



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO PORTO

Fundada em 23 de Março de 1926

Medalha de Ouro de Valor Desportivo da C. M. Porto

## COMUNICADO OFICIAL Nº 7/2009

### NOITE DE VERÃO DA PÓVOA



3 de Junho de 2009 - Quarta

Estádio Municipal da Póvoa de Varzim



#### Regulamento:

- Na Noite de Verão da Póvoa só poderão participar, exclusivamente, atletas Federados ou Inatel, dos escalões indicados em cada prova do programa/horário.
- Inscrições: Até **30 minutos antes do início de cada prova**, em ficha própria da A.A. Porto.
- Nas provas de corridas, as **melhores marcas** a indicar nas inscrições deverão ter sido realizadas desde Janeiro de 2008.
- A verificar-se a indicação de **melhores marcas pessoais falseadas**, nas provas de corridas, os atletas **serão desclassificados e não serão autorizados** a participar noutras competições da A.A. Porto.
- No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
20h00	110 m Barreiras	Jun-Sen	Mas	1,06 m - Séries
	Vara	Juv-Jun-Sen	Fem	a)
	Triplo	Juv-Jun-Sen	Mas	
	Dardo	Juv-Jun-Sen	Fem	600 g
	Peso	Jun-Sen	Mas	7,260 kg
	Peso	Inic.-Juvenis	Mas	5 kg
20h10	110 m Barreiras	Juv-Jun	Mas	1,00 m - Séries
20h20	100 m Barreiras	Juv-Jun-Sen	Fem	0,84 m - Séries
20h30	100 m	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
20h40	100 m	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries
20h50	100 m - Cad. Rodas	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries
21h00	800 m	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
	Vara	Juv-Jun-Sen	Mas	b)
	Triplo	Juv-Jun-Sen	Fem	
	Dardo	Juv-Jun-Sen	Mas	800 g
	Peso	Juv-Jun-Sen	Fem	4 kg
21h10	800 m	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries
21h20	200 m	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
21h30	200 m	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries
21h40	200 m - Cad. Rodas	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries
21h50	3000 m	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
21h55	3000 m	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries

a) Vara (Fem) - 2,10 - 2,20 - 2,30 - 2,40 - 2,50 - 2,60 - 2,70 - 2,80 - 2,90 - 2,95 - 3,00 - ....

b) Vara (Mas) - 2,80 - 2,95 - 3,10 - 3,25 - 3,40 - 3,55 - 3,70 - 3,80 - 3,90 - 3,95 - 4,00 - ....



# IV Meeting Jovem de Atletismo de Matosinhos 2009

6 de Junho de 2009 (Sábado) - 15 horas

Zona Desportiva de Leça da Palmeira - Matosinhos

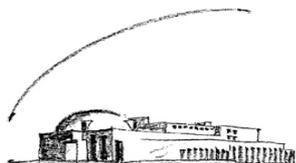
- MEDALHA e T-SHIRT para todos os participantes
- PRÉMIOS INDIVIDUAIS para os três primeiros atletas da classificação geral individual, em cada escalão e sexo
- PRÉMIOS COLECTIVOS aos cinco clubes com mais atletas nos dez primeiros lugares da classificação geral individual, no conjunto dos escalões
  - PRÉMIOS SURPRESA para sortear
  - LANCHE para todos no final das provas

Organização:



matosinhosport

Apoios:



Matosinhos  
Câmara Municipal



Patrocínios:

GAMES AND FUN  
TRADEMARK

marketing promocional  
riberimagen®  
www.riberimagen.com

[http://www.aaporto.atletas.net/associacao/diversos/doc\\_download/197-programa-e-regulamento-meeting-jovem-matosinhos-2009](http://www.aaporto.atletas.net/associacao/diversos/doc_download/197-programa-e-regulamento-meeting-jovem-matosinhos-2009)

# CORRIDA E CAMINHADA PELO AMBIENTE

## - Porto -

**10 de Junho de 2009 - 10h30**

Vão o “Clube de Veteranos do Porto” e a Runporto.com levar a efeito no próximo **10 de Junho de 2009**, pelas **10h30**, a realização da “**Corrida e Caminhada pelo Ambiente**”, com a colaboração da Associação de Atletismo do Porto e do Conselho Regional de Arbitragem da A.A.Porto.

