



CAMPEONATO REGIONAL PROVAS COMBINADAS

5 e 6 de maio de 2018

- 1ª Jornada – Sábado -

Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho – Maia

Programa-Horário

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBS
14:30	100 m	Juv+Jun+Sen	Mas	Decatlo
14:45	100 m Bar (0,84)	Jun + Sen	Fem	Heptatlo – 10 Bar/13-8.50-10.50
15:00	100 m Bar (0,76)	Juv	Fem	Heptatlo – 10 Bar/13-8.50-10.50
	Comprimento	Juv+Jun+Sen	Mas	Decatlo
15:15	100 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Series - Prova Preparação
15:30	Altura	Juv+Jun+Sen	Fem	Heptatlo
	100 m	Juv/Jun/Sen	Mas	Series - Prova Preparação
15:45	1500 m Obstáculos	Iniciados	Fem	(0,76) - Prova Preparação
16:00	1500 m Obstáculos	Iniciados	Mas	(0,76) - Prova Preparação
16:15	2000 m Obstáculos	Juvenis	Fem	(0,76) - Prova Preparação
16:30	Peso 5kg/6kg/7,260kg	Juv+Jun+Sen	Mas	Decatlo
	Comprimento	Juv/Jun/Sen	Fem	Series - Prova Preparação
16.45	2000 m Obstáculos	Juvenis	Mas	(0,84) - Prova Preparação
17:00	3000 m Obstáculos	Jun/Sen	Fem	(0,76) - Prova Preparação
17:15	3000 m Obstáculos	Jun/Sen	Mas	(0,91) - Prova Preparação
17:30	Peso 3kg/4kg	Juv+Jun+Sen	Fem	Heptatlo
17:40	400m	Juv/Jun/Sen	Fem	Series – Prova Preparação
17:45	Altura	Juv+Jun+Sen	Mas	Decatlo
18:00	400m	Juv/Jun/Sen	Mas	Series – Prova Preparação
18:20	200 m	Juv+Jun+Sen	Fem	Heptatlo
18:45	400 m	Juv+Jun+Sen	Mas	Decatlo



CAMPEONATO REGIONAL PROVAS COMBINADAS

5 e 6 de maio de 2018

- 2ª Jornada – Domingo -

Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho – Maia

Programa-Horário

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBS
9:00	110 m Bar (1.06)	Sen	Mas	Decatlo – 10Bar/13.72-9.14-14.02
	Comprimento	Juv+Jun+Sen	Fem	Heptatlo
9:10	110 m bar (1.00)	Jun	Mas	Decatlo – 10Bar/13.72-9.14-14.02
9:20	110 m Bar (0.91)	Juv	Mas	Decatlo – 10Bar/13.72-9.14-14.02
9:30	200 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Series - Prova Preparação
9:45	200 m	Juv/Jun/Sen	Mas	Series - Prova Preparação
10:00	Disco 1,5kg/1,75kg/2kg	Juv+Jun+Sen	Mas	Decatlo
10:10	3000 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Series - Prova Preparação
10:40	3000 m	Juv/Jun/Sen	Mas	Series - Prova Preparação
11:00	Dardo 600g	Juv+Jun+Sen	Fem	Heptatlo
	800 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Series - Prova Preparação
11:15	800 m	Juv/Jun/Sen	Mas	Series - Prova Preparação
	Vara	Juv+Jun+Sen	Mas	Decatlo
12:00	800 m	Juv+Jun+Sen	Fem	Heptatlo
12:30	Dardo 700g/800g	Juv+Jun+Sen	Mas	Decatlo
13:30	1500 m	Juv+Jun+Sen	Mas	Decatlo



CAMPEONATO REGIONAL PROVAS COMBINADAS

5 e 6 de maio de 2018

- 2ª Jornada – Domingo -

Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho – Maia

Regulamento

1. A Associação de Atletismo do Porto, organiza o Campeonato Regional de Provas Combinadas na Pista do Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho - Maia.
2. A competição destina-se a atletas juvenis, Juniores e Seniores, filiados na Associação de Atletismo do Porto e **com situação regularizada na plataforma Lince.**
3. A participação de atletas de outras Associações Regionais só é autorizada após **pedido de participação**, via Associação de origem, à Direção da A.A.P. até à data limite de inscrição.
4. **Inscrições Regional de Provas Combinadas**
 - 4.1 Obrigatórias na plataforma de inscrições **WWW.AAPORTO.PT** , até às **23h59 do dia 3 maio.**
 - 4.2 As inscrições realizadas em www.aaporto.pt devem ser confirmadas no secretariado, com 30 minutos de antecedência da prova.
 - 4.3 As inscrições de outras Associações devem ser enviadas até dia 3 maio para o email dtr.aaporto@gmail.com
5. **Inscrições Provas Preparação:**
 - 5.1 Na plataforma de inscrições **WWW.AAPORTO.PT** , até às **23h59 do dia 3 maio.**
 - 5.2 Ou até **30 minutos** antes do horário previsto para o início de cada prova com tolerância **apenas** para as primeiras provas do programa horário.
 - 5.3 As inscrições de outras Associações devem ser enviadas até dia **3 maio** para o email dtr.aaporto@gmail.com
6. **Prémios:**

Medalhas aos 3 (três) primeiros classificados de cada escalão e sexo (Juvenis, Juniores, e Seniores).
7. No restante respeitar-se-á o descrito no regulamento geral de competições da FPA.
8. A **confirmação das inscrições** nas provas combinadas deverá ser feita no secretariado da competição até 30 minutos antes do início da primeira prova.