



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO PORTO

Fundada em 23 de Março de 1926

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

PLANO DE ACTIVIDADES 2009/2010

DEPARTAMENTO TÉCNICO

CALENDÁRIO COMPETITIVO

- . Elaborar o Calendário Competitivo Distrital da A.A.Porto para 2009/2010.
- . Preparar e realizar as competições de âmbito regional e/ou zonal.

Estrada

- Campeonato Regional de Marcha em Estrada
- Campeonato Regional de Estrada

Corta-Mato

- Corta-Mato de Abertura
- Corta-Mato Regional das 4 e dos 8
- Campeonato Regional Jovem de Corta-Mato
- Campeonato Regional de Corta-Mato Curto
- Campeonato Regional de Corta-Mato Juniores e Longo

Pista Coberta

- Campeonatos Regionais de Pista Coberta:
 - . Absoluto
 - . Provas Combinadas

Pista

- Campeonatos Regionais Pista:
 - . Infantis, Iniciados, Juvenis, Juniores e Absoluto
 - . Torneio Regional de Lançamentos
 - . Torneio Regional Jovem de Lançamentos
 - . Provas Combinadas de Juvenis, Juniores e Seniores
 - . 10.000 metros
- Noites Quentes da Maia: 3 provas entre Maio e Julho.
- Noite de Verão da Póvoa: 1 prova em Junho.
- Provas Regionais da Campanha "Viva o Atletismo":
 - . Salto em Altura
 - . Km Jovem
 - . Triatlo Técnico Jovem

- . Torneio Atleta Completo
 - . Torneio Olímpico Jovem
 - Torneio de Abertura
 - Dia Nacional do Martelo
 - Torneios de Preparação de Lançamentos
 - Torneio de Encerramento
-
- . Colaborar na preparação e realização de competições de Atletismo em estrada e corta-mato.
 - . Colaborar na preparação e realização de competições de Atletismo não incluídas no Calendário Competitivo Distrital da A.A.Porto (Desporto Escolar, Desporto Adaptado, Inatel, Militares, Autarquias, etc).

REUNIÕES

- . Participar em reuniões:
 - Reuniões com a Direcção da A.A.Porto;
 - Reuniões com Dirigentes e Técnicos dos Clubes da A.A.Porto;
 - Reuniões com Dirigentes e Técnicos Regionais - Zona Norte;
 - Reuniões com Directores Técnicos Regionais de outras Associações Regionais;
 - Reuniões com a Direcção Técnica Nacional da F.P. Atletismo;
 - Reuniões com entidades oficiais (Autarquias, Desporto Escolar, Desporto Adaptado, Inatel, etc.).

ACTIVIDADES DE PROMOÇÃO E DE FORMAÇÃO

↪ Accões de Promoção

- . Colaborar na preparação e realização das seguintes actividades:

. **Torneios de Atletismo de Pavilhão**

? de Dezembro de 2009	Pavilhão Desp. Municipal de Amarante
13 de Fevereiro de 2010	Pavilhão Desp. de Felgueiras - Felgueiras
27 de Fevereiro de 2010	Pavilhão Desp. de Moreira da Maia - Maia
13 de Março de 2010	Pavilhão Desp. Municipal de Vila Nova de Gaia
? de ? de 2010	Pavilhão Desp. Municipal de Amarante

. **Mega Sprint - C.E. Porto**

6 de Março de 2010 Pista do Estádio Jorge Sampaio - Pedroso

. **Mega Sprint - C.E. Tâmega**

13 de Março de 2010 Pista do Estádio da Maia

- . **Meeting Jovem de Felgueiras**
10 de Abril de 2010 Pista de Felgueiras
- . **Meeting Jovem de Amarante**
10 de Junho de 2010 Pista do Complexo Desp. da Costa Grande
- . **Meeting Jovem de Matosinhos**
19 de Junho de 2010 Pista do Estádio Mun. de Leça da Palmeira
- . **Torneio Encerramento Jovem**
26 de Junho de 2010 Pista de Felgueiras

