



## COMUNICADO OFICIAL Nº 9/2010

### ALTERAÇÕES AOS PROGRAMAS-HORÁRIOS

#### CAMPEONATOS REGIONAIS DE INFANTIS, INICIADOS e JUVENIS

A Associação de Atletismo do Porto, após o contacto de vários clubes, decidiu proceder a algumas alterações nos horários de algumas provas de lançamentos do Campeonato Regional de Infantis e Juvenis e nas provas extra da 1ª Jornada do Campeonato Regional de Iniciados. (identificados a azul)

## CAMPEONATO REGIONAL INFANTIS



**22 e 23 de Maio de 2010**



***Estádio Municipal da Póvoa de Varzim***

### **Regulamento:**

- a) O **Campeonato Regional de Infantis** destina-se, exclusivamente, a atletas do escalão de **Infantis** (1997 e 1998), 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) Cada atleta pode participar num máximo de 4 (quatro) provas, desde que uma delas seja a estafeta, podendo participar no máximo em duas provas por dia (p.e.; 1ª jornada: 1 individual e estafeta + 2ª jornada: 2 individuais).
- d) A participação dos atletas em corridas ou provas de marcha e a participação noutras provas na mesma jornada deverão respeitar o estabelecido no Regulamento Geral de Competições para os Escalões Jovens.
- e) Para a classificação colectiva 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.
- f) As provas serão pontuadas até ao máximo de 8 atletas por prova, atribuindo-se ao primeiro classificado 8 pontos, ao segundo 7 pontos, e assim sucessivamente, até ao 1 ponto ao eventual 8º classificado.
- g) 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 colectivamente para os pretensos clubes.
- h) Serão atribuídas **medalhas aos três primeiros classificados** em cada prova e **troféus aos clubes vencedores** da classificação masculina e feminina.
- i) No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.
- j) **Inscrições: 30 minutos** antes do início de cada prova.

# CAMPEONATO REGIONAL JUVENIS



**22 e 23 de Maio de 2010**

***Estádio Municipal da Póvoa de Varzim***



## **Regulamento:**

- a) O **Campeonato Regional de Juvenis** destina-se, exclusivamente, a atletas dos escalões de **Iniciados** e de **Juvenis**, filiados na A.A. Porto. Os **atletas Infantis** não podem participar neste campeonato.
- 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) Cada atleta pode participar num máximo de 4 (quatro) provas, desde que uma delas seja a estafeta curta, podendo participar no máximo em duas provas por dia (p.e.; 1ª jornada: 1 individual e estafeta + 2ª jornada: 2 individuais).
- d) A participação dos atletas em corridas ou provas de marcha e a participação noutras provas na mesma jornada deverão respeitar o estabelecido no Regulamento Geral de Competições para os Escalões Jovens.
- e) Para a classificação colectiva 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.
- f) As provas serão pontuadas até ao máximo de 8 atletas por prova, atribuindo-se ao primeiro classificado 8 pontos, ao segundo 7 pontos, e assim sucessivamente, até ao 1 ponto ao eventual 8º classificado.
- g) 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 colectivamente para os pretensos clubes.
- h) Serão atribuídas **medalhas aos três primeiros classificados** em cada prova e **troféus aos clubes vencedores** da classificação masculina e feminina.
- i) No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA.
- j) **Inscrições: 30 minutos** antes do início de cada prova.

## **Nota comum aos dois campeonatos**

**Se devido ao número de atletas não se realizarem algumas finais, o programa horário de sábado poderá ser antecipado, em virtude de as provas terem de terminar dentro do horário previsto, por compromissos do Estádio Municipal.**

