



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 1/2010

TORNEIO REGIONAL JOVEM DE LANÇAMENTOS Infantis - Iniciados PROVAS DE PREPARAÇÃO

23 de Janeiro de 2010

1ª Jornada: Manhã - (Peso-Martelo) - Estádio do INATEL - Porto

2ª Jornada: Tarde - (Disco-Dardo) - Est. Prof. Dr. José Vieira de Carv. - Maia

REGULAMENTO

1. O **Torneio Regional Jovem de Lançamentos** destina-se a atletas dos escalões de **Infantis** e **Iniciados** filiados, **com situação regularizada**, na A.A.Porto.
2. A participação de atletas de outras Associações Regionais 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.
3. Os atletas de outras Associações Regionais que participem no Torn. Reg. Jovem de 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. Os atletas só poderão participar em duas provas por jornada, num máximo de três no conjunto das duas jornadas.
5. Em cada prova só poderão participar, exclusivamente, atletas pertencentes aos escalões indicados no programa-horário.
6. No **Torneio Regional Jovem de Lançamentos** haverá classificação individual por escalão e sexo e classificação colectiva por sexo.
7. A classificação colectiva será obtida pelo somatório do total de pontos conseguidos pelos 2 (dois) melhores atletas de cada clube em cada prova, vencendo o clube que obtiver maior pontuação. Se o clube classificar mais do que dois atletas, estes pontuarão como atletas individuais.
8. 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.
9. 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).
10. **Prémios Individuais:** Serão atribuídos medalhões aos 3 (três) primeiros classificados de cada prova do **Torneio Regional Jovem de Lançamentos**.
Prémios Colectivos: Será atribuído um Troféu e Material Desportivo aos clubes vencedores 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:** **Impreterivelmente até 30 minutos** antes do início de cada prova.

TORNEIO REGIONAL JOVEM DE LANÇAMENTOS Infantis - Iniciados PROVAS DE PREPARAÇÃO
--

23 de Janeiro de 2010 - 1ª Jornada: Manhã - (Peso-Martelo)

Estádio do INATEL - Porto

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
10h00	Martelo - 4 kg	Iniciados	Mas	Torn. Reg. Jov. Lanç.
	Peso - 2 kg	Infantis	Fem	Torn. Reg. Jov. Lanç.
10h45	Martelo - 3 kg	Iniciados	Fem	Torn. Reg. Jov. Lanç.
	Martelo - 3 kg	Juvenis	Fem	Prova Prep.
11h30	Peso - 4 kg	Iniciados	Mas	Torn. Reg. Jov. Lanç.
	Martelo - 5 kg	Juvenis	Mas	Prova Prep.
	Peso - 3 kg	Infantis	Mas	Torn. Reg. Jov. Lanç.
	Peso - 3 kg	Iniciados	Fem	Torn. Reg. Jov. Lanç.

23 de Janeiro de 2010 - 2ª Jornada: Tarde - (Disco-Dardo)

Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho - Maia

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
15h00	60 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Prova Prep.
	Dardo - 500 gr.	Iniciados	Fem	Torn. Reg. Jov. Lanç.
	Dardo - 500 gr.	Infantis	Mas	Torn. Reg. Jov. Lanç.
	Comprimento	Infantis	Mas	Prova Prep.
	Altura	Juv/Jun/Sen	Masc	Prova Prep. a)
15h10	60 m	Juv/Jun/Sen	Mas	Prova Prep.
15h20	60 m	Iniciados	Fem	Prova Prep.
15h30	60 m	Iniciados	Mas	Prova Prep.
15h40	60 m	Benj. A e B/Infantis	Fem	Prova Prep.
	Dardo - 400 gr.	Infantis	Fem	Torn. Reg. Jov. Lanç.
	Dardo - 600 gr.	Iniciados	Mas	Torn. Reg. Jov. Lanç.
15h50	60 m	Benj. A e B/Infantis	Mas	Prova Prep.
16h00	800 m	Iniciados	Fem	Prova Prep.
16h10	800 m	Iniciados	Mas	Prova Prep.
	Comprimento	Infantis	Fem	Prova Prep.
	Altura	Juv/Jun/Sen	Fem	Prova Prep. b)
16h20	600 m	Benj. B/Infantis	Fem	Prova Prep.
	Disco - 750 gr.	Iniciados	Fem	Torn. Reg. Jov. Lanç.
	Disco - 1 kg	Iniciados	Mas	Torn. Reg. Jov. Lanç.
16h30	600 m	Benj. B/Infantis	Mas	Prova Prep.
16h40	200 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Prova Prep.
16h50	200 m	Juv/Jun/Sen	Mas	Prova Prep.
17h00	400 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Prova Prep.
17h10	400 m	Juv/Jun/Sen	Mas	Prova Prep.

- a) **Altura (Mas)** - A altura da fasquia inicia a 1,40, sobe de 5 em 5 cm até 1,70 e depois de 3 em 3 cm.
- b) **Altura (Fem)** - A altura da fasquia inicia a 1,15, sobe de 5 em 5 cm até 1,35 e depois de 3 em 3 cm.