↪ Accões de Formação

- . **“O Treino do Salto com Vara para Jovens”**
? de Novembro de 2009 Porto
- . **“Plano Especial de Apoio aos Lançamentos”**
Ao longo da época Locais de treino dos clubes

↪ Concentrações da Zona Norte

. Colaborar na selecção e acompanhamento dos atletas e dos técnicos a integrar as concentrações no âmbito da Zona Norte:

5 e 6 de Dezembro de 2009 – Guimarães

Velocidade - Barreiras - Saltos - Lançamentos - Meio-Fundo - Marcha

?? e ?? de Março de 2009 - A designar

Velocidade - Barreiras - Saltos - Lançamentos - Meio-Fundo - Marcha

↪ Concentrações Regionais

. Organizar concentrações de âmbito regional para atletas Infantis e Iniciados:

2 Sábados a designar - Estádio Municipal de Leça da Palmeira

↪ Treinos Orientados

. Promover a realização de **Treinos Orientados** para atletas dos escalões de **Iniciados e Juvenis** tendo em vista a preparação das Estafetas da selecção para a **Final Nacional do Torneio Olímpico Jovem 2010**.

2 treinos em Maio de 2010 - Estádio da Maia

↵ **Outras Actividades**

- . “Apoyo a clubes participantes nos Camp. Nac. de Juvenis”
- . “Troféu Lançador Completo”
- . “Troféu Saltador Completo”

APOIO TÉCNICO

- . Fornecer apoio técnico, sempre que solicitado e com aviso prévio, a atletas e treinadores de clubes filiados na Associação de Atletismo do Porto.

<u>Dias</u>	<u>Hora</u>	<u>Local</u>
Terça e Quinta	Das 9h30 às 12h30	Assoc. Atletismo do Porto
Segunda, Quarta e Sexta	Das 14h00 às 18h00	Assoc. Atletismo do Porto
Segunda a Quinta	Das 18h30 às 20h30	Estádio da Maia
Sábados, Domingos e Feriados	Das 10h00 às 12h00	Local de treino dos Clubes

OUTRAS ACTIVIDADES

- Seleccionar, acompanhar e coordenar, tecnicamente, as Selecções Distritais da A.A.Porto.
- Colaborar nas actividades do Centro de Formação de Atletismo da Zona Norte.
- Colaborar nas acções nacionais, zonais ou distritais dos Sectores da Federação Portuguesa de Atletismo.
- Participar em cursos ou acções de formação e actualização para monitores e treinadores.
- Promover a criação de Escolas de Atletismo e apoiar as que se encontram já em funcionamento.
- Elaborar projectos de actividades de animação para as pistas existentes no distrito.
- Manter actualizado o “*site*” da Associação, nomeadamente, no que respeita a assuntos do Departamento Técnico.
- Reforçar com material teórico a Biblioteca e a Videoteca para apoio a actividades de formação e desenvolvimento da modalidade.
- Elaborar e manter actualizado o Dossier Estatístico da Assoc. de Atletismo do Porto.
- Elaborar e apresentar relatório das actividades desenvolvidas realçando os seus aspectos fundamentais.

PLANO DE ACTIVIDADES 2008/2009

ORÇAMENTO

ACTIVIDADES DE PROMOÇÃO E DE FORMAÇÃO

↪ Accões de Promoção

- . 3 Torneios de Atletismo de Pavilhão

450,00 €

- . Meeting Jovem de Matosinhos

C.M. Matosinhos

- . Meeting Jovem de Amarante

300,00 €

↪ Jornadas Técnicas

Centro de Formação

↪ Accões de Formação

- . “O Treino dos Saltos”

100,00 €

- . “O Atletismo Jogo”

100,00 €

↪ Concentrações da Zona Norte

Transportes

100,00 €

↪ Concentrações Regionais

300,00 €

↪ Treinos Orientados

0,00 €

↪ **Outras Actividades**

. “Apoio à participação nos Camp. Nac. Juvenis”	1.500,00 €
. “Troféu Lançador Completo”	250,00 €
. “Troféu Saltador Completo”	250,00 €

Porto, 31 de Outubro de 2008

Direcção Técnica Regional