

TORNEIO DE PREPARAÇÃO
Iniciados – Juvenis- Juniores – Seniores
Fase Distrital de Infantis - DESP. ESCOLAR

9 e 10 e Junho 2012

Pista do Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho – Maia

Regulamento:

- a) O **Torneio de Preparação** destina-se, exclusivamente, a atletas dos escalões **indicados no programa horário**, filiados na A.A. Porto. Os **atletas Infantis** não podem participar neste torneio.
- b) O **Torneio Regional de Infantis – Desporto Escolar** destina-se **exclusivamente** a atletas em representação de grupos e escolas do Desporto Escolar.
- c) Os atletas de outras Associações Regionais poderão eventualmente participar após pedido de autorização, via Associação de origem, ao Departamento Técnico da A.A.Porto.
- d) 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).
- e) 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.
- f) Nos concursos do torneio de preparação, caso se inscrevam **mais de 15 atletas o número de ensaios será de 3 +1**. Nos concursos do Torneio Regional de Infantis – Desp. Escolar o número de ensaios **será definido no local de prova**.
- f) No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA.
- g) **Inscrições: 30 minutos** antes do início de cada prova.

TORNEIO DE PREPARAÇÃO
Iniciados – Juvenis- Juniores – Seniores

9 de Junho 2012 – 9h30

Inatel - Porto

Programa Horário

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERVAÇÕES
09h30	Martelo	Inic/Juvenis	Mas	5 kg
	Peso	Jun/Sen	Fem	4kg
10H15	Martelo	Inic/Juvenis	Fem	3 kg
	Peso	Seniores	Mas	7,260kg
11h00	Peso	Juniores	Mas	6 kg
	Martelo	Jun/Sen	Fem	4kg
11h30	Martelo	Jun/Sen	Mas	7,260kg

TORNEIO DE PREPARAÇÃO

Iniciados – Juvenis

Fase Distrital de Infantis - DESP. ESCOLAR

9 de Junho 2012

Programa Horário

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERVAÇÕES
15h00	60 m	Infantis A e B	Fem	Séries D. Escolar
15h10	60 m	Infantis A e B	Mas	Séries D. Escolar
15h20	110 m Barr. - 0,91 m	Inic/Juvenis	Mas	Séries
	Vara	Inic/Juvenis	Mas	a)
	Triplo	Inic/Juvenis	Fem	Tábua: 9 metros
	Disco - 1,5 kg	Inic/Juvenis	Mas	
	Altura	Infantis A e B	Fem	D. Escolar
	Peso 3kg	Infantis B	Mas	D. Escolar
15h30	100 m Barr. - 0,76 m	Inic/Juvenis	Fem	Séries
15h40	2000 m Obst. - 0,76	Juvenis	Fem	Séries
15h50	100 m	Inic/Juvenis	Fem	Séries
16h00	100 m	Inic/Juvenis	Mas	Séries
	Altura	Inic/Juvenis	Fem	b)
	Disco - 1 kg	Inic/Juvenis	Fem	
	Comprimento	Inic/Juvenis	Mas	Tábua: 2 metros
	Peso 2 kg	Infantis A e B	Fem	D. Escolar
	Peso 2 kg	Infantis A	Mas	D. Escolar
16h15	1500 m	Inic/Juvenis	Fem	Séries
16h20	1500 m	Inic/Juvenis	Mas	Séries
16h30	3000 m	Juv/Jun/Sen	Mas	Séries
16h45	300 m	Inic/Juvenis	Fem	Séries
	Comprimento	Infantis A e B	Fem/Mas	D. Escolar
	Altura	Infantis A e B	Mas	D. Escolar
16h55	300 m	Inic/Juvenis	Mas	Séries
17h05	1000 m	Infantis A e B	Fem	Séries D. Escolar
17h15	1000 m	Infantis A e B	Mas	Séries D. Escolar
17h20	4 x 100 m	Inic/Juvenis	Fem	Séries
17h30	4 x 100 m	Inic/Juvenis	Mas	Séries
17h40	4 x 60 m	Infantis A e B	Fem	D. Escolar
17h50	4 x 60 m	Infantis A e B	Mas	D. Escolar
17h55	5000 m Marcha	Inic/Juvenis	Mas	Pista 1 a 4
	5000 m Marcha	Inic/Juvenis	Fem	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 1,15 m, sobe de 5 em 5 cm até 1,35 m e depois de 3 em 3 cm.

TORNEIO DE PREPARAÇÃO

Iniciados – Juvenis- Juniores – Seniores

10 de Junho 2012

Programa Horário

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERVAÇÕES
9h30	3000 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Séries
	Vara	Inic/Juvenis	Fem	c)
	Triplo	Inic/Juvenis	Mas	Tábua: 9 metros
	Dardo - 700 g	Inic/Juvenis	Mas	
	Peso - 3 kg	Inic/Juvenis	Fem	
9h45	2000 m Obst. - 0,76 m	Juvenis	Mas	Séries
10h00	200 m	Inic/Juvenis	Fem	Séries
	200 m	Jun/Sen	Fem	Séries
10h15	200 m	Inic/Juvenis	Mas	Séries
	200 m	Jun/Sen	Mas	Séries
10h35	800 m	Inic/Juvenis	Fem	Séries
	800 m	Jun/Sen	Fem	Séries
	Comprimento	Inic/Juvenis	Fem	Tábua: 2 metros
	Altura	Inic/Juvenis	Mas	d)
10h50	800 m	Inic/Juvenis	Mas	Séries
	800 m	Jun/Sen	Mas	Séries
	Peso - 5 kg	Inic/Juvenis	Mas	
	Dardo - 500 g	Inic/Juvenis	Fem	
11h05	300 m Bar. - 0,76 m	Inic/Juvenis	Fem	Séries
11h15	300 m Bar. - 0,84 m	Inic/Juvenis	Mas	Séries
11h25	4 x 300 m	Inic/Juvenis	Fem	Séries
11h35	4 x 300 m	Inic/Juvenis	Mas	Séries

c) Vara (Fem) - A altura da fasquia inicia a 1,70 m, sobe de 10 em 10 cm até 2,10 m e depois de 5 em 5 cm.

d) 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.