



## TRIATLO TÉCNICO JOVEM DAS BEIRAS EM PISTA COBERTA

### NAVE DESPORTIVA DE ESPINHO

**22 de Janeiro de 2012**

### 1 - INTRODUÇÃO

O Agrupamento das Beiras Liderado pela Associação de Atletismo da Guarda na Época de 2011/2012, e a **Associação de Atletismo de Aveiro**, irão Organizar no próximo dia 22 de Janeiro de 2012, na Nave Desportiva de Espinho - Pista António Leitão, o Triatlo Técnico Jovem das Beiras em Pista Coberta, para atletas Infantis e Iniciados.

Paralelamente, realizar-se-ão as seguintes Provas Extra destinadas a atletas de Clubes filiados em qualquer Associação que compõe o Agrupamento das Beiras:

**150m** - Infantis Masculinos e Femininos;

**250m** - Iniciados Masculinos e Femininos;

**1 000m** - Iniciados e Juvenis Masculinos e Femininos.

### 2 - ÂMBITO

Esta Competição destina-se a atletas Infantis e Iniciados de ambos os géneros em representação de cada uma das Selecções Distritais das Associações que constituem o Agrupamento das Beiras. As Selecções serão constituídas por um atleta por escalão/género (total de 6 atletas por selecção).

### 3 - PROGRAMA/HORÁRIO

⌚ HORA	PROVA	ESCALÃO	GÉNERO	Observações
10h30'	60m Barreiras/0,840m	Iniciados	Masc.	Triatlo Opcional
	Comprimento	<b>Iniciados</b>	<b>Fem.</b>	
	Peso/2Kg	Infantis	Fem.	
10h40'	Peso/4Kg	Iniciados	Masc.	Triatlo Opcional
10h45'	60m Barreiras/0,840m	Iniciados	Masc.	
11h00'	60m Barreiras/0,762m	Infantis	Masc.	
11h15'	60m Barreiras/0,762m	Infantis	Fem.	
	Comprimento	Iniciados	Masc.	
	Peso/3Kg	<b>Iniciados</b>	<b>Fem.</b>	Triatlo Opcional
11h30'	60m Barreiras/0,762m	<b>Iniciados</b>	Fem.	
11h45'	60m Barreiras/0,762m	<b>Iniciados</b>	Fem.	Triatlo Opcional



## Agrupamento das Beiras



(A.A. Aveiro – A.A. Castelo Branco – A.D.A. Coimbra – A.A. Guarda – A.D.A. Leiria – A.A. Viseu)

12h00'	60m	Iniciados	Fem.	Triatlo Opcional
	Comprimento	Infantis	Fem.	
	Peso/3Kg	Infantis	Masc.	
12h15'	60m	Iniciados	Masc.	Triatlo Opcional
12h30'	Altura a)	Iniciados	Fem.	Triatlo Opcional
	1 000m	Iniciados e Juvenis	Fem.	Extra
12h45'	1 000m	Iniciados e Juvenis	Masc.	Extra
	Comprimento	Iniciados	Masc.	Triatlo Opcional
	Peso/3Kg	Iniciados	Fem.	
13h00'	250m	Iniciados	Fem.	Extra
13h15'	250m	Iniciados	Masc.	Extra
13h30'	150m	Infantis	Fem.	Extra
	Altura a)	Iniciados	Masc.	Triatlo Opcional
	Comprimento	Infantis	Masc.	
	Peso/4Kg	Iniciados	Masc.	
13h45'	150m	Infantis	Masc.	Extra
14h15'	Comprimento	Iniciados	Fem.	Triatlo Opcional

- a) A altura inicial da fasquia será definida no local da Competição em Reunião com os responsáveis Técnicos de cada Selecção, sendo a progressão de 4 em 4cm.