O **local da partida da prova** será na Avenida da Boavista (próximo da Rotunda do Castelo do Queijo) e o **local da chegada da prova** será junto ao Edifício Transparente (Esplanada do Rio de Janeiro).

### Inscrições:

**Até ao dia 05 de Junho de 2009**

**Loja do Corredor**  
**Rua de Santa Luzia, 808**  
**4250-415 Porto**

**Limite de Inscrições: 10.000 participantes**

**Inscrição Gratuitas**

**Tlm: 91 619 07 50 Tlf: 22 030 47 26**

**Inscrições on-line em: [www.runporto.com](http://www.runporto.com)**

### Programa da prova:

<b>Hora</b>	<b>Escalão</b>	<b>Ano Nasc.</b>	<b>Sexo</b>	<b>Distância</b>
<b>10h30</b>	<b>Corrida</b>	1989 e anteriores	Mas e Fem	6.000 mts.
<b>10h30</b>	<b>Caminhada</b>	Todas as idades	Mas e Fem	6.000 mts.

### Classificação:

Haverá classificação individual para os 3 primeiros atletas masculinos e femininos.  
A caminhada não tem classificação.

# GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO CIDADE DE AMARANTE

**10 de Junho de 2009 - 9h30**

As Juntas de Freguesias de S. Gonçalo, Cepelos, Gatão e Madalena, a Câmara Municipal de Amarante e a Associação Desportiva de Amarante, irão levar a efeito no próximo **10 de Junho de 2009**, pelas **9h30**, a realização “**Grande Prémio de Atletismo Cidade de Amarante**”, 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 Eng<sup>o</sup> Pedro Alvelos, em Amarante.

**Inscrições:**

**Até ao dia 08 de Junho de 2009**

**Desportave - G.P. Atlet. Cidade de Amarante**  
**Apartado 124**  
**4780-468 Santo Tirso**  
**Fax: 252 857 147**  
**E-mail: atletismo@desportave.pt**  
**Inscrições on-line em: www.desportave.pt**

Taxa de Inscrição: **3 €** - Seniores e Veteranos **Grátis** – restantes escalões

**Programa da prova:**

<b>Hora</b>	<b>Escalão</b>	<b>Ano Nasc.</b>	<b>Sexo</b>	<b>Distância</b>
<b>9h30</b>	<b>Benjamins A</b>	2000/2001/2002	Mas / Fem	500 mts.
<b>9h45</b>	<b>Benjamins B</b>	1998/1999	Mas / Fem	1.000 mts.
<b>10h00</b>	<b>Infantis</b>	1996/1997	Mas / Fem	1.750 mts.
<b>10h15</b>	<b>Iniciados</b>	1994/1995	Mas / Fem	2.800 mts.
<b>10h40</b>	<b>Juvenis</b>	1992/1993	Mas / Fem	4.500 mts.
<b>11h00</b>	<b>Caminhada</b>	Todos	Mas e Fem	4.000 mts.
<b>11h30</b>	<b>Juniores</b>	1990 - 1991	Mas e Fem	9.000 mts.
	<b>Seniores</b>	1989 e anteriores	Mas e Fem	
	<b>Veteranos</b>	+ de 40 anos	Mas	
	<b>Veteranas</b>	+ de 35 anos	Fem	

**Classificação:**

Haverá classificação individual e colectiva (3 primeiros atletas de cada clube) em todos os escalões, com excepção dos Seniores e Veteranos em que só haverá classificação individual.

