



# 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 3/2011

### ESTAFETA MISTA DO SANTO E MÁRTIR TIRSO - Santo Tirso -

**30 de Janeiro de 2011 - 10h00 horas**

Vão o “Centro de Atletismo de Santo Tirso e a Junta de Freguesia de Santo Tirso” levar a efeito no próximo dia **30 de Janeiro de 2011**, pelas **10h00**, a realização da “**Estafeta Mista do Santo e Mártir Tirso**”, 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 Avenida de Sousa Cruz, em Santo Tirso.

**Inscrições e informações:** Até ao dia **27 de Janeiro de 2011**

**Junta de Freguesia de St.º Tirso**  
Av. Sousa Cruz, 749  
4780 - 365 Santo Tirso  
Tel. 252 860 970

**Centro de Atletismo de Santo Tirso**  
Apartado 152  
4780-909 Santo Tirso Codex  
Fax 252 857 147  
Telemóvel: 913 595 501

**Programa da prova:**

<b>Hora</b>	<b>Estafeta Mista</b>	<b>Sexo</b>	<b>Escalão</b>	<b>Distância</b>
10h00	1º Percurso	Fem	Benj./Inf./Inic./ Juv. ou Jun.	1.200 met.
		ou Mas	Benj. ou Inf.	1.200 met.
	2º Percurso	Mas ou Fem	Benj./Inf./Inic./ Juv. ou Jun.	1.200 met.
	3º Percurso	Mas ou Fem	Benj./Inf./Inic./ Juv. ou Jun.	1.200 met.
	4º Percurso	Mas ou Fem	Benj./Inf./Inic./ Juv. ou Jun.	1.200 met.
	5º Percurso	Mas ou Fem	Benj./Inf./Inic./ Juv. ou Jun.	1.200 met.
	6º Percurso	Masculino	Benj./Inf./Inic./ Juv. ou Jun.	1.200 met.

<b>Hora</b>	<b>Prova 7.000 m</b>	<b>Sexo</b>	<b>Escalão</b>	<b>Distância</b>
10h30	3 voltas x 2350 m	Mas e Fem	Jun. /Sen. / Vereranos	7.000 met.

**OBS:** O atleta Júnior que participe na Estafeta Mista, não poderá participar na prova dos 7000metros

**Classificação:**

Estafeta Mista, da 1ª à 15ª Equipa

Haverá uma classificação geral de Júnior e Sénior masculino e Júnior, Sénior e Veteranas Feminino e para veteranos masculino (40 aos 44 anos; 45 aos 49 anos; + de 50 anos).

# TORNEIO REGIONAL DE LANÇAMENTOS

## Juvenis - Juniores - Seniores

### PROVAS DE PREPARAÇÃO

**12 de Fevereiro de 2011 - Estádio do INATEL - Porto**  
**19 de Fevereiro de 2011 - Estádio Vieira de Carvalho - Maia**

#### **REGULAMENTO - Torneio Regional de Lançamentos**

1. O **Torneio Regional de Lançamentos** destina-se a atletas dos escalões de **Juvenis, Juniores e Seniores** filiados, **com situação regularizada**, na A.A.Porto.
2. A participação de atletas de outras Associações Regionais só é autorizada na **jornada do dia 12 de Fevereiro 2011** se os atletas possuírem os **mínimos de participação** da tabela que se apresenta e após **pedido de participação**, via Associação de origem, à Direcção da A.A.P. e realizado até 3 dias antes da competição.
3. Os atletas de outras Associações Regionais que participem no Torn. Reg. Lançamentos, apenas podem efectuar 6 (seis) ensaios se o nº de participantes da A.A.Porto for inferior a 8 (oito) atletas, caso contrário só poderão efectuar os 3 (três) ensaios iniciais.
4. A participação de atletas do escalão de **Iniciados**, para tentativa de obtenção de mínimos do escalão de Juvenis, está condicionada à aprovação da Direcção Técnica Regional da A.A.P., devendo ser **solicitada autorização até 3 dias antes da competição**.
5. Os atletas só poderão participar em duas provas por jornada, num máximo de três no conjunto das duas jornadas.
6. Em cada prova só poderão participar, exclusivamente, atletas pertencentes aos escalões indicados no programa - horário.
7. No **Torneio Regional de Lançamentos** haverá classificação individual por escalão e sexo e classificação colectiva por sexo.
8. A classificação colectiva será obtida pelo somatório de pontos conseguido pelo melhor atleta de cada clube em cada prova, vencendo o clube que obtiver maior pontuação. Se o clube classificar mais do que um atleta, estes pontuarão como atletas individuais.
9. Em cada prova serão pontuados os 8 (oito) primeiros atletas, atribuindo-se ao primeiro classificado 8 pontos, ao segundo 7 pontos, e assim sucessivamente, até ao eventual oitavo classificado que obtém 1 ponto.
10. 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 (desde 1 de Janeiro de 2007).
11. **Prémios Individuais:** Serão atribuídos medalhões aos 3 (três) primeiros classificados de cada prova.  
**Prémios Colectivos:** Será atribuído um Troféu ao clube vencedor da classificação colectiva em cada sexo.
11. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da F.P.A.
12. **Inscrições:** **30 minutos** antes do início de cada prova.

