



**TORNEIO REGIONAL DE ESTAFETAS**  
**Regional Lançamentos – 2.ª Jornada**  
**PROVAS DE PREPARAÇÃO**  
**Sábado - 5 de Abril de 2014 - 15h00**  
**Estádio Municipal da Póvoa de Varzim**

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
<b>14h00</b>	Peso – 6kg e 7,260 kg	Jun + Sen	Mas	Reg. Lan.
	Dardo 700g	Jun + Sen	Fem	Reg. Lan.
<b>14h30</b>	Estafeta Sueca	Jun/Sen/Vet	Fem	100/200/300/400
	Quadruplo Salto	Iniciados	Fem	a)
<b>14h45</b>	Estafeta Sueca	Jun/Sen/Vet	Mas	100/200/300/400
<b>15h00</b>	4 x 60 m	Benj B / Inf	Fem	
	Peso – 4kg	Jun + Sen	Fem	Reg. Lan.
	Dardo 800g	Jun + Sen	Mas	Reg. Lan.
<b>15h15</b>	4 x 60 m	Benj. B /Inf	Mas	
<b>15h30</b>	4 x 300 m	Ini /Juv	Fem	
	Quadruplo Salto	Iniciados	Mas	b)
<b>15h45</b>	4 x 300 m	Ini /Juv	Mas	
<b>16h00</b>	Dardo 600g	Juv	Fem	Reg. Lan.
	Peso - 5 kg	Juv	Mas	Reg. Lan.
	4 x 100 m	Vet	Fem	
<b>16h15</b>	4 x 100 m	Vet	Mas	
<b>16h30</b>	Estafeta Olímpica	Jun /Sen/Vet	Fem	100/200/400/800
<b>16h45</b>	Estafeta Olímpica	Jun /Sen/Vet	Mas	100/200/400/800
<b>17h00</b>	Peso – 4kg	Juv	Fem	Reg. Lan.
	Dardo 700g	Juv	Mas	Reg. Lan.
<b>17h10</b>	300m/bar	Ini / Juv	Fem	7b (0,76): 50-40-30
<b>17h20</b>	300m/bar	Ini / Juv	Mas	7b (0,84): 50-40-30

a) A tábuas de chamada será de 8metros ou 10 metros.

b) A tábuas de chamada será de 11 metros.

1. As tábuas de chamada poderão ser improvisadas. Ensaios no quadruplo salto = 2+2 (com mais de 12 atletas) ou 3+3 (até 12 atletas)



**TORNEIO REGIONAL DE ESTAFETAS**  
**Regional Lançamentos – 2.ª Jornada**  
**PROVAS DE PREPARAÇÃO**  
**Sábado - 5 de Abril de 2014 - 15h00**  
**Estádio Municipal da Póvoa de Varzim**

**REGULAMENTO**

- a) O Torneio Regional de Estafetas destina-se a atletas de todos os escalões, e com situação regularizada, na A.A.Porto.
- b) A participação de atletas/equipas de outras Associações Regionais 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.
- c) Em cada prova só poderão participar, exclusivamente, atletas pertencentes aos escalões indicados no programa - horário.
- d) Os atletas apenas poderão participar em 2 provas do Programa Horário, exceto os atletas do escalão de Seniores e Veteranos, que poderão participar até 4 provas correspondentes ao escalão de Seniores/Veteranos, desde que duas pertencentes ao Regional de Lançamentos e outras duas pertencentes ao Regional de Estafetas.
- e) Nas provas de estafetas abertas a mais que um escalão haverá apenas uma classificação. Nas provas de lançamentos para juniores e seniores incluídas no Regional de Lançamentos haverá classificações distintas.
- f) No quadruplo salto, para Iniciados, a corrida será limitada a 25 metros, para ambos os sexos. Os atletas em vez de fazerem o tradicional (Hop; Step; Jump), passam a realizar os seguintes 4 saltos (Hop; Step; Hop; Jump), E + E + D + D + queda ou D + D + E + E + queda. No Quadruplo Masculino, a tábua de chamada será de 11 metros. No Quadruplo Feminino, a tábua de chamada será de 8metros e 10 metros, conforme o desejo da atleta, (as tábua de chamada poderão ser improvisadas).
- g) Os Clubes só poderão inscrever num máximo de 3 equipas por cada prova de estafetas.
- h) Os atletas Veteranos podem participar como Seniores.
- i) Nas provas **até ao escalão de Iniciados**, será permitida uma falsa partida e só à 2.ª falsa partida o atleta ou a equipa será desclassificada.
- j) **Prémios Individuais:** Serão atribuídas medalhas aos 3 (três) primeiros classificados de cada prova do Torneio Regional de Lançamentos e aos primeiros classificados de cada prova de estafetas. Será atribuído um troféu à primeira equipa do Regional de Estafetas, considerando as pontuações obtidas pelos 8 primeiros de cada prova (1.º lugar – 8p; 2.º lugar – 7p.....; 8.º lugar – 1 p).
- k) No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da F.P.A.
- l) **Inscrições:** Até 30 minutos antes do início do torneio.



