismo do Porto. Destina-se a todos os atletas filiados na AAP, necessitando apenas de se apresentarem com o dorsal anual no local da competição. Os atletas que não sejam filiados e pretendam competir deverão realizar a sua filiação até à 4ª feira anterior à data de realização da prova.

### Prémios do Camp. Regional:

**Medalhas:** aos 3 primeiros classificados de cada escalão e sexo (Infantis, Iniciados e Longo) e para os 4 atletas da equipa vencedora em cada escalão sexo.

**Troféus:** às 3 equipas melhor classificadas de cada escalão e sexo (Infantis, Iniciados e Longo).

Haverá classificação individual e coletiva para os escalões de veteranos. Esta classificação será obtida pelos 4 melhores veteranos de cada clube, **na classificação geral**, independentemente do seu escalão, quer para o sexo feminino quer para o sexo masculino.

**Medalhas:** aos 3 primeiros classificados de cada escalão e sexo e para os 4 atletas da equipa vencedora.

**Troféus:** à 1 equipa melhor masculina e à 1 equipa feminina.

Os troféus e as classificações coletivas serão publicados e entregues posteriormente.

### Escalões Veteranos:

Veteranos M35	(35 a 39 anos)	Mas	10.000 m	C. Reg. Longo
Veteranos M40	(40 a 49 anos)	Mas	10.000 m	C. Reg. Longo
Veteranos M50	+ 50 anos	Mas	10.000 m	C. Reg. Longo
Veteranos F35	+ 35 anos	Fem	6.000 m	C. Reg. Longo

## Campeonato Regional e do Norte de Provas Combinadas

- Parque de Exposições de Braga –

Realiza-se no fim-de-semana **1 e 2 de Fevereiro** em Braga o Campeonato Regional de Provas Combinadas em Pista Coberta para Juvenis/Juniores/Seniores em Femininos e Juniores/Seniores em Masculinos. Medalhas aos 3 primeiros classificados de cada escalão e sexo.



## II Torneio Lançamentos AAP + AAB

**8 de fevereiro 2014 – 9:30 horas**

*Estádio do INATEL – Porto*

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
<b>9h30</b>	Martelo – 4kg	Jun/Sen	Fem	
	Martelo – 3kg	Juv	Fem	
	Peso - 7,260 kg	Sen	Mas	
	Peso – 6kg	Jun	Mas	
<b>10h15</b>	Peso - 4 kg	Jun/Sen/	Fem	
	Martelo – 7,260kg	Sen	Mas	
	Martelo – 6kg	Jun	Mas	
	Martelo – 5kg	Juv	Mas	
<b>11h00</b>	Disco – 1kg	Juv/Jun/Sen	Fem	
<b>11h45</b>	Disco - 2kg	Sen	Mas	
	Disco - 1,750kg	Jun	Mas	
	Disco - 1,5Kg	Juv	Mas	

### REGULAMENTO:

1. Este torneio destina-se a atletas filiados, com situação regularizada e em representação de clubes filiados nas A.A. Porto e A. A. Braga.
2. Cada atleta poderá participar em 2 provas.
3. Caso se verifique mais de 12 atletas em cada escalão, o número total de lançamentos por atleta passará para 2+2, de forma a evitar atrasos.
4. Os atletas filiados na A.A.Porto e A.A. Braga deverão utilizar os seus dorsais anuais.
5. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA.
6. Inscrições: Até 30 minutos antes do horário previsto para o início de cada prova.



## TORNEIO REGIONAL JOVEM DE LANÇAMENTOS

2ª Jornada

Infantis – Iniciados

8 de fevereiro 2014 – 14:00 horas

*Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho – Maia*

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
<b>14h00</b>	60 m	Juv-Jun-Sem-Vet	Fem	Prova Extra
	<b>Dardo</b>	<b>Iniciados</b>	<b>Fem</b>	<b>Torn. Reg. Jov. Lanç</b>
	Comprimento	Juv-Jun-Sen-Vet	Masc	Prova Extra
	Altura	Benj. B / Inf	Fem	Prova Extra a)
<b>14h10</b>	60 m	Juv-Jun-Sen-Vet	Masc	Prova Extra
<b>14h25</b>	60 m	Iniciados	Fem	Prova Extra
<b>14h35</b>	60 m	Iniciados	Masc	Prova Extra
<b>14h50</b>	60 m	Infantis	Fem	Prova Extra
<b>15h00</b>	60 m	Infantis	Fem	Prova Extra
	<b>Dardo</b>	<b>Iniciados</b>	<b>Masc</b>	<b>Torn. Reg. Jov. Lanç</b>
	Altura	Benj B / Inf	Mas	Prova Extra b)
	Comprimento	Juv-Jun-Sen-Vet	Fem	Prova Extra
<b>15h20</b>	1500m	Juv-Jun-Sen-Vet	Fem	Prova Extra
<b>15h30</b>	1500m	Juv-Jun-Sen-Vet	Masc	Prova Extra
<b>15h50</b>	400m	Juv-Jun-Sen-Vet	Fem	Prova Extra
<b>16h00</b>	400m	Juv-Jun-Sen-Vet	Mas	Prova Extra
	<b>Disco</b>	<b>Infantis</b>	<b>Fem</b>	<b>Torn. Reg. Jov. Lanç</b>
<b>16h20</b>	600 m Marcha	Benj A e B	Fem	Prova Extra (pista 1 a 4 )
	600 m Marcha	Benj A e B	Masc	Prova Extra (pista 5 a 8)

