



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

CAMPEONATO REGIONAL DE INICIADOS

5 e 6 de julho de 2014 - 1ª jornada

Parque Desportivo de Ramalde – INATEL

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERVAÇÕES
09h30	Disco – 1Kg	Inf/Iniciados	Mas	Camp. Reg.
10h15	Disco - 750g	Inf/Iniciados	Fem	Camp. Reg.
11h00	Martelo - 4kg	Inf/Iniciados	Mas	Camp. Reg.
11h45	Martelo – 3kg	Inf/Iniciados	Fem	Camp. Reg.
12H30	Martelo – 7,260kg	Jun/Sen	Mas	Prova Extra



CAMPEONATO REGIONAL DE INICIADOS

5 e 6 de julho de 2014 - 2ª jornada

Pista do Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho – Maia

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERVAÇÕES
15h00	80 m Bar. - 0,76 m	Inf. / Iniciados	Fem	Elim. ou Final
	Altura	Inf. / Iniciados	Fem	a)
	Comprimento	Inf. / Iniciados	Mas	Tábua: 2 metros
	Dardo - 500 g	Inf. / Iniciados	Fem	
15h10	100 m Bar. - 0,84 m	Inf. / Iniciados	Mas	Elim. ou Final
15h25	100 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Series - Prova extra
15h40	100 m	Juv/Jun/Sen	Mas	Series - Prova extra
16h00	80 m Bar. - 0,76 m	Inf. / Iniciados	Fem	Final
	Comprimento	Inf. / Iniciados	Fem	Tábua: 2 metros
16h05	100 m Bar. - 0,84 m	Inf. / Iniciados	Mas	Final
	Vara	Iniciados	Mas	b)
16h10	1500 m	Iniciados	Fem	Séries
16h25	1500 m	Iniciados	Mas	Séries
16h40	250 m	Iniciados	Fem	Séries
	Dardo - 600 g	Inf. / Iniciados	Mas	
16h50	250 m	Iniciados	Mas	Séries
17h00	4 x 80 m	Inf./Iniciados	Fem	Séries
17h10	4 x 80 m	Inf./Iniciados	Mas	Séries

a) **Altura** (Fem) - A altura da fasquia inicia a 1,05 m e sobe de 5 em 5 cm até estarem 3 atletas. A partir daí subirá de 3 em 3 cm

b) **Vara** (Mas) - A altura da fasquia inicia a 1,90 m e sobe de 5 em 5 cm.



CAMPEONATO REGIONAL DE INICIADOS

5 e 6 de julho de 2014 - 3ª jornada

Pista do Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho – Maia

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERVAÇÕES
10h00	80 m	Inf./Iniciados	Fem	Elim. ou Final
	Altura	Inf./Iniciados	Mas	c)
	Quadruplo Salto	Iniciados	Fem	Tábua: 7 ou 9 metros
	Peso 4kg	Inf./Iniciados	Mas	
10h10	80 m	Inf./Iniciados	Mas	Elim. ou Final
10h25	800 m	Iniciados	Fem	Séries
10h35	800 m	Iniciados	Mas	Séries
10h50	200 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Series - Prova extra
11h00	200 m	Juv/Jun/Sen	Mas	Series - Prova extra
11h10	80 m	Inf./Iniciados	Fem	Final
11h15	80 m	Inf./Iniciados	Mas	Final
	Peso 3kg	Inf./Iniciados	Fem	
11h20	1500 m Obstác. - 0,76 m	Iniciados	Fem	Séries
11h30	1500 m Obstác. – 0,76 m	Iniciados	Mas	Séries
	Vara	Iniciados	Fem	d)
	Quadruplo Salto	Iniciados	Mas	Tábua: 9 ou 11 metros
11h45	4000 m Marcha	Iniciados	Mas	Pista 1 a 4
	4000 m Marcha	Iniciados	Fem	Pista 5 a 8
12h15	250 m Bar. - 0,76 m	Iniciados	Fem	Séries - 6 barr: 35-35-40
12h30	250 m Bar. - 0,76 m	Iniciados	Mas	Séries - 6 barr: 35-35-40

c) **Altura** (Mas) - A altura da fasquia inicia a 1,10 m e sobe de 5 em 5 cm até estarem 3 atletas. A partir daí subirá de 3 em 3 cm.

d) **Vara** (Fem) - A altura da fasquia inicia a 1,90 m e sobe de 5 em 5 cm.

Quadruplo Salto Iniciados:

A sucessão será em hop – step – hop – jump: E + E + D + D + queda ou D + D + E + E + queda.



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

CAMPEONATO REGIONAL DE INICIADOS

5 e 6 de julho de 2014

Pista do Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho – Maia

Regulamento

- a) **O Campeonato Regional de Iniciados destina-se, exclusivamente, a atletas do escalão de Infantis (2001 e 2002) e de Iniciados (1999 e 2000), filiados na A. A. Porto, conforme indicado no programa - horário.**
- b) Os atletas de outras Associações Regionais poderão eventualmente participar após pedido de autorização, via Associação de origem, ao Departamento Técnico da A. A. Porto. Não terão no entanto acesso às finais.
- c) As Provas Extra destinam-se, exclusivamente, aos atletas dos escalões indicados em cada prova do programa.
- d) Cada atleta pode participar num máximo de 4 (quatro), podendo participar no máximo em duas provas por jornada.
- e) 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 para os Escalões Jovens.
- f) Para a classificação coletiva pontuam os 3 (três) melhores classificados de cada clube em cada prova e a melhor estafeta classificada de cada clube, sendo os restantes atletas do clube considerados como atletas individuais, para efeitos de pontuação.
- g) As provas serão pontuadas até ao máximo de 8 atletas por prova, atribuindo-se ao primeiro classificado 8 pontos, ao segundo 7 ponto, e assim sucessivamente, até ao 1 ponto ao eventual 8º classificado.
- h) Os atletas que se verifique não terem o processo de inscrição na A. A. Porto devidamente regularizado não terão direito à atribuição de medalhas de pódio nem pontuarão coletivamente para os pretensos clubes.
- l) Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados em cada prova e troféus aos clubes vencedores da classificação masculina e feminina.
- J) No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA.
- K) Inscrições: Até 30 minutos antes do início de cada prova.