# CAMPEONATO REGIONAL INFANTIS E CAMPEONATO REGIONAL JUVENIS



**22 de Maio de 2010 - 1ª jornada**  
*Estádio Municipal da Póvoa de Varzim*



HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERVAÇÕES
14h30	110 m Barr. - 0,91 m Vara <b>Comprimento</b> Disco - 1,5 kg <b>Peso - 3 kg</b>	Inic/Juvenis Inic/Juvenis <b>Infantis</b> Inic/Juvenis <b>Infantis</b>	Mas Mas <b>Fem</b> Mas <b>Mas</b>	Elimin. ou Final a) Tábua: 3 m
14h40	100 m Barr. - 0,76 m	Inic/Juvenis	Fem	Elimin. ou Final
14h50	60 m Barr. - 0,76 m	<b>Infantis</b>	<b>Fem</b>	Elimin. ou Final
15h00	60 m Barr. - 0,76 m	<b>Infantis</b>	<b>Mas</b>	Elimin. ou Final
15h10	2000 m Obst. - 0,76 m	Juvenis	Fem	Séries
15h25	110 m Barr. - 0,91 m	Inic/Juvenis	Mas	Final
15h30	100 m Barr. - 0,76 m	Inic/Juvenis	Fem	Final
15h35	60 m Barr. - 0,76 m	<b>Infantis</b>	<b>Fem</b>	Final
15h40	60 m Barr. - 0,76 m	<b>Infantis</b>	<b>Mas</b>	Final
15h50	100 m Altura <b>Comprimento</b> <b>Peso - 5 kg</b> Dardo - 600 g	Inic/Juvenis Inic/Juvenis Inic/Juvenis <b>Inic/Juvenis</b> Inic/Juvenis	Fem Fem Mas <b>Mas</b> Fem	Elimin. ou Final b) Tábua: 3 metros
16h00	100 m	Inic/Juvenis	Mas	Elimin. ou Final
16h10	1500 m	Inic/Juvenis	Fem	Séries
16h20	1500 m	Inic/Juvenis	Mas	Séries
16h30	3000 m	Juvenis	Mas	Séries
16h45	100 m	Inic/Juvenis	Fem	Final
16h55	100 m	Inic/Juvenis	Mas	Final
17h00	1000 m Altura Triplo <b>Peso - 3 kg</b> <b>Dardo - 400 g</b>	<b>Infantis</b> <b>Infantis</b> Inic/Juvenis Inic/Juvenis <b>Infantis</b>	<b>Fem</b> <b>Mas</b> Fem Fem <b>Fem</b>	Séries c) Tábua: 9 metros
17h10	1000 m	<b>Infantis</b>	<b>Mas</b>	Séries
17h20	300 m	Inic/Juvenis	Fem	Séries
17h30	300 m	Inic/Juvenis	Mas	Séries
17h40	4 x 60 m	<b>Infantis</b>	<b>Fem</b>	Séries
17h45	4 x 60 m	<b>Infantis</b>	<b>Mas</b>	Séries
17h55	4 x 100 m	Inic/Juvenis	Fem	Séries
18h00	4 x 100 m	Inic/Juvenis	Mas	Séries
18h10	3.000 m <b>Marcha</b> 3.000 m <b>Marcha</b>	<b>Infantis</b> <b>Infantis</b>	<b>Mas</b> <b>Fem</b>	Pista 1 a 4 Pista 5 a 8

a) **Vara** (Inic./Juv. - Mas) - A altura da fasquia inicia a 2,10 m, sobe de 10 em 10 cm até 2,60 m e depois de 5 em 5 cm.

b) **Altura** (Inic./Juv. - Fem) - A altura da fasquia inicia a 1,10 m, sobe de 5 em 5 cm até 1,35 m e depois de 3 em 3 cm.