**Altura:**

- a) Os Benjamins B e Infantis Femininos iniciam a 0,80 m e 1,00 m, respetivamente.
- b) Os Benjamins B e Infantis Masculinos iniciam a 0,90 m e 1,05 m, respetivamente.



## REGULAMENTO (2ª e 3ª Jornada):

1. O **Torneio Regional Jovem de Lançamentos** é constituído por quatro (4) jornadas e destina-se a atletas dos escalões de **Infantis e Iniciados**, com a situação regularizada na A. A. Porto.
  2. A participação de atletas de outras Associações Regionais só é autorizada após **pedido de participação**, via Associação de origem, à Direção da A.A.P. e realizado até 3 dias antes da competição. A participação destes atletas será considerada como extra, não acedendo à série final de lançamentos.
  3. Em cada prova só poderão participar, exclusivamente, atletas pertencentes aos escalões indicados no programa horário.
  4. Haverá classificação individual por escalão e sexo e classificação colectiva por sexo.
  5. A classificação coletiva será obtida pelo somatório do total de pontos conseguidos pelos 2 melhores atletas de cada clube em cada prova, vencendo o clube que obtiver maior pontuação. Se o clube classificar mais do que dois atletas, estes pontuarão como atletas individuais.
  6. Em cada prova serão pontuados os 8 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.
  7. **Prémios Individuais:** Serão atribuídos Medalhas aos 3 primeiros classificados de cada prova do **Torneio Regional Jovem de Lançamentos**.
- Prémios Coletivos:** Será atribuído um Troféu ao clube vencedor da classificação colectiva em cada sexo.
8. As provas extra destinam-se a atletas filiados, com situação regularizada.
  9. Cada atleta só poderá participar num máximo de 2 (duas) provas.
  10. No salto em altura, para benjamins e infantis a fasquia progride de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas em competição. Havendo mais de 12 inscritos, os atletas têm apenas 2 tentativas e quando ficarem apenas três atletas passarão a ter 3 tentativas. Haverá uma classificação distinta para benjamins e infantis.
  11. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA.
  12. **Inscrições:** **30 minutos** antes do horário previsto para o início de cada prova.



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO  
**PORTO**

COMUNICADO Nº 1 – 2014 - 24 janeiro

## TORNEIO REGIONAL JOVEM DE LANÇAMENTOS

**3ª Jornada**  
**(Infantis – Iniciados)**

**9 de fevereiro 2014 – 9:30 horas**  
*Estádio do INATEL – Porto*

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
9h30	Martelo - 2 kg	Infantis	Fem	Torn. Reg. Jov. Lanç
10h15	Martelo – 3 kg	Infantis	Mas	Torn. Reg. Jov. Lanç
11h00	Disco – 0,750 kg	Iniciados	Fem	Torn. Reg. Jov. Lanç



## Circuito de Atletismo em Pavilhão Games and Fun 2013/2014

### Torneio de Moreira da Maia

15 de Fevereiro 2014 – 14:30h

*Pavilhão Municipal Moreira da Maia - Maia*

#### Escalões etários

Benjamins A (2005/2006/2007)

Benjamins B (2003/2004)

Infantis (2001/2002)



**Dorsal Anual** – A classificação coletiva dependerá do número de pontos obtidos através dos atletas classificados nos vinte (20) primeiros lugares de cada escalão/sexo. Por cada atleta nestas condições será atribuído ao seu clube dois (2) pontos se o atleta estiver filiado, um (1) ponto se não estiver filiado ou que não participe com o dorsal anual.

O **Centro Comunitário de Vila Nova da Telha** tem a decorrer uma recolha de alimentos para distribuir pelos seus utentes. Mais uma vez a Associação de Atletismo do Porto aliou-se a esta iniciativa e apela aos seus clubes, dirigentes e atletas a contribuírem.

