



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 7/2010

MARTELO OLÍMPICO JOVEM Provas de preparação

15 de Maio de 2010 - Sábado

Estádio Inatel – Porto

Regulamento:

1. O **Torneio de preparação** destina-se a atletas filiados, **com situação regularizada**, na A.A.Porto.
2. Poderão participar atletas de outras Associações Regionais após pedido de autorização, via Associação de origem, ao Dep. Técnico da A.A.P.
3. Cada atleta só poderá participar nas provas do seu escalão.
4. **Para a prova de Martelo 3kg, as atletas iniciadas serão consideradas atletas extra para efeitos de classificação, não passando à final, no caso de existirem mais de 8 atletas.**
5. **Para a prova de Lançamento do Martelo de Juvenis, só poderão participar atletas que no Olímpico Jovem Regional não tenham realizado provas ou apenas uma prova no dia 1 de Maio (1ª Jornada). Deverão assim ter em atenção o limite de provas possível no referido torneio.**
6. **Prémios:** Serão atribuídas Medalhas aos 3 (três) primeiros classificados, de cada sexo, no escalão de Juvenis.
7. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da F.P.A.

Inscrições: 30 minutos antes do início de cada prova.

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
9h30	Martelo 5kg	Juvenis	Mas	Olim. Jovem Reg
10h15	Martelo 3kg	Inic/Juvenis	Fem	Olim. Jovem Reg
11h00	Martelo 4kg	Iniciados	Mas	
	Martelo 4kg	Jun/Sen	Fem	
11h45	Martelo 7kg	Jun/Sen	Mas	

TORNEIO DE PREPARAÇÃO

16 de Maio de 2010 - Domingo

Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho – Maia

Regulamento:

1. O **Torneio de preparação** destina-se a atletas filiados, **com situação regularizada**, na A.A.Porto.
2. Poderão participar atletas de outras Associações Regionais após pedido de autorização, via Associação de origem, ao Dep. Técnico da A.A.P.
3. Cada atleta só poderá participar num máximo de 2 provas.
4. Em cada prova só poderão participar, exclusivamente, atletas pertencentes aos escalões indicados no programa - horário.
5. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da F.P.A.

Inscrições: 30 minutos antes do início de cada prova.

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
9h00	80 m	Iniciados	Fem	Séries
	Peso 5 kg	Juvenis	Mas	
	Altura	Juvenis	Fem	a)
	Comprimento	Juv-Jun-Sen	Mas	Tábua : 3m
9h15	80 m	Iniciados	Mas	Séries
9h30	100 m	Juvenis	Fem	Séries
9h40	100 m	Juvenis	Mas	Séries
9h50	1000 m	Jun-Sen	Fem	Séries
10h00	1000 m	Jun-Sen	Mas	Séries
	Peso 3 kg	Juvenis	Fem	
	Comprimento	Juv-Jun-Sen	Fem	Tábua : 3m
10h15	4000 m Marcha	Iniciados	Fem e Mas	
10h45	3000 m	Juvenis	Mas	
11h00	300 m	Juvenis	Fem	Séries
11h05	300 m	Juvenis	Mas	Séries
11h15	4 x 80 m	Iniciados	Fem	Séries
11h20	4 x 80 m	Iniciados	Mas	Séries
11h30	4 x 100 m	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
11h35	4 x 100 m	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries

- a) Altura (Juv. - Fem)-** A altura da fasquia inicia a 1,10, sobe de 5 em 5 cm até 1,25 e depois de 3 em 3 cm.

4º GRANDE PRÉMIO DA MARGINAL VILA DO CONDE - PÓVOA DE VARZIM

16 de Maio de 2010 - Domingo
- 10.30 horas -

Vai a “**School Eventos**”, levar a efeito no próximo dia **16 de Maio de 2010**, pelas **10h30**, a realização dos “**Grande Prémio da Marginal Vila do Conde- Póvoa de Varzim**”, com a colaboração da Associação de Atletismo do Porto e do Conselho Regional de Arbitragem da A.A.Porto.

O **local de partida** e de **chegada da prova** será na Marginal junto ao Castelo, em Vila do Conde.