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

# CAMPEONATO REGIONAL INFANTIS E CAMPEONATO REGIONAL JUVENIS



**23 de Maio de 2010 - 2ª jornada**

*Estádio Municipal da Póvoa de Varzim*



HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERVAÇÕES
9h00	5000 m Marcha	Inic/Juvenis	Mas	Pista 1 a 4
	5000 m Marcha	Inic/Juvenis	Fem	Pista 5 a 8
	<b>Martelo</b> - 3 kg	<b>Inic/Juvenis</b>	<b>Fem</b>	
	<b>Martelo</b> - 5 kg	<b>Inic/Juvenis</b>	<b>Mas</b>	
9h40	3000 m	Juvenis	Fem	Séries
	Vara	Inic/Juvenis	Fem	d)
	Triplo	Inic/Juvenis	Mas	Tábua: 9 metros
9h55	2000 m Obst. - 0,76 m	Juvenis	Mas	Séries
	<b>Dardo</b> - 500 g	<b>Infantis</b>	<b>Mas</b>	
10h10	200 m	Inic/Juvenis	Fem	Elimin. ou Final
10h20	200 m	Inic/Juvenis	Mas	Elimin. ou Final
	<b>Altura</b>	<b>Infantis</b>	<b>Fem</b>	<b>e)</b>
10h35	60 m	<b>Infantis</b>	<b>Fem</b>	<i>Elimin. ou Final</i>
10h45	60 m	<b>Infantis</b>	<b>Mas</b>	<i>Elimin. ou Final</i>
	Comprimento	Inic/Juvenis	Fem	Tábua: 3 metros
	<b>Peso</b> - 2 kg	<b>Infantis</b>	<b>Fem</b>	
	<b>Dardo</b> - 700 g	<b>Inic/Juvenis</b>	<b>Mas</b>	
10h55	800 m	Inic/Juvenis	Fem	Séries
11h05	800 m	Inic/Juvenis	Mas	Séries
11h15	300 m Bar. - 0,76 m	Inic/Juvenis	Fem	Séries
11h20	300 m Bar. - 0,84 m	Inic/Juvenis	Mas	Séries
	<b>Altura</b>	<b>Inic/Juvenis</b>	<b>Mas</b>	<b>f)</b>
11h30	60 m	<b>Infantis</b>	<b>Fem</b>	<i>Final</i>
11h35	60 m	<b>Infantis</b>	<b>Mas</b>	<i>Final</i>
	Comprimento	<b>Infantis</b>	<b>Mas</b>	<i>Tábua: 3 metros</i>
	Disco - 1 kg	Inic/Juvenis	Fem	
11h45	200 m	Inic/Juvenis	Fem	Final
11h50	200 m	Inic/Juvenis	Mas	Final
12h00	150 m	<b>Infantis</b>	<b>Fem</b>	Séries
12h10	150 m	<b>Infantis</b>	<b>Mas</b>	Séries
12h20	4 x 300 m	Inic/Juvenis	Fem	Séries
12h30	4 x 300 m	Inic/Juvenis	Mas	Séries

d) **Vara** (Fem) - A altura da fasquia inicia a 1,90 m, sobe de 10 em 10 cm até 2,10 m e depois de 5 em 5 cm.

e) **Altura** (Inf. - Fem) - A fasquia inicia a 1,00 m, sobe de 5 em 5 cm até 1,15 m e depois de 3 em 3 cm.

a) **Altura** (Inic./Juv. - Mas) - A fasquia inicia a 1,30 m, sobe de 5 em 5 cm até 1,55 m e depois de 3 em 3 cm.

# CAMPEONATO REGIONAL INICIADOS



## 29 e 30 de Maio de 2010

*Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho – Maia  
e Estádio do Inatel - Porto*



### Regulamento:

- a) O **Campeonato Regional de Iniciados** destina-se, exclusivamente, a atletas do escalão de Infantis (1997 e 1998) e de Iniciados (1995 e 1996), 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) Os atletas do escalão de Benjamins não poderão participar neste Campeonato.
- e) Cada atleta pode participar num máximo de 4 (quatro) provas, desde que uma delas seja a estafeta, podendo participar no máximo em duas provas por dia (p.e.; 1ª jornada: 1 individual e estafeta + 2ª jornada: 2 individuais).
- f) 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.
- g) Para a classificação colectiva 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.
- h) As provas serão pontuadas até ao máximo de 8 atletas por prova, atribuindo-se ao primeiro classificado 8 pontos, ao segundo 7 pontos, e assim sucessivamente, até ao 1 ponto ao eventual 8º classificado.
- i) 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 colectivamente para os pretensos clubes.
- j) Serão atribuídas **medalhas aos três primeiros classificados** em cada prova e **troféus aos clubes vencedores** da classificação masculina e feminina.
- k) No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA.
- l) **Inscrições: Até 30 minutos** antes do início de cada prova.