**É muito simples ajudar se cada um levar um alimento.**

(massas, arroz, cereais, leite, enlatados, bolachas, etc.)

**1 ATLETA = 1 ALIMENTO**

Inscrições até 13 Janeiro 2014 para o email [geral.aaporto@gmail.com](mailto:geral.aaporto@gmail.com)

\*A informação sobre as provas deste torneio estará disponível no site, [www.aaporto.com](http://www.aaporto.com)



## 10 KM de Avintes

### Mini Corrida e Caminhada Dia de Avintes

23 de Fevereiro de 2014 - 10h00

Vila Nova de Gaia – Avintes

Vai o nosso filiado o “Clube Atletismo de Avintes” levar a efeito no próximo dia **23 de Fevereiro de 2014**, pelas **10h00**, a realização dos “**10 km de Avintes, Mini-Corrida e Caminhada Dia de Avintes**”, com a colaboração da Associação de Atletismo do Porto e do Conselho Regional de Arbitragem da A.A.Porto.

O local da partida e da chegada da prova será na Rua Castanheira do Ribatejo, em Avintes.

**Entrega de Dorsais:** dia 22 de Fevereiro das 15:00 às 19:00 horas, na Escola da Mesquita  
Dia 23 de Fevereiro das 09:00 horas às 09:30 horas.

**Inscrições:**

**Informações:**919412088 - 915695864

**Clube Atletismo de Avintes**

Apartado 3138 4430-801 Avintes

Email: [clubeatletismodeavintes@hotmail.com](mailto:clubeatletismodeavintes@hotmail.com)

Site: [www.caavintes.no.comunidades.net](http://www.caavintes.no.comunidades.net)

**Custo da inscrição**

**NIB: 003501240001090153039 - CGD**

**10Km de Avintes:** até dia 8 de Fevereiro 7€; do dia 9 ao dia 22 de Fevereiro - 10€; última hora - 15€

**Mini-Corrida e Caminhada:** até 15 anos de idade 2€ - acima dos 15 anos 4€; última hora – 6€

**Programa das provas:**

Hora	Prova	Escalão	Ano Nasc.	Sexo	Distância
10h00	10 Km de Avintes	Juniores	1994-1995	Mas	10.000 m
		Seniores	1993 e anteriores	Mas	
		Seniores	1993 e anteriores	Fem	
		Veteranos M40	40 aos 44 anos	Mas	
		Veteranos M45	45 aos 49 anos	Mas	
		Veteranos M50	50 aos 54 anos	Mas	
		Veteranos M55	55 aos 59 anos	Mas	
		Veteranos M60	60 anos em diante	Mas	
		Veteranos F40	40 aos 44 anos	Fem	
		Veteranos F45	45 anos em diante	Fem	
10h00	Mini-Corrida	Atletas de todas as idades		Mas e Fem	2.000 m
10h00	Caminhada	Atletas de todas as idades		Mas e Fem	5.000 m

**Classificação:**

Haverá classificação individual e colectiva na prova de 10 km (4 primeiros atletas).

A Mini - corrida e Caminhada não têm fins competitivos.



## Informações

### CAMPEONATO NACIONAL DE JUNIORES EM PISTA COBERTA

8 e 9 de Fevereiro de 2014 - Pombal

- Junto se envia regulamento e programa da competição em epígrafe, a realizar em Pombal.
- As **inscrições** deverão ser enviadas para a **Associação de Atletismo de Porto** até ao **dia 30 de Janeiro de 2014**, por email, em Ficha de Inscrição própria da FPA.

### CAMPEONATO NACIONAL DE ESPERANÇAS EM PISTA COBERTA

15 e 16 de Fevereiro de 2014 - Pombal

- Junto se envia regulamento e programa da competição em epígrafe, a realizar em Pombal.
- As **inscrições** deverão ser enviadas para a **Associação de Atletismo de Porto** até ao **dia 6 de fevereiro de 2014**, por email, em Ficha de Inscrição própria da FPA.

### 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.



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO  
**PORTO**

**COMUNICADO Nº 1 – 2014 - 24 janeiro**

## **CALENDÁRIO COMPETIÇÕES 2013/2014**

Está disponível em [www.aaporto.com](http://www.aaporto.com) o calendário para a época desportiva 2013/2014 - v7 - 24/01/14

### **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 número será reconhecido pelo programa de resultados de qualquer Associação da Zona Norte.

O Atleta tem liberdade total para o poder fotocopiar. No caso de perca ou de ficar impróprio para utilização em competições, deverá solicitar o mais rápido possível um novo à Associação, tendo um custo a 2ª via de cada dorsal.