



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

COMUNICADO Nº 2 11-Janeiro-2013

TORNEIO REGIONAL JOVEM LANÇADOR – 2ª JORNADA **19 de Janeiro de 2013 – 09h30**

Estádio do INATEL - Porto

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
9h30	Martelo - 4 kg	Iniciados	Mas	Torn. Reg. Jov. Lanç
	Peso - 2 kg	Infantis	Fem	Torn. Reg. Jov. Lanç
10h15	Martelo – 3 kg	Iniciados	Fem	Torn. Reg. Jov. Lanç
	Martelo – 3 kg	Juvenis	Fem	P. Prep.
	Peso – 4 kg	Iniciados	Mas	Torn. Reg. Jov. Lanç
11h00	Martelo – 5 kg	Juvenis	Mas	P. Prep.
	Peso – 3 kg	Infantis	Mas	Torn. Reg. Jov. Lanç
	Peso – 3 kg	Iniciados	Fem	Torn. Reg. Jov. Lanç

REGULAMENTO

1. Este Torneio destina-se a atletas filiados, com situação regularizada.
2. O Torneio destina-se a atletas em representação de clubes filiados na A.A.Porto ou de escolas e a atletas de outras Associações Regionais após pedido de autorização, via Associação de origem, ao Departamento Técnico da A.A.P.
3. Cada atleta só poderá participar num máximo de 2 provas.
4. Caso se inscrevam mais de 12 atletas em cada escalão, terão direito apenas a 4 ensaios.
5. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA.
6. Inscrições: 30 minutos antes do horário previsto para o início de cada prova.



TORNEIO DE ESCOLAS DE DESPORTO ESCOLAR

19 de Janeiro de 2013 - 14.00 horas

Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho - Maia

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
14h00	60 m Barr	Juvenis	Fem	5b-0.76m 13,00-8,50-13,00
	Altura	Juv/Jun	Mas	a)
	Comprimento	Benjamins B	Mas/Fem	
	Peso	Infantis	Mas/Fem	
14h15	60 m Barr	Juniores	Fem	5b-0.84m 13,00-8,50-13,00
14h30	60 m Barr	Juvenis	Mas	5b-0.91m 13,00-8,50-9,72
14h45	60 m Barr	Juniores	Mas	5b-1.00m 13,72-9,14-9,72
15h00	60 m	Benjamins B	Fem	
	Comprimento	Iniciados	Mas/Fem	
	Peso	Benjamins B	Mas/Fem	
15h15	60 m	Benjamins B	Mas	
	Altura	Juv/Jun	Fem	b)
15h30	60 m	Infantis	Fem	
15h45	60 m	Infantis	Mas	
16h00	60 m	Iniciados	Fem	
	Comprimento	Infantis	Mas/Fem	
	Peso	Iniciados	Mas/Fem	
16h15	60 m	Iniciados	Mas	

a) **Altura (Mas)** - A altura da fasquia inicia a 1,30, sobe de 5 em 5 cm até 1,70 e depois de 3

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

REGULAMENTO

1. Este Torneio destina-se a atletas filiados, com situação regularizada e a **atletas do Desporto Escolar**.

2. O Torneio destina-se a atletas em representação de clubes filiados na A.A.Porto a atletas de outras Associações Regionais após pedido de autorização, via Associação de origem, ao Departamento Técnico da A.A.P.

3. Cada atleta só poderá participar num máximo de 2 provas.

4. Nos concursos, caso se inscrevam mais de 12 atletas em cada escalão, o número de ensaios será reduzido.

5. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA.