Informações e Inscrições:

Até ao dia 12 de Maio de 2010

4º G.P. da Marginal Póvoa de Varzim- Vila do Conde

Avenida Cidade de Guimarães, 59 R/C

4480-660 Vila do Conde

Fax: 252 696 943

Tel.: 252 696 943

Tlm.: 96 307 11 37

info@school-eventos.com

www.school-eventos.com

Taxa de Inscrição: Até 12 de Maio - 5 euros

De 13 a 15 de Maio - 7,5 euros

NIB: 0007 0621 0023 2700 0029 3

Inscrições via CTT, só até ao dia 12 de Maio de 2010

Programa da prova:

Letra	Escalão	Sexo	Ano Nasc.	Distância
A	Juniores / Seniores	Mas	92 e anteriores	10.000 m
B	Seniores	Fem	90 e anteriores	
C	Veteranos 1	Mas	40 aos 44 anos	
D	Veteranos 2	Mas	45 aos 49 anos	
E	Veteranos 3	Mas	50 aos 54 anos	
F	Veteranos 4	Mas	+ 55 anos	
G	Caminhada - Prova convívio	Mas	Todas as idades	4.000 m
H	Caminhada - Prova convívio	Fem	Todas as idades	

Obs: Os dorsais podem ser levantados no dia da prova (entre as 08h00 e as 10h15);

As inscrições devem conter: nome do atleta, data de nascimento, morada da colectividade ou do atleta e contacto de e-mail ou fax. Deve também indicar se possui ou não seguro desportivo.

1ª NOITE QUENTE

19 de Maio de 2010 - Quarta

Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho – Maia

Regulamento:

- Nas Noites Quentes só poderão participar, exclusivamente, atletas Federados ou Inatel, dos escalões de **Juvenis, Juniores e Seniores**, de acordo com o estabelecido em cada prova do programa.
- Os atletas de outras Associações Regionais poderão eventualmente participar **após pedido de autorização, via Associação de origem**, ao Departamento Técnico da A.A.Porto.
- 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 2009.
- 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 Barr.	Jun-Sen	Mas	Séries - 1,067m
	Vara	Juv-Jun-Sen	Mas	a)
	Triplo	Juv-Jun-Sen	Fem	Tábua: 9 m
	Dardo	Juv-Jun-Sen	Fem	600 g
20h10	100 m	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
20h20	100 m	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries
20h50	400 m Barr.	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
21h00	400 m Barr.	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries
21h10	3000 m	Juv-Jun-Sen	Fem	
	Vara	Juv-Jun-Sen	Fem	b)
	Triplo	Juv-Jun-Sen	Mas	Tábua: 11 m
	Dardo	Juv-Jun-Sen	Mas	800 g
21h25	3000 m	Juv-Jun-Sen	Mas	
21h40	400 m	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
21h50	400 m	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries
22h00	800 m	Juv-Jun-Sen	Fem	Séries
22h10	800 m	Juv-Jun-Sen	Mas	Séries

a) Vara (Mas) - 2,40 - 2,60 - 2,80 - 2,95 - 3,10 - 3,20 - 3,30 - 3,50 - 3,50 - 3,55 -

b) Vara (Fem) - 2,00 - 2,20 - 2,40 - 2,55 - 2,70 - 2,80 - 2,90 - 3,00 - 3,05 - 3,10 -

**CAMPEONATOS DE PORTUGAL DE PROVAS COMBINADAS
CAMPEONATO NACIONAL DE
JUVENIS E JUNIORES DE PROVAS COMBINADAS**

**22 e 23 de Maio de 2010
Estádio Universitário - Lisboa**

- Em anexo envia-se Regulamento e Programa Horário da Competição.

Inscrições na A.A. Porto até ao dia 12 de Maio de 2010

**APURAMENTO PARA O CAMPEONATO
NACIONAL DE CLUBES**

**29 e 30 de Maio de 2010
- Vários Locais –**

- Em anexo envia-se Regulamento da Competição.

Inscrições na A.A. Porto até ao dia 19 de Maio de 2010

COMPETIÇÕES DA A.A. PORTO

- Mais uma vez se informa que ao procederem á inscrição de atletas nas provas da A. A. Porto **é obrigatório colocar o nº de Bilhete de Identidade** nas fichas de inscrição.

Dpt.Técnico da A.A.Porto

Porto, 5 de Maio de 2010

Site: www.aaporto.atletas.net

email: porto@fpatletismo.org