



## TORNEIO DE ENCERRAMENTO 25 DE JULHO Complexo Desportivo de Lousada

HORA	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERVAÇÕES
<b>15h00</b>	80m Bar	Inf/Ini	Fem	12/8/12
	Quadruplo salto	Inic.	Mas	Tábuas 11m e 13m
	Disco 1kg	Inic/Juv	Fem	
<b>15h10</b>	100m Bar	Inf/Ini	Mas	13/8.5/10.5
<b>15h20</b>	100 m	Inic. / Juv.	Fem	15 atletas
<b>15:35</b>	100 m	Inic. / Juv.	Mas	15 atletas
<b>15:50</b>	60 m	Benj. B/Inf.	Fem	15 atletas
<b>16:05</b>	60 m	Benj. B/Inf.	Mas	15 atletas
<b>16:20</b>	600 m	Benj. B/Infantis	Fem	15 atletas
<b>16:30</b>	600 m	Benj. B/Infantis	Mas	15 atletas
	Quadruplo salto	Inic.	Fem	Tábuas 9 e 11
	Martelo 2kg	Infantis	Fem	*
<b>16:45</b>	300m Barr	Inic. / Juv.	Fem	15 atletas
<b>17:00</b>	300m Barr	Inic. / Juv.	Mas	15 atletas
<b>17:15</b>	1000m	Inf./Inic.	Fem	15 atletas
<b>17:30</b>	1000m	Inf./Inic.	Mas	15 atletas
<b>17:45</b>	2000m marcha	Infantis	Fem	Pistas 1 a 3
	2000m marcha	Infantis	Mas	Pistas 4 a 6

\*participação na prova de Martelo exclusiva a 5 atletas do escalão de Infantis femininos



---

## **TORNEIO DE ENCERRAMENTO 25 DE JULHO Complexo Desportivo de Lousada**

### **Regulamento:**

- 1) Todos os atletas participantes deverão ter a sua situação regularizada na plataforma Lince, bem como na Associação de Atletismo do Porto.
- 2) Devido aos constrangimentos do Covid-19, iremos de limitar a participação do número de atletas por prova. (concursos 12 atletas [\*] / Corridas 15 atletas)
- 3) Nas corridas até 110m serão utilizadas as pistas 1, 3, 5 e 7 e as pistas 2, 4, 6 e 8
- 4) Nas corridas superiores a 110m serão utilizadas as pistas 1, 3 e 5 e as pistas 2, 4 e 6 sendo que cada atleta percorrerá a totalidade da distância na pista que lhe foi atribuída.
- 5) A distribuição dos atletas pelas pistas nas corridas será sorteada aleatoriamente.
- 6) Nas corridas de 600m serão utilizadas as pistas 1, 3 e 5 e as pistas 2, 4 e 6 sendo que cada atleta percorrerá a totalidade da distância na pista que lhe foi atribuída.
- 7) As corridas de **1000m**, serão disputadas em sistema de **contrarrelógio** em perseguição, com saídas de **15 em 15 segundos**, e séries num máximo de 5 atletas.
- 8) A corrida de **2000m marcha** será disputada em sistema de **contrarrelógio** em perseguição, com saídas de **20 em 20 segundos**, e num máximo de 5 atletas.
- 9) Nos contrarrelógios em perseguição, se um atleta se aproximar de 5 a 10 metros do adversário da frente, caso queira ultrapassar, deverá fazê-lo mantendo uma pista de intervalo.
- 10) Cada atleta só poderá participar num **máximo de 2 provas**.
- 11) Todos os atletas são obrigados a competir com o dorsal anual. No caso de não terem ou de necessitarem de uma 2ª via, deverão solicitar atempadamente para a secretaria da AAPorto.
- 12) No ato de confirmação devem assinar o **termo de responsabilidade**, ou ter procedido ao envio antecipado, por email, para a secretaria da AAPorto. Sendo **obrigatório** a entrega deste documento em prejuízo da não participação na competição.
- 13) **Inscrições**
  - I. Na plataforma de inscrições <https://portugalathleticsresults.pt/>, até às 13h00 do **dia 23 julho**.
  - II. **As inscrições serão ordenadas por marcas e aceites apenas até ao limite imposto no regulamento.**
  - III. **Inscrições de outras associações serão aceites conforme o número de vagas disponíveis após os inscritos da AAP.**
  - IV. **As inscrições devem ser confirmadas no secretariado, com 50 minutos de antecedência da prova.**
- 14) No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA.
- 15) **Todos os atletas devem seguir os procedimentos de circulação na pista (documento anexo) e após os termino das provas deve abandonar a pista de atletismo.**