<b>GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO “DR.º. CELSO COSTA - VILA DE PEDROSO”</b>
---

**14 de Junho de 2009 - 10h00**

Vai a Junta de Freguesia de Pedroso levar a efeito no próximo **14 de Junho de 2009**, pelas **10h00**, a realização do “**Grande Prémio de Atletismo Dr.º. Celso Costa - Vila de Pedroso**”, com a colaboração da Associação de Atletismo do Porto e do Conselho Regional de Arbitragem da A.A.Porto.

O **local da partida da prova** será junto ao Estádio Dr. Jorge Sampaio e o **local da chegada da prova** será junto ao Parque da Senhora da Saúde.

**Inscrições:**

**G. P. Atlet. Dr.º. Celso Costa - Vila de Pedroso**  
**Junta de Freguesia de Pedroso**  
**Rua Paul de Pedroso, 22**  
**4415-340 Pedroso**

**Informações: 919872621 ou 919412088**

**Programa da prova:**

<b>Hora</b>	<b>Escalão</b>	<b>Ano Nasc.</b>	<b>Sexo</b>	<b>Distância</b>
	<b>Seniores</b>	1989 e anteriores		
	<b>Veteranas I</b>	35 aos 39 anos	Fem	10.000 mts.
	<b>Veteranas II</b>	+ de 40 anos		
<b>10h00</b>	<b>Juniores</b>	1990 - 1991		
	<b>Seniores</b>	1989 e anteriores		
	<b>Veteranos I</b>	40 aos 44 anos		
	<b>Veteranos II</b>	45 aos 49 anos	Mas	10.000 mts.
	<b>Veteranos III</b>	50 aos 54 anos		
	<b>Veteranos IV</b>	55 aos 59 anos		
	<b>Veteranos V</b>	+ de 60 anos		

**Classificação:**

Haverá classificação individual e colectiva (4 primeiros atletas de cada clube).

**GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO  
DE RIO DE MOINHOS**

**14 de Junho de 2009**

**CANCELADO**

**MEETING JOVEM DE ATLETISMO DE AMARANTE 2009  
Benjamins - Infantis - Iniciados - Juvenis**

**10 de Junho de 2009 – *Compl. Desport. da Costa Grande***

- Junto se envia regulamento e programa/horário do Meeting Jovem de Atletismo de Amarante, que se irá realizar no Complexo Desportivo da Costa Grande.

# Campeonato Jovem do Norte

13 de Junho de 2009 - Póvoa de Varzim

## REGULAMENTO:

1. Prova a disputar na Pista do Estádio Municipal da Póvoa de Varzim, no dia 13 de Junho de 2009;
2. Prova destinada exclusivamente a atletas filiados e clubes filiados, com inscrição regularizada, nas Associações Regionais da Zona Norte, e a atletas em representação de equipas do Desporto Escolar;
3. Cada clube só pode inscrever um **máximo de 3 (três) atletas por prova**, os atletas que ultrapassem este limite não serão autorizados a participar;
4. Cada atleta poderá participar em duas provas individuais e na Estafeta;
5. A participação dos atletas em corridas ou provas de marcha e a participação noutras provas na mesma jornada deverá respeitar o estabelecido, desde 1 de Janeiro de 2007, no Regulamento Geral de Competições da FPA (já divulgado);
6. Nas corridas com eliminatórias o apuramento para a final será de acordo com o descrito no Regulamento Geral de Competições da F.P.A.;
7. Haverá classificação individual e colectiva;
  - 7.1. Para a classificação colectiva serão pontuados até ao máximo de 8 atletas por prova (1º classificado = 8 pontos, 2º classificado = 7 pontos, etc...).
  - 7.2. A classificação será definida pelo somatório de pontos obtidos por cada Clube em Infantis + Iniciados / Femininos e em Infantis + Iniciados / Masculinos.  
Definida a pontuação das equipas, as mesmas serão seriadas pela ordem decrescente das pontuações, sendo vencedora a equipa com maior número de pontos.
  - 7.3. Os casos de empate serão decididos a favor do clube que obtiver mais primeiros lugares no conjunto das provas realizadas. Se o empate subsistir, aplicar-se-á o mesmo critério relativamente aos segundos lugares e assim sucessivamente.
  - 7.4. Nas estafetas só pontuará uma equipa por clube;
8. Serão atribuídas **medalhas aos três primeiros** classificados em cada prova e **taças** ao primeiro clube da classificação colectiva Feminina e ao primeiro clube da classificação colectiva Masculina;
9. As **inscrições** são feitas no local da prova, em ficha própria, **45 minutos** antes do horário marcado para a respectiva prova;
10. Nas provas de **Salto em Comprimento** e de **Lançamento do Peso e do Dardo**, caso se inscrevam mais de **12 atletas**, apenas serão realizados **4 ensaios** (2 para todos e mais 2 para os 8 melhores atletas).