## **Provas de Lançamentos EM ATRASO**

**Domingo - 6 de Abril de 2014 - 09h30**

**Parque Desportivo de Ramalde – INATEL - Porto**

<b>HORA</b>	<b>PROVA</b>	<b>ESCALÃO</b>	<b>SEXO</b>	<b>OBSERV.</b>
09h30	<b>Disco – 0,750 kg</b>	Infantis	Mas	Reg. Jovem Lan.
10h30	<b>Disco - 1 kg</b>	Iniciados	Mas	Reg. Jovem Lan.
11h30	<b>Disco – 1,75kg</b>	Juniores	Mas	Reg. Lan.
	<b>Disco – 2kg</b>	Seniores	Mas	Reg. Lan.
12h30	<b>Disco – 1kg</b>	Juv+Jun+Sen	Fem	Reg. Lan.

### **REGULAMENTO: Regional Lançamentos + Reg. Jovem Lançamentos**

1. As provas de Disco para Juniores e seniores masculinos, Juvenis, Juniores e seniores femininos deste dia faziam parte da 1.ª jornada do Regional de Lançamentos, tendo ficado adiadas.
2. As provas de Disco para Infantis e Iniciados masculinos são relativas ao Regional Jovem de Lançamentos que ainda não tinham sido realizadas.
3. Em cada prova só poderão participar, exclusivamente, atletas pertencentes aos escalões indicados no programa-horário.
4. Nas provas do Regional de Lançamentos só poderão participar os atletas que fizeram a sua inscrição na prova de disco no dia 16 de março.
5. No Torneio Regional de Lançamentos haverá classificação individual por escalão e sexo e classificação coletiva por sexo.
6. Regionais lançamentos (juv + jun + sen): Os atletas só poderão participar em duas provas por jornada, num máximo de três no conjunto das duas (jun e sen) ou três (juv) jornadas. Esta prova de lançamento do disco, é considerada como fazendo parte da 1º jornada.
7. A classificação coletiva 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. **Prémios Individuais:** Serão atribuídos medalhas aos 3 (três) primeiros classificados de cada prova. **Prémios Colectivos:** Será atribuído um Troféu ao clube vencedor da classificação colectiva em cada sexo.
10. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da F.P.A.
11. Inscrições: 30 minutos antes do início de cada prova.



**I Torneio de Atletismo Jovem 2014**  
**12 de Abril de 2014 (Sábado) – 14:30 horas**  
Estádio Municipal da Póvoa de Varzim