#### **REGULAMENTO - Provas de Preparação**

1. As **Provas de Preparação** destinam-se a atletas filiados de clubes da **A. A. Porto** ou atletas filiados de outras Associações Regionais após pedido de autorização, via Associação de origem, à Direcção da A.A.P. e realizado até 3 dias antes da competição.
  2. Cada atleta só poderá participar num máximo de duas provas.
  3. 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.

**TORNEIO REGIONAL DE LANÇAMENTOS**  
**(Peso - Martelo)**  
**Juvenis - Juniores - Seniores**

**12 de Fevereiro de 2011 - Sábado**  
*Estádio do INATEL - Porto*

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO
9h30	Martelo - 3 kg	Juvenis	Fem
	Martelo - 5 kg	Juvenis	Mas
	Peso - 7,260 kg	Seniores	Mas
	Peso - 4 kg	Jun-Sen	Fem
10h20	Martelo - 6 kg	Juniores	Mas
	Peso - 3 kg	Juvenis	Fem
	Peso - 5 kg	Juvenis	Mas
11h10	Martelo - 7,260 kg	Seniores	Mas
	Martelo - 4 kg	Jun. - Seniores	Fem
	Peso - 6 kg	Juniores	Mas

**Mínimos de participação para atletas de outras Associações Regionais:**

SENIORES	MASCULINOS	FEMININOS
Disco	35,00 - 2 kg	30,00 - 1 kg
Dardo	40,00 - 800 gr	35,00 - 600 gr
Martelo	40,00 - 7,260 kg	35,00 - 4 kg
Peso	10,00 - 7,260 kg	10,00 - 4 kg
JUNIORES	MASCULINOS	FEMININOS
Disco	30,00 - 1,750 kg	25,00 - 1 kg
Dardo	35,00 - 800 gr	25,00 - 600 gr
Martelo	40,00 - 6 kg	35,00 - 4 kg
Peso	10,00 - 6 kg	10,00 - 4 kg
JUVENIS	MASCULINOS	FEMININOS
Disco	30,00 - 1,500 kg	25,00 - 1 kg
Dardo	35,00 - 700 gr	25,00 - 600 gr
Martelo	35,00 - 5 kg	25,00 - 3 kg
Peso	10,00 - 5 kg	10,00 - 3 kg

**TORNEIO REGIONAL DE LANÇAMENTOS**  
**(Disco - Dardo)**  
**Juvenis - Juniores - Seniores**  
**e Provas de Preparação**

**19 de Fevereiro de 2011 - Sábado**  
**Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho - Maia**

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
14.00	Disco - 1 kg	Juv/Jun/Sen	Fem	Torn. Reg. Lanç.
	Disco - 1,750 kg	Juniores	Mas	Torn. Reg. Lanç.
	Altura	Inf /Ini	Fem	a)
14.30	100 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Séries
14.40	100 m	Juv/Jun/Sen	Mas	Séries
	Disco - 1,5 kg	Juvenis	Mas	Torn. Reg. Lanç.
	Disco - 2 kg	Seniores	Mas	Torn. Reg. Lanç.
14.50	80 m	Iniciados	Fem	Séries
15.00	80 m	Iniciados	Mas	Séries
15.10	60 m	Infantis	Fem	Séries
15.20	60 m	Infantis	Mas	Séries
	Dardo - 600 gr	Juv/Jun/Sen	Fem	Torn. Reg. Lanç.
	Altura	Inf /Ini	Mas	b)
15.30	50 m	Benjamins A /B	Fem	Séries
	Vara	Juv/Jun/Sen	Fem	c)
15.40	50 m	Benjamins A /B	Mas	Séries
15.50	300 m Barr. - 0,76 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Séries
16.10	300 m Barr. - 0,84 m	Juv/Jun/Sen	Mas	Séries
16.20	Dardo - 700 gr	Juvenis	Mas	Torn. Reg. Lanç.
	Dardo - 800 gr	Jun/Sen	Mas	Torn. Reg. Lanç.
	Vara	Juv/Jun/Sen	Mas	d)
16.30	250 m	Iniciados	Fem	Séries
16.50	250 m	Iniciados	Mas	Séries
17.10	150 m	Infantis	Fem	Séries
17.25	150 m	Infantis	Mas	Séries