6. Inscrições: Até 30 minutos antes do horário previsto para o início de cada prova.



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO PORTO

COMUNICADO Nº 2 11-Janeiro-2013

TORNEIO DE PISTA

20 de Janeiro de 2012 - 09.00 horas
Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho - Maia

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
9h00	60 m Barr	Inf/Ini	Fem	6 b/0,76m 12,00-8,00-8,00
9h15	60 m Barr	Inf/Ini	Mas	5b-0.84m 13,00-8,50-13,00
	Quadruplo Salto	Iniciados	Fem	A)
	Dardo 500g	Juvenis	Fem	
9h30	60 m Barr	Juv/Jun/Sen	Fem	5b-0.84m 13,00-8,50-13,00
9h45	60 m Barr	Juv/Jun/Sen	Mas	5b-1.06m 13,72-9,14-9,72
10h00	1000 m Mx	Benjamins A/B	Fem	
	Dardo 800g	Juv/Jun/Sen	Mas	
10h15	2000 m Mx	Benjamins A/B	Mas	
10h30	800 m	Juv/Jun/Sen	Fem	
	Quadruplo Salto	Iniciados	Mas	A)
10h40	800 m	Juv/Jun/Sen	Mas	
10h50	3000 m	Juv/Jun/Sen	Fem	
	Dardo 600g	Jun/Sen	Fem	
11h05	3000 m	Juv/Jun/Sen	Mas	
11h20	200m	Juv/Jun/Sen	Fem	
11h30	200m	Juv/Jun/Sen	Mas	

A) Corrida limitada de 25 metros. Os atletas em vez de fazer o tradicional (Hop; Step; Jump), passa a realizar os seguintes 4 saltos (Hop; Step; Hop; Jump)

REGULAMENTO

1. Este Torneio destina-se a atletas filiados, com situação regularizada.
2. O Torneio destina-se a atletas em representação de clubes filiados na A.A.Porto a atletas de outras Associações Regionais após pedido de autorização, via Associação de origem, ao Departamento Técnico da A.A.P.
3. Cada atleta só poderá participar num máximo de 2 provas.
4. Nos concursos, caso se inscrevam mais de 12 atletas em cada escalão, o número de ensaios poderá ser reduzido.
5. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA.
6. Inscrições: Até 30 minutos antes do horário previsto para o início de cada prova.

Circuito de Atletismo em Pavilhão Games and Fun

Torneio de Amarante

Pavilhão Municipal de Vila Caiz - Amarante



26 de Janeiro - 15 Horas

Localização: Estrada nacional 312 em Vila Caiz – Junto à Escola EB 2,3 de Vila Caiz
N 41° 13.813' - W 8° 8.011'

Patrocinador Oficial:



Apoios:

Município de Amarante

JF Vila Caiz



Organização:

Associação Atletismo do Porto

-

CAT – Clube de Atletismo do Tâmega





ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

COMUNICADO Nº 2 11-Janeiro-2013

**TORNEIO REGIONAL JOVEM DE LANÇAMENTOS –
3ª jornada
Infantis – Iniciados
PROVAS DE PREPARAÇÃO
27 de Janeiro de 2013 - Est. Prof. Dr. José Vieira de Carv. - Maia**

3ª Jorn.: 27.01 – Manhã - (Disco-Dardo) - Est. Prof. Dr. José Vieira de Carvalho - 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.
- 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.
- Os atletas de outras Associações Regionais que participem no Torn. Reg. Jovem de Lançamentos, 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.
- Os atletas Iniciados no somatório das 3 Jornadas poderão realizar as 4 provas de Lançamentos. Na 1a e 2a Jornada os atletas só poderão participar em duas provas por dia, num máximo de três no conjunto das 2 jornadas. Na 3a jornada podem participar em duas provas.**
- Em cada prova só poderão participar, exclusivamente, atletas pertencentes aos escalões indicados no programa - horário.
- No **Torneio Regional Jovem de Lançamentos** haverá classificação individual por escalão e sexo e classificação colectiva por sexo.
- 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.
- 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.
- 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).
- 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.
- No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da F.P.A.
- Inscrições: Impreterivelmente até 30 minutos** antes do início de cada prova