# Campeonato Jovem do Norte

13 de Junho de 2009 - Póvoa de Varzim

## PROGRAMA-HORÁRIO

<b>HORA</b>	<b>PROVA</b>	<b>ESCALÃO</b>	<b>SEXO</b>	<b>OBSERVAÇÕES</b>
14h30	100 m Barr.	Iniciados	Mas	0,84 m - Elimin. ou Final
	<b>Comprimento</b>	Iniciados	Fem	Tábua: 1 metro
	<b>Altura</b>	Infantis	Fem	a)
	<b>Peso</b>	Iniciados	Mas	4 kg
	<b>Dardo</b>	Infantis	Mas	500 g
14h45	80 m Barr.	Iniciados	Fem	0,76 m - Elimin. ou Final
15h00	60 m Barr.	Infantis	Mas	0,76 m - Elimin. ou Final
15h10	60 m Barr.	Infantis	Fem	0,76 m - Elimin. ou Final
15h25	100 m Barr.	Iniciados	Mas	0,84 m - Final
	<b>Comprimento</b>	Iniciados	Mas	Tábua: 1 metro
	<b>Altura</b>	Infantis	Mas	b)
	<b>Peso</b>	Iniciados	Fem	3 kg
	<b>Dardo</b>	Infantis	Fem	400 g
15h35	80 m Barr.	Iniciados	Fem	0,76 m - Final
15h45	60 m Barr.	Infantis	Mas	0,76 m - Final
15h50	60 m Barr.	Infantis	Fem	0,76 m - Final
16h00	1500 m	Iniciados	Mas	Séries
16h10	1500 m	Iniciados	Fem	Séries
16h20	1000 m	Infantis	Mas	Séries
16h30	1000 m	Infantis	Fem	Séries
	<b>Comprimento</b>	Infantis	Fem	Tábua: 1 m
	<b>Altura</b>	Iniciados	Mas	c)
	<b>Peso</b>	Infantis	Mas	3 kg
	<b>Dardo</b>	Iniciados	Fem	500 g
16h40	150 m	Infantis	Mas	Séries
16h50	150 m	Infantis	Fem	Séries
17h00	250 m	Iniciados	Mas	Séries
17h10	250 m	Iniciados	Fem	Séries
17h20	4 x 60 m	Infantis	Mas	Séries
17h30	4 x 60 m	Infantis	Fem	Séries
	<b>Comprimento</b>	Infantis	Mas	Tábua: 1 m
	<b>Altura</b>	Iniciados	Fem	d)
	<b>Peso</b>	Infantis	Fem	2 Kg
	<b>Dardo</b>	Iniciados	Mas	600 g
17h40	4 x 80 m	Iniciados	Mas	Séries
17h50	4 x 80 m	Iniciados	Fem	Séries
18h00	4000 m Marcha	Iniciados	Mas	Séries - Pista 1
	<b>4000 m Marcha</b>	Iniciados	Fem	Séries - Pista 5

- a) Altura (Inf. F): Início a 1,05 m, sobe de 5 em 5 cm até ficar oito atletas e depois de 3 em 3 cm.  
b) Altura (Inf. M): Início a 1,10 m, sobe de 5 em 5 cm até ficar oito atletas e depois de 3 em 3 cm.  
c) Altura (Inic. M): Início a 1,20 m, sobe de 5 em 5 cm até ficar oito atletas e depois de 3 em 3 cm.  
d) Altura (Inic. F): Início a 1,10 m, sobe de 5 em 5 cm até ficar oito atletas e depois de 3 em 3 cm.

