



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

- 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.