

19º Torneio do Bairro dos Anjos de Provas Combinadas



ESTÁDIO MUNICIPAL Dr. MAGALHÃES PESSOA - LEIRIA

REGULAMENTO GERAL

1. A Associação Desportiva Cultural e Recreativa do Bairro dos Anjos -Leiria, irá organizar, com o apoio da Associação Distrital de Atletismo de Leiria, no fim-de-semana 30 e 31 de Julho, no Estádio Municipal Dr. Magalhães Pessoa, a 19ª edição do Torneio do Bairro dos Anjos de Provas Combinadas.
2. Este Torneio é destinado a atletas federados e de Escolas de todos os escalões/géneros que possuam seguro desportivo.
3. Cada clube só poderá participar com o máximo de três atletas por escalão/género. (Ex: 3 Infantis Masc. + 3 Infantis Fem.)
4. O Bairro dos Anjos, como entidade organizadora, reserva-se o direito de inscrever mais do que três atletas em cada escalão/género.
5. As inscrições devem ser enviada para assleiria@adal.pt, até ao dia 25 de Julho de 2016.
6. A responsabilidade do ajuizamento é dos juizes da ADAL que aplicará o Regulamento da FPA em vigor.
7. Sendo uma competição com classificação obtida a partir do somatório de várias provas, cada atleta que entrar em competição só poderá ser classificado se participar em todas as provas do seu escalão, sendo vencedor o atleta que somar o maior número de pontos pelas Tabelas de pontuação utilizadas pela Federação Portuguesa de Atletismo para este tipo de provas.
8. Haverá medalhas para os três primeiros de cada escalão/género e uma classificação coletiva geral por clube, com atribuição de troféu aos cinco primeiros, que será obtida pela soma dos resultados dos dois melhores atletas pontuados de cada clube, em cada escalão/género dos escalões de Benjamins até Juvenis
9. As provas que constituem o programa são as seguintes:

ESCALÃO	BENJAMINS	INFANTIS	INICIADOS	JUVENIS	JUNIORES	SÉNIORES
MASC.	TRIATLO	TETRATLO	PENTATLO	DECATLO	DECATLO	DECATLO
	40 metros Comprimento Arremesso bola	60 metros Comprimento Peso (3kg) 1000 metros	80 metros Comprimento 100 bar. Peso (4kg) 1000 metros	100 metros Comprimento Peso (5kg) Altura 400 metros 110 bar. Disco (1,5kg) Vara Dardo (700gr) 1500 metros	100 metros Comprimento Peso (6kg) Altura 400 metros 110 bar. Disco (1,75kg) Vara Dardo (800gr) 1500 metros	100 metros Comprimento Peso (7kg) Altura 400 metros 110 bar. Disco (2kg) Vara Dardo (800gr) 1500 metros
FEM.	TRIATLO	TETRATLO	PENTATLO	HEPTATLO	HEPTATLO	HEPTATLO
	40 metros Comprimento Arremesso bola	60 metros Comprimento Peso (2kg) 1000 metros	80 metros Comprimento 80 bar. Peso (3kg) 1000 metros	Comprimento Peso (3kg) Altura 200 metros 100 bar. Dardo (500gr) 800 metros	Comprimento Peso (4kg) Altura 200 metros 100 bar. Dardo (600gr) 800 metros	Comprimento Peso (4kg) Altura 200 metros 100 bar. Dardo (600gr) 800 metros