# Campeonato do Norte de Sub-23

9 de Junho de 2009 - 1ª jornada - Braga

17 de Junho de 2009 - 2ª jornada - Póvoa de Varzim

## REGULAMENTO:

1. Provas a disputar na Pista do **Estádio 1º de Maio**, em Braga (1ª Jornada), no dia 9 de Junho de 2009, e na Pista do **Estádio Municipal da Póvoa de Varzim**, na Póvoa de Varzim (2ª Jornada), no dia 17 de Junho de 2009;
2. Este campeonato destina-se a todos os atletas e clubes filiados nas Associações Regionais da Zona Norte, dos escalões de Juniores (1990 - 1991) e Seniores sub-23 (1989 - 1988 - 1987);
3. Os atletas poderão participar num máximo de quatro provas, desde que uma delas seja a estafeta curta, podendo participar no máximo em duas provas por dia;
4. Os atletas do escalão de Juniores que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 1.500 metros, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha nessa jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas;
5. Os atletas Juvenis não poderão participar neste Campeonato;
6. Haverá classificação individual e colectiva;
  - 6.1. Em cada prova, para a classificação colectiva, serão pontuados 8 atletas (1º classificado = 8 pontos, 2º classificado = 7 pontos, etc...), até ao máximo de 3 atletas por clube.
  - 6.2. A classificação será definida pelo somatório de pontos obtidos por cada Clube em Femininos e Masculinos.
  - 6.3. Definida a pontuação das equipas, as mesmas serão seriadas pela ordem decrescente das pontuações, sendo vencedora a equipa com maior número de pontos.
  - 6.4. Os casos de empate serão decididos a favor do clube que obtiver mais primeiros lugares no conjunto das provas realizadas. Se o empate subsistir, aplicar-se-á o mesmo critério relativamente aos segundos lugares e assim sucessivamente.
  - 6.5. Nas estafetas só pontuará uma equipa por clube e sexo;
7. Aos vencedores de cada prova e aos clubes vencedores colectivamente, será atribuído o **título de Campeão do Norte de Sub-23**;
8. Ao primeiro classificado de cada prova será atribuída medalha e ao primeiro clube melhor classificado, de cada sexo, será atribuída Taça;
9. As **inscrições** são feitas no local da prova, na Mesa do Júri, com **30 minutos** de antecedência, em ficha própria;
10. Os melhores tempos a indicar nas fichas de inscrição para a constituição das séries nas provas de corridas, deverão corresponder a resultados obtidos na época actual ou na anterior em Pista Coberta ou Pista ao Ar Livre.
11. Caso seja autorizado pela Associação Coordenadora, os atletas que participem extra Zona Norte não terão acesso às finais.