Programa-horario

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO
14h30	40 m s/ blocos de partida	Benjamins A	Mas
	Comprimento	Infantis	Mas
	Lançam. do Peso – 2 kg	Benjamins B	Fem
14h45	40 m s/ blocos de partida	Benjamins A	Fem
15h00	50 m s/ blocos de partida	Benjamins B	Mas
	Comprimento s/ tábua de cham.	Benjamins A	Mas
15h15	50 m s/ blocos de partida	Benjamins B	Fem
	Lançam. do Peso – 2 kg	Infantis	Fem
15h30	60 m	Infantis	Mas
	Lançam. Bola Medic. - 1 kg *	Benjamins A	Mas
	Lançam. Bola Medic. - 1 kg *	Benjamins A	Fem
	Comprimento s/ tábua de cham.	Benjamins B	Mas
	Comprimento s/ tábua de cham.	Benjamins B	Fem
15h45	60 m	Infantis	Fem
16h00	Lançam. do Peso - 2 kg	Benjamins B	Mas
16h10	Comprimento s/ tábua de cham.	Benjamins A	Fem
16h30	500 m	Benjamins A	Mas
16h40	500 m	Benjamins A	Fem
	Comprimento	Infantis	Fem
	Lançam. do Peso - 3 kg	Infantis	Mas
16h50	600 m	Benjamins B	Mas
17h00	600 m	Benjamins B	Fem
17h10	1000m	Infantis	Mas
17h20	1000 m	Infantis	Fem

\*Lançamento a duas mãos, entre pernas e frontal.



## REGULAMENTO:

- a) Neste Meeting poderão participar atletas do escalão de **Benjamins A** (2005-2006-2007), **Benjamins B** (2003-2004) e **Infantis** (2001-2002);
- b) **Este Torneio será aberto a todos os clubes filiados na A.A.Porto e às escolas com equipas de Desporto Escolar;**
- c) Para a classificação individual e colectiva, os atletas e clubes filiados e do Desporto Escolar contarão para a mesma classificação;
- d) No caso de filiado, o atleta apenas poderá participar pelo clube, não podendo representar o seu grupo de Desporto Escolar;
- e) Os atletas têm de participar obrigatoriamente em todas as provas individuais, do seu escalão e sexo;
- f) Em todos os escalões os atletas têm direito a **1 tentativa** nas provas de **Velocidade** (40 m, 50 m e 60 m), **2 tentativas** nas provas de **Saltos** e de **Lançamentos**, contando o melhor resultado, e **1 tentativa** nas provas de **Resistência** (500 m, 600 m e 1000 m);
- g) Ao primeiro classificado em cada uma das provas, será atribuído 20 pontos, ao segundo 19 pontos, do vigésimo até ao último classificado será atribuído 1 ponto;
- h) Em cada escalão e sexo, haverá **classificação geral individual** do somatório dos pontos obtidos nas provas realizadas;
- i) **Classificação Coletiva**, Clubes/Escolas com mais atletas nos dez primeiros lugares da classificação geral individual, no conjunto dos escalões e sexos. Em caso de empate vence o clube/escola com o maior número de atletas vencedores. Se o empate continuar recorre-se ao número de atletas classificados no segundo lugar, e assim sucessivamente;
- j) Será permitida a presença de 2 acompanhantes (monitores/treinadores) por clube/escola no local das provas (devidamente identificados), para auxiliar os atletas e, caso seja necessário, colaborar na organização;
- k) À organização reserva-se o direito de solicitar aos atletas a apresentação do **Bilhete de Identidade ou Cédula Pessoal** para confirmação do ano de nascimento, pelo que os delegados dos clubes/escolas deverão providenciar para que os atletas se façam acompanhar dos respectivos documentos identificativos;
- l) No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.
- m) As **inscrições** deverão ser enviadas até ao dia **10 de Abril** para a **Associação de Atletismo do Porto** (**e-mail: geral.aaporto@gmail.com**), indicando o primeiro e o último nome do atleta, o ano de nascimento e o clube ou escola que representam.



**V G. P. de ATLETISMO  
CLUBE DO PESSOAL DAS ÁGUAS DE GAIA  
Domingo - 13 de Abril de 2014 - 10h30**

Vai o “Clube do Pessoal das Águas de Gaia” levar a efeito no próximo dia **13 de Abril de 2014**, domingo, pelas **10h30**, a realização do “**VI G.P. de Atletismo, Clube do Pessoal das Águas de Gaia**”, 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 14 de Outubro nº343, na sede de Águas e Parque Biológico de Gaia EEM.