### 4 - REGULAMENTO DA COMPETIÇÃO

- a) Cada Selecção deverá apresentar um Atleta por escalão/género.
- b) Para além dos seis Atletas em representação das seis Selecções por escalão/género, podem participar os melhores oito Atletas de cada escalão/género, do Ranking do Agrupamento das Beiras, em representação dos respectivos Clubes. Assim, os Clubes interessados e com atletas elegíveis deverão efectuar a pré-inscrição dos mesmos com indicação das melhores marcas obtidas, de 01 de Outubro de 2010 a 15 de Janeiro de 2012, junto da respectiva Associação a qual por sua vez os deverá fazer chegar à Associação Líder do Agrupamento (A.A. Guarda) até 17 de Janeiro. Em 18 de Janeiro a Associação Líder comunicará às restantes Associações quais os atletas seleccionados.
- c) Haverá Classificações Individuais para cada escalão/género elaboradas com base na Tabela de Pontuações de Provas Combinadas da F.P.A., em vigor. Será, ainda, elaborada uma Classificação Colectiva única de Selecções, obtida através do somatório dos pontos de todos os Atletas que integram cada uma das Selecções.



## Agrupamento das Beiras



(A.A. Aveiro – A.A. Castelo Branco – A.D.A. Coimbra – A.A. Guarda – A.D.A. Leiria – A.A. Viseu)

- d) Os Atletas em representação de Clubes contam apenas para a Classificação Individual.
- e) Os atletas participantes no Triatlo não poderão competir nas Provas EXTRA.
- f) As Provas que integram o Programa de cada escalão são as seguintes, indicadas pela ordem de realização, sendo obrigatória a realização de todas:

<b>Infantis Femininos</b>	- Peso/2kg	- 60m Bar./0,762m	- Comprimento
<b>Infantis Masculinos</b>	- 60m Bar./0,762m	- Peso/3kg	- Comprimento
<b>Iniciados Femininos</b>	- Comprimento	- 60m Bar./0,762m	- Peso/3kg
<b>Iniciados Masculinos</b>	- 60m Bar./0,840m	- Comprimento	- Peso/4kg

Existirão, ainda, os **Triatlos Opcionais** para Iniciados de acordo com uma escolha a efectuar de entre as seguintes Provas propostas:

<b>Iniciados Femininos</b>	- Peso/3kg	- 60m ou 60m Bar./0,762m	- Altura ou Comprimento
<b>Iniciados Masculinos</b>	- Peso/4kg	- 60m ou 60m Bar./0,840m	- Altura ou Comprimento

Assim, no acto de Inscrição dos Iniciados deverá ser indicado qual o Triatlo pelo qual optam (Triatlo Técnico ou Opcional) e caso a opção seja pela realização do Triatlo Opcional deverão indicar as 3 Provas (das 5 propostas, sabendo que têm de realizar o Lançamento do Peso, uma Corrida e um Salto) que se propõem realizar, sendo a escolha destas Provas considerada definitiva.

### **5 - INSCRIÇÕES**

As inscrições das Selecções deverão ser realizadas em Ficha própria e enviadas para a Associação Organizadora (A.A. Aveiro) até ao dia 19 de Janeiro de 2012.

Dos Atletas propostos em representação dos Clubes para participação no Triatlo deverá proceder-se de acordo com o indicado no ponto 4.b).

Para os atletas participantes nas Provas EXTRA deverão os Clubes enviar as inscrições para a Associação Distrital a que pertencem, até ao dia 18 de Janeiro de 2012. Cada Associação deve verificar de forma rigorosa os elementos constantes das Fichas de inscrição e remetê-las à Associação Organizadora (A.A. Aveiro) até ao dia 19 de Janeiro de 2012.

### **6 - SECRETARIADO**

Os resultados Oficiais ficarão a cargo da Associação de Atletismo de Aveiro.

### **7 - PRÉMIOS**

Serão atribuídos Medalhões aos 3 primeiros classificados em cada escalão/género.

Nas Provas Extra não haverá Prémios em disputa.