**TORNEIO REGIONAL JOVEM DE LANÇAMENTOS –
3ª jornada
Infantis – Iniciados
PROVAS DE PREPARAÇÃO**

27 de Janeiro de 2013 - Est. Prof. Dr. José Vieira de Carv. - Maia

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
09h30	60 m	Juv-Jun-Sen	Fem	P. Extra
	Disco 1 kg	Iniciados	Mas	Torn. Reg. Jov. Lanç
	Comprimento	Benjamins A/B	Masc	Sem Tábua – 3 ensaios
	Altura (a)	Juv/Jun/Sen	Masc	P. Extra
09h40	60 m	Juv-Jun-Sen	Masc	P. Extra
09h50	60 m	Iniciados	Fem	P. Extra
10h00	60 m	Iniciados	Masc	P. Extra
10h10	60 m	Benj. A e B / Inf.	Masc	P. Extra
	Dardo 500g	Iniciados	Fem	Torn. Reg. Jov. Lanç
10h20	60 m	Benj. A e B / Inf.	Fem	P. Extra
10h30	150 m	Iniciados	Fem	P. Extra
10h40	150 m	Iniciados	Masc	P. Extra
	Comprimento	Benjamins A/B	Fem	Sem Tábua – 3 ensaios
	Altura (b)	Juv/Jun/Sen	Fem	P. Extra
10h50	5000 mx	Juv/Jun/Sen	Mas(1)-Fem(5)	P. Extra
	Dardo 600g	Iniciados	Mas	Torn. Reg. Jov. Lanç
11h30	200 m	Juv-Jun-Sen	Mas	P. Extra
11h40	200 m	Juv-Jun-Sen	Fem	P. Extra
11h50	400 m	Juv-Jun-Sen	Fem	P. Extra
12h00	400 m	Juv-Jun-Sen	Masc	P. Extra

- a) **Altura (Masc)** – 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 1,25, sobe de 5 em 5 cm até 1,45 e depois de 3 em 3 cm



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

COMUNICADO Nº 2 11-Janeiro-2013

**XXII ESTAFETA MISTA DO SANTO E MÁRTIR
TIRSO
- Santo Tirso -**

27 de Janeiro de 2013 - 10h00 horas

Vão o “Centro de Atletismo de Santo Tirso e a Junta de Freguesia de Santo Tirso” levar a efeito no próximo dia **27 de Janeiro de 2013**, pelas **10h00**, a realização da “**XXII 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 24 de Janeiro de 2013

Junta de Freguesia de Stº. 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
Fax 252 857 147
Telemóvel: 913 595 501

Programa da prova:

Hora	Estafeta Mista	Sexo	Escalão	Distância
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.

Classificação / Prémios:

Estafeta Mista, da 1ª à 15ª Equipa + 6 Medalhões para os atletas da equipa.



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO PORTO

COMUNICADO Nº 2 11-Janeiro-2013

10 KM DE AVINTES

10 de Fevereiro de 2013 - 10h00 Vila Nova de Gaia – Avintes

Vai o nosso filiado o “Clube Atletismo de Avintes” levar a efeito no próximo dia **10 de Fevereiro de 2013**, pelas **10h00**, a realização dos “**10 km de Avintes, Mini-Corrida e Caminhada**”, 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 Rua Castanheira do Ribatejo, em Avintes.

Entrega de Dorsais: dia 9 de Fevereiro das 15:00 às 20:00 horas, na Escola da Mesquita

Dia 10 de Fevereiro até às 09:30 horas.

Inscrições:

Informações: 919412088

Clube Atletismo de Avintes

Apartado 3138 4430-801 Avintes

Email: clubeatletismodeavintes@hotmail.com

Site: www.caavintes.no.comunidades.net

Ver atletas inscritos: <http://www.desportave.pt/lista.inscritos.dre.php?idProva=40>

Custo da inscrição

NIB: 003501240001090153039 - CGD

10Km de Avintes: até dia 11 de Janeiro 5€; do dia 12 ao dia 7 de Fevereiro - 7€; última hora - 10€

Mini-Corrida e Caminhada: até 15 anos de idade 2€ - acima dos 15 anos 4€.