**Entrega de Dorsais:** dia 12 de Abril das 15:00 às 17:30 horas  
No dia 13 de Abril das 8h30 até às 10:00 horas.

**Inscrições:** Até 4 de Abril, por escrito com a seguinte informação: (clube, nome, data nascimento, se é federado)

**Limite de inscritos: 1600 atletas** **FAX: 22 379 63 69**

**Clube do Pessoal das Águas de Gaia**

Rua 14 de Outubro, 343 4430-050 V.N.Gaia

Email: [clubedopessoal@sapo.pt](mailto:clubedopessoal@sapo.pt)

**Custo da inscrição**

**Até 5 de Março:** 4€

**De 6 de Março a 4 de Abril:** 5€

**Programa das provas:**

<b>Hora</b>	<b>Prova</b>	<b>Escalão</b>	<b>Ano Nasc.</b>	<b>Sexo</b>	<b>Distância</b>
<b>10h30</b>	<b>10 Km</b>	Jun/Sen	1996 e anteriores	Mas	<b>10.000 m</b>
		Seniores	1996 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	+ de 55 anos	Mas	
		Veteranos F40	+ de 40 anos	Fem	
<b>10h30</b>	<b>Caminhada</b>	Atletas de todas as idades			<b>Mas e Fem</b>

**Classificação:**

Haverá classificação individual e prémios para os 10 primeiros de cada escalão. Colectivamente, prémios para as 3 primeiras equipas de cada escalão. Pontuam colectivamente os 3 primeiros atletas em cada escalão. Troféus individuais e coletivos para atletas e clubes federados do concelho de Vila Nova de Gaia



**TORNEIO KM JOVEM REGIONAL**

**Torneio Regional Salto em Altura – 2.ª Jornada (iniciados)**

Sábado - 19 de Abril de 2014 - 14h30

Estádio Municipal da Póvoa de Varzim

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
<b>14h30</b>	100 m /Bar.	<b>Inic/Juv</b>	<b>Fem</b>	<b>10b (0,76): 13+8,50+10,50</b>
	Altura	<b>Iniciados</b>	<b>Mas</b>	<b>a) Reg. Alt.</b>
	Quadruplo Salto	<b>Infantis</b>	<b>Fem</b>	<b>c) Tábua: 7/9 m</b>
<b>14h40</b>	100 m /Bar.	<b>Juv/Jun/Sen</b>	<b>Fem</b>	<b>10b (0,84): 13+8,50+10,50</b>
<b>14h50</b>	110 m / Bar.	<b>Inic/Juvenis</b>	<b>Mas</b>	<b>10b (0,91): 13,72+9,14+14,02</b>
<b>15h00</b>	110 m / Bar.	<b>Jun/Sen</b>	<b>Mas</b>	<b>10b (1,06): 13,72+9,14+14,02</b>
<b>15h15</b>	80 m	<b>Inf/Ini</b>	<b>Fem</b>	
<b>15h25</b>	80 m	<b>Inf/Ini</b>	<b>Mas</b>	
<b>15h35</b>	100 m	<b>Juv/Jun/Sen</b>	<b>Fem</b>	
<b>15h45</b>	Altura	<b>Iniciados</b>	<b>Fem</b>	<b>b) Reg. Alt.</b>
	Quadruplo Salto	<b>Infantis</b>	<b>Mas</b>	<b>c) Tábua: 9/11 m</b>
	100 m	<b>Juv/Jun/Sen</b>	<b>Mas</b>	
<b>16h00</b>	<b>1000 m</b>	<b>Infantis</b>	<b>Fem</b>	
<b>16h10</b>	<b>1000 m</b>	<b>Infantis</b>	<b>Mas</b>	
<b>16h25</b>	<b>1000 m</b>	<b>Iniciados</b>	<b>Fem</b>	
<b>16h35</b>	<b>1000 m</b>	<b>Iniciados</b>	<b>Mas</b>	
<b>16h50</b>	<b>1000 m</b>	<b>Juvenis</b>	<b>Fem</b>	
<b>17h00</b>	<b>1000 m</b>	<b>Juvenis</b>	<b>Mas</b>	
<b>17h15</b>	<b>400 m</b>	<b>Juv/Jun/Sen</b>	<b>Fem</b>	
<b>17h25</b>	<b>400 m</b>	<b>Juv/Jun/Sen</b>	<b>Mas</b>	