**a) Altura** (Inf/Ini. - Fem) - A fasquia inicia a 1,05 m, sobe de 5 em 5 cm até 1,25 m e depois de 3 em 3 cm.

**b) Altura** (Inf/Ini. - Mas) - A fasquia inicia a 1,10 m, sobe de 5 em 5 cm até 1,30 m e depois de 3 em 3 cm.

**c) Vara** (Fem.) - A fasquia inicia a 1,80 m, sobe de 10 em 10 cm até 2,60 m e depois de 5 em 5 cm

**d) Vara** (Mas.) - A fasquia inicia a 2,00 m, sobe de 10 em 10 cm até 2,80 m e depois de 5 em 5 cm

## **CAMPEONATO REGIONAL DE MARCHA EM ESTRADA**

**5 de Fevereiro de 2011 - Lourosa**

- Junto se envia regulamento e programa/horário da competição em epígrafe.
- Também disponível em: [www.aaporto.com](http://www.aaporto.com)
- As inscrições deverão ser enviadas para a Associação de Atletismo de Porto até ao dia **2 de Fevereiro de 2011**, através do fax nº **22 6001588**.

## **CAMPEONATO NACIONAL DE CLUBES EM PISTA COBERTA - Final**

**12 e 13 de Fevereiro de 2011 - Pombal**

- Junto se envia regulamento e programa da competição em epígrafe, a realizar em Pombal.
- As inscrições deverão ser enviadas para a Associação de Atletismo de Porto até ao dia **2 de Fevereiro de 2011**, através do fax nº **22 6001588**, em Ficha de Inscrição própria da FPA.

## **CAMPEONATO NACIONAL DE MARCHA EM ESTRADA TORNEIO MARCHADOR JOVEM “Raquel Carvalho”**

**19 de Fevereiro de 2011 - Batalha**

- Junto se envia regulamento e programa da competição, a realizar na Batalha.
- As inscrições deverão ser enviadas para a Associação de Atletismo de Porto até ao dia **9 de Fevereiro de 2011**, através do fax nº **22 6001588**, em Ficha de Inscrição própria da FPA.

## **CAMPEONATOS NACIONAIS DE CORTA-MATO DE JUVENIS, JUNIORES E ABSOLUTOS LONGO**

**20 de Fevereiro de 2011 - Felgueiras**

- Junto se envia regulamento e programa da competição em epígrafe, a realizar em Felgueiras.
- As inscrições deverão ser enviadas para a Associação de Atletismo de Porto até ao dia **10 de Fevereiro de 2011**, através do fax nº **22 6001588**, em Ficha de Inscrição própria da FPA.

## CAMPEONATOS DE PORTUGAL ABSOLUTOS E DE PROVAS COMBINADAS EM PISTA COBERTA

**26 e 27 de Fevereiro 2011 - Pombal**

- Junto se envia regulamento e programa da competição, a realizar em Pombal.
- As **inscrições** deverão ser enviadas para a **Associação de Atletismo de Porto** até ao dia **16 de Fevereiro de 2011**, através do fax nº **22 6001588**, em Ficha de Inscrição própria da FPA.

### FILIAÇÃO DE ATLETAS NA ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO PORTO

- Informamos os nossos clubes filiados, que a filiação dos seus atletas deve dar entrada na A.A. Porto até **obrigatoriamente até 9 dias antes**, para poder participar na competição pretendida.

### PARTICIPAÇÃO EM PROVAS DA ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO PORTO

- A participação de atletas de outras Associações Regionais, em provas organizadas pela Associação de Atletismo do Porto, só é autorizada após **pedido de participação**, via Associação de origem, à Direcção da A.A.P. e **realizado até 3 dias antes** da competição.

A não realização do pedido impossibilitará a participação do atleta nas competições da Associação de Atletismo do Porto.

### PARTICIPAÇÃO EM PROVAS DE OUTRAS ASSOCIAÇÕES REGIONAIS

- A participação de atletas de clubes da Associação de Atletismo do Porto, em competições organizadas por outras Associações Regionais, terá que ser **autorizada pela Associação organizadora**, o **pedido de participação** terá que ser solicitado à Direcção da A.A.P. e terá que ser **realizado até 4 dias antes** da competição.

- A AAP não se responsabiliza pelos atletas que não tenham realizado o respectivo pedido de Autorização.

- O atleta que não o tenha feito, mas foi autorizado a participar, deve entregar na AAP os resultados realizados na respectiva competição.

[www.aaporto.com](http://www.aaporto.com)