



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DA GUARDA

## **XI TRIATLO TÉCNICO JOVEM DISTRITAL ESTÁDIO MUNICIPAL DA GUARDA 10 DE JANEIRO DE 2009 - 14h15'**

A Associação de Atletismo da Guarda irá fazer disputar o seu XI Triatlo Técnico Jovem Distrital (Inf./Inic./Juv.) tendo em vista o Triatlo Técnico Jovem das Beiras em Pista Coberta e o Triatlo Técnico Jovem Nacional em Pista Coberta.

1. O XI Triatlo Técnico Jovem Distrital irá decorrer no dia 10 de Janeiro de 2009, no Estádio Municipal da Guarda.
2. Este Torneio é uma Organização da Associação de Atletismo da Guarda.
3. As provas do Programa terão início a partir das 14h15'.
4. Este Triatlo é um Torneio de Provas Combinadas cuja participação é aberta e destina-se a todos os atletas dos escalões: Infantis, Iniciados e Juvenis - de ambos os Sexos, que pretendam participar, em representação Individual e Colectiva.

No entanto, poderão participar Extra Competição atletas de outras Associações Distritais de Atletismo, desde que devidamente autorizados.

5. As provas de cada escalão do Triatlo Técnico, são as seguintes, sendo obrigatória a realização de todas:

**Infantil Feminino: Triatlo Técnico** – Peso/2Kg; 60m Barreiras/0,762m; Comprimento

**Infantil Masculino: Triatlo Técnico** – 60m Barreiras/0,762m; Peso/3Kg; Comprimento

**Iniciado Feminino: Triatlo Técnico** – Comprimento; 60m Barreiras/0,762m; Peso/3Kg

**Iniciado Masculino: Triatlo Técnico** – 60m Barreiras/0,840m; Comprimento; Peso/4Kg

**Juvenil Feminino: Triatlo Técnico** – Altura; 60m Barreiras/0,762m; Peso/3Kg

**Juvenil Masculino: Triatlo Técnico** – 60m Barreiras/0,914m; Peso/5Kg; Altura

Na presente Época, serão introduzidos os **Triatlos Opcionais para Iniciados**, de acordo com uma escolha livre a efectuar de entre as seguintes Provas propostas:

**Iniciado Feminino: Triatlo Opcional**-60m; 60m Barreiras/0,762m; Altura; Comprimento; Peso/3Kg

**Iniciado Masculino: Triatlo Opcional**-60m; 60m Barreiras/0,84m; Altura; Comprimento; Peso/4Kg

Assim, os atletas Iniciados deverão passar a indicar no acto de inscrição na respectiva Competição qual o Triatlo pelo qual optam e caso a opção, seja pela realização do TRIATLO OPCIONAL deverão indicar as 3 Provas (das 5 propostas) que se propõem realizar, sendo a escolha destas Provas considerada definitiva.

6. Cada Clube ou Escola pode apresentar a quantidade de atletas que entender.
7. As inscrições deverão ser enviadas para:

Associação de Atletismo da Guarda  
Avenida do Estádio Municipal - Bancadas do Estádio  
6300 - 705 Guarda  
Telef./Fax: 271 221 721 FAX: 218 647 106  
E-Mail: [aaguarda@aag.pt](mailto:aaguarda@aag.pt)

e poderão ser realizadas até 15 minutos antes do início das Competições.

8. A participação dos atletas está condicionada ao estipulado no Regulamento Geral de Competições e regulamentação específica para Provas Combinadas.
9. Nas Provas Extra cada atleta, independentemente do Escalão/Sexo, pode participar no máximo em duas provas, estando condicionado ao estipulado no Regulamento Geral de Competições (versão actualizada de 29 Maio 2008).

**10.** As alturas de início das fasquias serão decididas no local da Competição, em face dos atletas inscritos.

**11. Classificações:**

11.1. Haverá Classificação Individual por escalão/sexo e Colectiva Geral;

11.1.1. No que se refere à Classificação Individual passaremos a ter no Escalão de Iniciados 4 Classificações:

a) Uma Classificação para Iniciados Masculinos e outra para Iniciados Femininos para os Triatlos Técnicos;

b) Uma Classificação para Iniciados Masculinos e outra para Iniciados Femininos para os Triatlos Opcionais, sendo que serão Classificados todos eles conjuntamente independentemente das Provas que efectuarem.