- a) Salto em altura (iniciados masc.): Inicia a 1,20 m e sobe de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas subindo, depois, de 3 em 3 cm.
- b) Salto em altura (iniciados fem.): Inicia a 1,10 m e sobe de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas subindo, depois, de 3 em 3 cm.
- c) Quadruplo = step + step + step + queda / E+D+E+D+queda ou D+E+D+E+queda. Ensaios no quadruplo salto = 2+2 (com mais de 12 atletas) ou 3+3 (até 12 atletas)  
Tábua de chamada: 7 ou 9 metros (fem); 9 ou 11m (masc)



## REGULAMENTO - Km Jovem Regional

2. O Torneio do Km Jovem Regional destina-se a atletas filiados, **com situação regularizada**, na A.A.Porto e a atletas em representação de Grupos de Desporto Escolar.
3. Poderão participar atletas de outras Associações Regionais após pedido de autorização, via Associação de origem, ao Dep. Técnico da A.A.P.
4. Cada atleta só poderá participar num máximo de 2 provas.
5. Em cada prova só poderão participar, exclusivamente, atletas pertencentes aos escalões indicados no programa-horário.
6. Prémios (Km Jovem): Serão atribuídas Medalhas aos 3 (três) primeiros classificados, de cada sexo, dos escalões de Infantis, Iniciados e Juvenis, participantes na prova do KM jovem. Será atribuído um troféu ao clube vencedor.
7. A classificação coletiva no Km Jovem Regional far-se-á através do somatório das marcas realizadas pelo atleta melhor classificado, de cada clube, em cada escalão-sexo. Vence a equipa com mais atletas (até 6, no máximo, e um por cada escalão-sexo) e com o somatório de tempos mais baixo.
8. No quadruplo salto, para infantis, a corrida será limitada a 15 metros, para ambos os sexos. Os atletas realizam os seguintes 4 saltos (Step; Step; Step; Jump). No Quadruplo Masculino, a tábua de chamada será de 9 metros ou de 11 metros, conforme o desejo do atleta. No Quadruplo Feminino, a tábua de chamada será de 7 metros ou de 9 metros, conforme o desejo da atleta (a tábua de 7 metros será improvisada).
9. Ensaios no quadruplo salto = 2+2 (com mais de 12 atletas) ou 3+3 (até 12 atletas)
10. A prova de S. Altura para iniciados faz parte do Torneio Regional de S. Altura – Jornada Iniciados.
11. **Prémios:** Serão atribuídas Medalhas aos 3 (três) primeiros classificados, de cada escalão e sexo, na prova de salto em altura para Iniciados, respeitante ao Torneio Regional de Salto em Altura.
12. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da F.P.A.
13. **Inscrições:** 30 minutos antes do início de cada prova.



## **Provas de Comemoração do Dia 25 de Abril 2014**

### **Corrida da Liberdade – Amarante**

Organização CM Amarante e o Clube de Atletismo do Tâmega, com inicio às 14:30h em frente ao Mosteiro de São Gonçalo. Para todos os escalões etários. Prémios coletivos até ao escalão de juvenis e individuais para todos.

[www.cat-amarante.pt](http://www.cat-amarante.pt)

### **17º Grande Prémio de Atletismo 25 de Abril**

Organização Junta de Freguesia de Campo e Sobrado e a CM de Valongo, com inicio às 8:30h junto ao Edifício Sede, Rua dos Moirais, 94/100, Campo. Para todos os escalões etários. Prémios coletivos e individuais, lembranças para todos os participantes.

### **1º Corrida da Liberdade – Vila Nova de Gaia**

Organização Junta de Freguesia de Mafamude/Vilar do Paraiso, com a CM Gaia, com inicio 9:30h na praça Dr. José Sampaio, junto à Escola Secundária Almeida Garrett. Para todos os escalões etários. Prémios para atletas federados inscritos nos clubes de V.N. Gaia. Prémios individuais e coletivos.

### **Grande Prémio 25 de Abril**

Organização União das Freguesias de Custóias, Leça do Balio e Guifões, com inicio às 9h junto ao Edifício da Junta de Freguesia. Para todos os escalões etários.