Programa das provas:

Hora	Prova	Escalão	Ano Nasc.	Sexo	Distância
10h00	10 Km de Avintes	Juniores	1994-1995	Mas	10.000 m
		Seniores	1993 e anteriores	Mas	
		Seniores	1993 e anteriores	Fem	
		Veteranos M40	40 aos 44 anos	Mas	
		Veteranos M45	45 aos 49 anos	Mas	
		Veteranos M50	50 aos 54 anos	Mas	
		Veteranos M55	55 aos 59 anos	Mas	
		Veteranos M60	60 anos em diante	Mas	
		Veteranos F40	40 aos 44 anos	Fem	
		Veteranos F45	45 anos em diante	Fem	
10h00	Mini-Corrida	Atletas de todas as idades		Mas e Fem	2.000 m
10h00	Caminhada	Atletas de todas as idades		Mas e Fem	5.000 m

Classificação:

Haverá classificação individual e colectiva na prova de 10 km (4 primeiros atletas).

A Mini - corrida e Caminhada não têm fins competitivos.



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

COMUNICADO Nº 2 11-Janeiro-2013

CAMPEONATO NACIONAL DE CLUBES EM PISTA COBERTA - APURAMENTO

26 ou 27 de Janeiro de 2013 – Braga

- Junto se envia regulamento e programa da competição em epígrafe.
- Também disponível em: www.fpatletismo.pt
- As inscrições deverão ser enviadas para a Associação de Atletismo de Porto até ao dia **17 de Janeiro de 2013**, através do fax nº **22 6001588**, em Ficha de Inscrição própria da FPA.

CAMPEONATO NACIONAL DE ESPERANÇAS

2 e 3 de Janeiro de 2013 – Pombal

- Junto se envia regulamento e programa da competição em epígrafe.
- Também disponível em: www.fpatletismo.pt
- As inscrições deverão ser enviadas para a Associação de Atletismo de Porto até ao dia **25 de Janeiro de 2013**, através do fax nº **22 6001588**, em Ficha de Inscrição própria da FPA.



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

COMUNICADO Nº 2 11-Janeiro-2013

QUADRO COM PRAZOS DE INSCRIÇÃO PARA AS COMPETIÇÕES DO CALENDÁRIO DA FPA

ÉPOCA 2012/2013

- Junto se envia Quadro com Prazos de Inscrição para as competições nacionais da FPA.
- Alerta-se para o cumprimento rigoroso por parte dos clubes dos prazos de inscrição, solicitando-se o seu envio atempado para a A.A.Porto, para que os dados de inscrição possam ser devidamente confirmados.

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 3 dias antes** da competição.

Este prazo deverá ser totalmente respeitado pelos clubes, caso contrário, a Associação não fará chegar o pedido de participação às outras Associações.

Os pedidos deverão ser também realizados de uma só vez, não havendo vários pedidos do mesmo clube para a mesma competição.



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO
PORTO

COMUNICADO Nº 2 11-Janeiro-2013

DORSAL ANUAL

O DORSAL ANUAL deverá ser utilizado em todas as competições de Pista e Corta Mato realizadas na Zona Norte (Porto, Braga, Viana do Castelo, Vila Real, Bragança).

O numero será reconhecido pelo programa de resultados de qualquer Associação da Zona Norte.

Desta forma, a participação com o respectivo DORSAL é fundamental para melhor reconhecimento do atleta em termos de filiação e de reconhecimento das marcas realizadas para fim de confirmação de mínimos e de Rankings.

O Atleta tem liberdade total para o poder fotocopiar ou realizar outra forma de impressão. No caso de perca ou de ficar impróprio para utilização em competições, deverá solicitar o mais rápido possível um novo à Associação.