# CAMPEONATO REGIONAL INICIADOS

**29 de Maio de 2010 - 1ª jornada**  
*Estádio do Inatel - Porto*

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	Mínimos para atletas de outras Ass. Reg.
10h00	Martelo - 3 kg	Inf/Iniciados	Fem	C.R. só atletas AAP
10h40	Martelo - 4 kg	Inf/Iniciados	Mas	C.R. só atletas AAP
11h20	Martelo - 4 kg	Jun-Sen	Fem	30 metros
11h50	Martelo - 7,260 kg	Jun-Sen	Mas	40 metros

# CAMPEONATO REGIONAL INICIADOS

## Provas Extra



### 29 de Maio de 2010 - 1ª jornada

*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
	Vara	Inf./Iniciados	Fem	a)
	Vara	Inf./Iniciados	Mas	b)
	Comprimento	Inf./Iniciados	Mas	Tábua: 2 metros
15h10	100 m Bar. - 0,84 m	Inf./Iniciados	Mas	Elim. ou Final
15h20	100 m Bar. - 0,76 m	Juvenis	Fem	Séries - Prova Extra
15h30	110 m Bar. - 0,91 m	Juvenis	Mas	Séries - Prova Extra
15h40	80 m Bar. - 0,76 m	Inf./Iniciados	Fem	Final
15h50	100 m Bar. - 0,84 m	Inf./Iniciados	Mas	Final
	Dardo - 500 g	Inf./Iniciados	Fem	
16h00	100 m	Juv/Jun/Sen	Mas	Prova Extra
16h10	100 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Prova Extra
16h20	600 m	Infantis	Fem	Séries - Prova Extra
16h25	600 m	Infantis	Mas	Séries - Prova Extra
16h30	Comprimento	Inf./Iniciados	Fem	Tábua: 2 metros
	1500 m	Iniciados	Fem	Séries
16h40	1500 m	Iniciados	Mas	Séries
16h50	5000 m Marcha	Juv/Jun/Sen	Mas	Pista 1 a 4- P. Extra
	5000 m Marcha	Juv/Jun/Sen	Fem	Pista 5 a 8- P. Extra
	Dardo - 600 g	Inf./Iniciados	Mas	
17h20	250 m	Iniciados	Fem	Séries
17h30	250 m	Iniciados	Mas	Séries
17h40	400 m	Juv/Jun/Sen	Mas	Séries - Prova Extra
17h50	400 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Séries - Prova Extra
18h00	4 x 80 m	Inf./Iniciados	Fem	Séries
18h10	4 x 80 m	Inf./Iniciados	Mas	Séries

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

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

# CAMPEONATO REGIONAL INICIADOS

## Provas Extra



### 30 de Maio de 2010 - 2ª jornada

*Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho – Maia*



HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERVAÇÕES
9h30	4000 m Marcha	Iniciados	Mas	Pista 1 a 4
	4000 m Marcha	Iniciados	Fem	Pista 5 a 8
10h00	80 m	Inf./Iniciados	Fem	Elim. ou Final
	Altura	Inf./Iniciados	Fem	c)
	Triplo	Iniciados	Mas	Tábua: 8 metros
	Peso - 3 kg	Inf./Iniciados	Fem	
	Disco - 1 kg	Inf./Iniciados	Mas	
10h15	80 m	Inf./Iniciados	Mas	Elim. ou Final
10h30	800 m	Iniciados	Fem	Séries
10h35	800 m	Iniciados	Mas	Séries
10h40	800 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Séries - Pr. Extra
10h45	800 m	Juv/Jun/Sen	Mas	Séries - Pr. Extra
10h50	80 m	Inf./Iniciados	Fem	Final
10h55	80 m	Inf./Iniciados	Mas	Final
	Altura	Inf./Iniciados	Mas	d)
	Triplo	Iniciados	Fem	Tábua: 8 metros
	Peso - 4 kg	Inf./Iniciados	Mas	
	Disco - 0,750 kg	Inf./Iniciados	Fem	
11h05	1500 m Obstác. - 0,76 m	Iniciados	Fem	Séries
11h15	1500 m Obstác. - 0,76 m	Iniciados	Mas	Séries
11h25	250 m Bar. - 0,76 m	Iniciados	Fem	Séries - 6 barr: 35-35-40
11h35	250 m Bar. - 0,76 m	Iniciados	Mas	Séries - 6 barr: 35-35-40
11h40	200 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Séries - Pr. Extra
11h50	200 m	Juv/Jun/Sen	Mas	Séries - Pr. Extra

c) **Altura** (Fem) - A altura da fasquia inicia a 1,05 m e sobe de 5 em 5 cm até 1,15 m e depois de 3 em 3 cm.

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

Porto, 18 de Maio 2010

Dept. Técnico da A. A. Porto