## Torneio de Marcha

### PROVAS DE PREPARAÇÃO

Sábado - 26 de Abril de 2014 - 15h00

Estádio Dr. José Vieira de Carvalho – Maia

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
14h30	1500m Marcha	Benjamins B	Fem	Pista 1 a 4
	1500m Marcha	Benjamins B	Mas	Pista 5 a 8
14h45	2000m Marcha	Infantis	Fem	Pista 1 a 4
	2000m Marcha	Infantis	Mas	Pista 5 a 8
15h15	3000m Marcha	Ini+Juv	Fem	Pista 1 a 4
	3000m Marcha	Ini+Juv	Mas	Pista 5 a 8
16h00	5000m Marcha	Jun+Sen+Vet a)	Fem	Pista 1 a 4
	5000m Marcha	Jun+Sen+Vet a)	Mas	Pista 5 a 8
16h40	800 m	Juv/Jun/Sen	Fem	
16h50	800 m	Juv/Jun/Sen	Mas	
17h10	400m Bar.	Juv/Jun/Sen	Fem	
17h20	400m Bar.	Juv/Jun/Sen	Mas	

- a) Nesta prova (5000MX) poderão participar, como extra, os atletas iniciados e juvenis que pretendam alcançar os mínimos para os nacionais de juvenis, após pedido de participação devidamente fundamentado apresentado ao DTR até às 12h da quinta-feira anterior. A opção por este tipo de participação permitirá a obtenção de mínimos, mas não contará para as classificações individuais e coletiva do torneio.



## Regulamento:

1. O Torneio de Marcha destina-se a atletas filiados, **com situação regularizada**, na A.A.Porto.
2. Poderão participar atletas de outras Associações Regionais após pedido de autorização, via Associação de origem, ao Dep. Técnico da A.A.P.
3. Em cada prova só poderão participar, exclusivamente, atletas pertencentes aos escalões indicados no programa-horário.
4. Na prova de 5000m Marcha poderão participar, como extra, os atletas iniciados e juvenis que pretendam alcançar os mínimos para os nacionais de juvenis, após pedido de participação devidamente fundamentado apresentado ao DTR até às 12h da quinta-feira anterior. A opção por este tipo de participação permitirá a obtenção de mínimos, mas não contará para as classificações individuais e coletiva do torneio.
5. Haverá classificação individual por escalão e sexo e classificação colectiva por clubes.
6. Serão atribuídas medalhas aos 3 primeiros classificados, masculino e feminino, dos escalões de Benjamins, Infantis, Iniciados, Juvenis, Juniores, Seniores, Veteranos.
7. Todo o atleta veterano que queira participar na prova de 5000metros marcha deverá, na ficha de inscrição além de inscrever o ano de nascimento, colocar o escalão em que quer competir, ou sénior ou veterano, não podendo competir simultaneamente nos dois escalões.
8. Será atribuída uma taça ao clube vencedor da classificação coletiva masculina e outra ao clube vencedor da classificação coletiva feminina.
9. Para a classificação colectiva por clubes, contarão todos os resultados obtidos pelos atletas dos escalões de Benjamins até ao escalão de Veteranos para o masculino e igualmente para o feminino. Em cada uma destas provas serão atribuídos 8 pontos ao primeiro classificado, 7 pontos ao segundo, 6 ao terceiro e assim sucessivamente até ao eventual oitavo classificado, a quem será atribuído 1 ponto.
10. No restante respeitar-se-á o descrito no regulamento geral de competições da FPA.



**CAMPEONATO REGIONAL DE MONTANHA  
TAÇA DE PORTUGAL DE MONTANHA – 1ª JORNADA  
27 de Abril de 2014**

**1º Torneio de Atletismo de Rua 2014  
Pavilhão Municipal de Gondomar  
27 de Abril de 2014**

**BREVEMENTE, será enviado e comunicado a todos os clubes, os Regulamentos e Programas Horários destas duas competições.**



## Informações

### **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.

### **CALENDÁRIO COMPETIÇÕES 2013/2014**

Está disponível em [www.aaporto.com](http://www.aaporto.com) o calendário para a época desportiva 2013/2014 – **v10 – 18/03/14**

### **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 2<sup>a</sup> via de cada dorsal.