11.2. A **Classificação Individual** por escalão/sexo obter-se-á através do somatório das pontuações obtidas por cada atleta em cada uma das provas, utilizando a Tabela de Pontuação de Provas Combinadas editada pela F.P.A.. Esta classificação será ordenada por ordem decrescente da pontuação obtida pelos atletas, no conjunto das provas do Programa;

11.3. A **Classificação Colectiva Geral** obter-se-á através do somatório dos pontos obtidos pelo melhor atleta de cada Clube/Escola classificado em cada um dos escalões/sexo, no conjunto das 8 Competições propostas no Programa, seguir-se-á a representação com 7, ... e 1 atleta.

11.4. A Classificação Colectiva só considerará os Clubes/Escolas que tenham apresentado 3 atletas classificados ou 5 atletas a participar.

**12. Prémios:**

12.1. Aos três primeiros classificados individuais, em cada uma das Classificações por escalão/sexo, serão atribuídas medalhas;

12.2. Taça à Equipa vencedora do XI Triatlo Técnico Jovem Distrital.

12.3. **Nas Provas Extra não haverá Prémios em disputa.**

**13. PROGRAMA/HORÁRIO:**

|        |                 |                 |  |
|--------|-----------------|-----------------|--|
| 14h15' | 60m Bar./0,914m | Juv. Masc.      | Triatlo Técnico  |
|        | Peso/2Kg        | Inf. Fem.       | Triatlo Técnico  |
| 14h30' | 60m Bar./0,840m | Inic. Masc.     | Triatlo Técnico  |
|        | Comprimento     | Inic. Fem.      | Triatlo Técnico  |
|        | Comprimento     | Seniores Fem.   | Extra  |
| 14h45' | 60m Bar./0,762m | Inf. Masc.      | Triatlo Técnico  |
|        | Altura          | Juv. Fem.       | Triatlo Técnico Juv. e<br>Triatlo Opcional Inic. Fem.  |
|        | Peso/5Kg        | Juv. Masc.      | Triatlo Técnico  |
| 15h00' | 60m Bar./0,762m | Inf. Fem.       | Triatlo Técnico  |
|        | Comprimento     | Inic. Masc.     | Triatlo Técnico  |
| 15h15' | 60m Bar./0,762m | Inic. Fem.      | Triatlo Técnico  |
|        | Peso/3Kg        | Inf. Masc.      | Triatlo Técnico  |
| 15h30' | 60m Bar./0,762m | Juv. Fem.       | Triatlo Técnico  |
|        | Altura          | Juv. Masc.      | Triatlo Técnico Juv. e<br>Triatlo Opcional Inic. Masc. |
| 15h45' | 60m Bar./1,067m | Seniores Masc.  | Extra  |
|        | Comprimento     | Inf. Fem.       | Triatlo Técnico  |
|        | Peso/4Kg        | Inic. Masc.     | Triatlo Técnico  |
|        | Peso/4Kg        | Seniores Fem.   | Extra  |
| 15h55' | 60m             | Inic. Fem.      | Triatlo Opcional                                       |
| 16h05' | 60m             | Inic. Masc.     | Triatlo Opcional                                       |
| 16h15' | 1000m           | Iniciados Fem.  | Extra  |
|        | Comprimento     | Inf. Masc.      | Triatlo Técnico  |
|        | Peso/3Kg        | Inic. Fem.      | Triatlo Técnico  |
|        | Peso/3Kg        | Juv. Fem.       | Triatlo Técnico  |
| 16h25' | 1000m           | Iniciados Masc. | Extra  |
| 16h35' | 200m            | Seniores Fem.   | Extra  |
| 16h45' | 200m            | Seniores Masc.  | Extra  |
|        | Altura          | Seniores Masc.  | Extra  |
|        | Peso/7,260Kg    | Seniores Masc.  | Extra  |
|        | Peso/6Kg        | Juniores Masc.  | Extra  |
| 16h55' | 400m            | Seniores Fem.   | Extra  |
| 17h05' | 400m            | Seniores Masc.  | Extra  |
| 17h15' | 800m            | Seniores Fem.   | Extra  |
| 17h25' | 800m            | Seniores Masc.  | Extra  |