



## TRIATLO TÉCNICO JOVEM REGIONAL Infantis – Iniciados – Juvenis

19 de Janeiro de 2014 - 9.00 horas

*Estádio Municipal da Póvoa de Varzim*

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
9h00	60 m Barr.	Juvenis	Mas	5b-0.91m 13,72-9,14-9,72
	Comprimento	Iniciados	Mas	3 ensaios
	Peso – 2 kg	Infantis	Fem	3 ensaios
	Altura	Juvenis	Fem	a)
9h10	60 m Barr.	Juniores	Mas	5b-1,00m 13,72-9,14-9,72 Prova Extra
	60 m Barr	Seniores	Mas	5b-1,06m 13,72-9,14-9,72 Prova Extra
9h15	60 m Barr.	Iniciados	Fem	6b-0.76m 12,00-8,00-8,00
9h30	60 m Barr.	Infantis	Mas	6b-0.76m 12,00-7,50-10,50
9h45	Peso – 5 kg	Juvenis	Mas	3 ensaios
9h50	60 m Barr.	Iniciados	Mas	5b-0.84m 13,00-8,50-13,00
10h00	60 m Barr	Juvenis	Fem	5b-0.76m 13,00-8,50-13,00
	Comprimento	Iniciados	Fem	3 ensaios
10h10	60 m Barr.	Infantis	Fem	6b-0.76m 12,00-7,00-13,00
	Peso – 3 kg	Infantis	Mas	3 ensaios
10h30	60 m	Jun/Sen	Fem	Prova Extra
10h45	Altura	Juvenis	Mas	b)
	60 m	Jun/Sen	Mas	Prova Extra
11h00	Peso – 4 kg	Iniciados	Mas	3 ensaios
	800m	Jun/Sen	Fem	Prova Extra
11h15	800m	Jun/Sen	Mas	Prova Extra
	Comprimento	Infantis	Fem	3 ensaios
11h30	200m	Jun/Sen	Fem	Prova Extra
11h45	200m	Jun/Sen	Mas	Prova Extra
	Comprimento	Infantis	Mas	3 ensaios
	Peso – 3 kg	Juvenis	Fem	3 ensaios
	Peso – 3 kg	Iniciadas	Fem	3 ensaios

a) Altura (Fem) - Altura da fasquia a combinar com atletas antes de cada concurso, subindo de 4 em 4 cm.

b) Altura (Mas) - Altura da fasquia a combinar com atletas antes de cada concurso, subindo de 4 em 4 cm.



## TRIATLO TÉCNICO JOVEM REGIONAL

Infantis – Iniciados – Juvenis

19 de Janeiro de 2014 - 9.00 horas

*Estádio Municipal da Póvoa de Varzim*

### REGULAMENTO

1. O **Triatlo Técnico Jovem Regional**, é uma competição organizada pela A.A.Porto e disputada no Estádio Municipal da Póvoa de Varzim.
2. Este Torneio destina-se, a atletas filiados, **com situação regularizada** na A.A.Porto, dos escalões de **Infantis, Iniciados e Juvenis**.
3. Cada atleta só poderá participar nas provas do seu escalão.
4. Para se classificarem, os atletas têm que 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. No Triatlo haverá apenas classificação individual por escalão e sexo.
8. A classificação 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 atletas deverão participar com o respectivo DORSAL ANUAL.**
12. **Inscrições:** Todas as inscrições têm que ser feitas **30 minutos** antes da hora marcada para o início do torneio.

**No caso do Triatlo Técnico Jovem os atletas devem preencher uma Ficha de Inscrição para cada uma das provas que constitui o Triatlo (3 provas = 3 fichas).**

HORA	INFANTIS - F	INFANTIS - M	INICIADOS - F	INICIADOS - M	JUVENIS - F	JUVENIS - M
9H00	Peso – 2kg			Comprimento	Altura	60 m Barr
9H15			60 m Barr			
9H30		60 m Barr				
9H45						Peso – 5kg
9H50				60 m Barr		
10H00			Comprimento		60 m Barr	
10H10	60 m Barr	Peso - 3kg				
10H45						Altura
11H00				Peso – 4kg		
11H15	Comprimento					
11H45		Comprimento	Peso – 3kg		Peso – 3kg	