# Campeonato do Norte de Sub-23

9 de Junho de 2009 - 1ª jornada

Pista do Estádio 1º de Maio - Braga

## PROGRAMA-HORÁRIO

<b>HORA</b>	<b>PROVA</b>	<b>ESCALÃO</b>	<b>SEXO</b>	<b>OBSERVAÇÕES</b>
<b>19h00</b>	400 m Barr.	Jun/Sub-23	Mas	0,91 m - Séries
	Comprimento	Jun/Sub-23	Mas	Tábua 3 m
	Vara	Jun/Sub-23	Fem	a)
	Peso	Jun/Sub-23	Mas	7,260 kg
	Disco	Jun/Sub-23	Fem	1 kg
<b>19h10</b>	400 m Barreiras	Jun/Sub-23	Fem	0,76 m - Séries
<b>19h20</b>	100 m	Jun/Sub-23	Mas	Eliminatórias ou Final
<b>19h30</b>	100 m	Jun/Sub-23	Fem	Eliminatórias ou Final
<b>19h45</b>	400 m	Jun/Sub-23	Mas	Séries
<b>19h55</b>	400 m	Jun/Sub-23	Fem	Séries
<b>20h05</b>	1.500 m	Jun/Sub-23	Mas	Séries
<b>20h20</b>	1.500 m	Jun/Sub-23	Fem	Séries
	Triplo	Jun/Sub-23	Fem	Tábua 9 m
	Vara	Jun/Sub-23	Mas	b)
	Peso	Jun/Sub-23	Fem	4 kg
	Dardo	Jun/Sub-23	Mas	800 g
<b>20h30</b>	100 m	Jun/Sub-23	Mas	Final
<b>20h35</b>	100 m	Jun/Sub-23	Fem	Final
<b>20h45</b>	5.000 m	Jun/Sub-23	Mas	Séries
<b>21h10</b>	3.000 m Obstác.	Jun/Sub-23	Fem	0,76 m - Séries
<b>21h30</b>	4 x 100 m	Jun/Sub-23	Mas	Séries
<b>21h40</b>	4 x 100 m	Jun/Sub-23	Fem	Séries
<b>22h00</b>	10.000 m Marcha	Jun/Sub-23	Mas	Pista 1 a 4
	10.000 m Marcha	Jun/Sub-23	Fem	Pista 5 a 8

a) **Vara (Fem)**: Início a 1,90 m, sobe de 10 em 10 cm até 2,30 m e depois de 5 em 5 cm.

b) **Vara (Mas)**: Início a 2,40 m, sobe de 10 em 10 cm até 4,00 m e depois de 5 em 5 cm.

# Campeonato do Norte de Sub-23

17 de Junho de 2009 - 2ª jornada

Pista do Estádio Municipal da Póvoa de Varzim

## PROGRAMA-HORÁRIO - 2ª JORNADA

<i>HORA</i>	<i>PROVA</i>	<i>ESCALÃO</i>	<i>SEXO</i>	<i>OBSERVAÇÕES</i>
<b>18h30</b>	Martelo	Jun/Sub-23	Fem	4 kg
	Martelo	Jun/Sub-23	Mas	7,260 kg
<b>19h30</b>	3.000 m Obstác.	Jun/Sub-23	Mas	0,91 m - Séries
<b>19h50</b>	3.000 m	Jun/Sub-23	Fem	Séries
	Comprimento	Jun/Sub-23	Fem	Tábua 3 m
	Altura	Jun/Sub-23	Mas	c)
	Disco	Jun/Sub-23	<b>Mas</b>	2 kg
<b>20h10</b>	110 m Barreiras	Jun/Sub-23	Mas	1,06 m - Elim. ou Final
<b>20h20</b>	100 m Barreiras	Jun/Sub-23	Fem	0,84 m - Elim. ou Final
<b>20h30</b>	200 m	Jun/Sub-23	Mas	Eliminatórias
<b>20h45</b>	200 m	Jun/Sub-23	Fem	Eliminatórias
<b>20h55</b>	800 m	Jun/Sub-23	Mas	Séries
	Triplo	Jun/Sub-23	Mas	Tábua: 11 m
	Altura	Jun/Sub-23	Fem	d)
	Dardo	Jun/Sub-23	Fem	600 g
<b>21h05</b>	800 m	Jun/Sub-23	Fem	Séries
<b>21h15</b>	110 m Barreiras	Jun/Sub-23	Mas	Final
<b>21h25</b>	100 m Barreiras	Jun/Sub-23	Fem	Final
<b>21h35</b>	200 m	Jun/Sub-23	Mas	Final
<b>21h45</b>	200 m	Jun/Sub-23	Fem	Final
<b>21h55</b>	4 x 400 m	Jun/Sub-23	Mas	Séries
<b>22h05</b>	4 x 400 m	Jun/Sub-23	Fem	Séries

c) **Altura (Mas):** Início a 1,55 m, sobe de 5 em 5 cm até 1,75 m e depois de 3 em 3 cm.

d) **Altura (Fem):** Início a 1,30 m, sobe de 5 em 5 cm até 1,45 m e depois de 3 em 3 cm.