10. PROGRAMA – HORÁRIO:

1ª JORNADA – 30/07/2016

SÁBADO –MANHÃ

<u>HORA</u>	<u>PROVA</u>	<u>FORMATO</u>	<u>ESCALÃO/GÉNERO</u>
10.00	80 M.	PENTATLO	INIC. MASC.
	COMPRIMENTO	TRIATLO	BENJ. FEM.
	COMPRIMENTO	TRIATLO	BENJ. MASC.
10.10	80 M.	PENTATLO	INIC. FEM.
10.20	60 M.	TETRATLO	INF. MASC.
10.30	60 M.	TETRATLO	INF. FEM.
	COMPRIMENTO	PENTATLO	INIC. MASC.
	PESO 3KG	PENTATLO	INIC. FEM.
10.40	40 M.	TRIATLO	BENJ. FEM.
10.50	40 M.	TRIATLO	BENJ. MASC.
11.00	COMPRIMENTO	TETRATLO	INF. MASC.
	PESO 2KG	TETRATLO	INF. FEM.
	ARREM. BOLA	TRIATLO	BENJ. FEM.
	ARREM. BOLA	TRIATLO	BENJ. MASC.
11.40	PESO 3KG	TETRATLO	INF. MASC.
	COMPRIMENTO	TETRATLO	INF. FEM.
12.20	PESO 4KG	PENTATLO	INIC. MASC.
	COMPRIMENTO	PENTATLO	INIC. FEM.
12.30	1000 M.	TETRATLO	INF. MASC.
	1000 M.	TETRATLO	INF. FEM.

SÁBADO – TARDE

<u>HORA</u>	<u>PROVA</u>	<u>FORMATO</u>	<u>ESCALÃO/GÉNERO</u>
15.00	100 M.	DECATLO	SEN/JUN/JUV.
15.30	100 M.BARR.(0,84)	HEPTATLO	JUN/SEN.
15.40	100 M.BARR.(0,76)	HEPTATLO	JUV.
15.50	COMPRIMENTO	DECATLO	SEN/JUN/JUV.
15.55	100 M.BARR.(0,84)	PENTATLO	INIC. MASC.
16.15	ALTURA	HEPTATLO	JUV/JUN/SEN.
	80 M.BARR.(0,76)	PENTATLO	INIC. FEM.
16.50	PESO	DECATLO	SEN(7)/JUN(6)/JUV(5)
17.40	PESO	HEPTATLO	SEN-JUN(4)/ JUV(3)
18.00	ALTURA	DECATLO	SEN/JUN/JUV
18.30	800 M.	PENTATLO	INIC. FEM.
18.45	1000 M.	PENTATLO	INIC. MASC.
19.15	200 M.	HEPTATLO	SEN/JUN/JUV
19.30	400 M.	DECATLO	SEN/JUN/JUV

2ª JORNADA – 31/07/2016

DOMINGO – MANHÃ

<u>HORA</u>	<u>PROVA</u>	<u>FORMATO</u>	<u>ESCALÃO/GÉNERO</u>
09.15	110 M.BARR(1,06)	DECATLO	SENIORES
09.25	110 M.BARR(1,00)	DECATLO	JUNIORES
09.35	110 M.BARR.(0,91)	DECATLO	JUVENIS
10.00	COMPRIMENTO	HEPTATLO	SEN/JUN/JUV
10.25	DISCO	DECATLO	SEN(2)/JUN(1,75)JUV(1,5)
11.25	VARA	DECATLO	SEN/JUN/JUV
	DARDO	HEPTATLO	SEN-JUN(600)/JUV(500)
12.25	DARDO	DECATLO	SEN-JUN(800)/JUV(700)
	800 M	HEPTATLO	JUVENIS
12.35	800 M.	HEPTATLO	SENIORES/JUNIORES
13.00	1500 M.	DECATLO	JUVENIS
13.15	1500 M.	DECATLO	SENIORES/JUNIORES

11. REGULAMENTO TÉCNICO:

- a) Os atletas apenas poderão participar nos seus escalões etários.
- b) A altura inicial da fasquia no salto em altura será 1,28 no Heptatlo e 1,53 no Decatlo, subindo sempre de 3 em 3 cm. Se possível serão utilizados 2 colchões.
- c) No salto com vara a prova terá início a 2,50 e a fasquia sobe sempre de 10 em 10 cm.
- d) Os atletas que terminem o salto com vara, serão encaminhados para a prova de lançamento do dardo não lançando portanto, todos os atletas num mesmo grupo.
- e) Por questões organizativas poderá haver alterações de horário, sendo os atletas avisados com a devida antecedência.
- f) Características técnicas das corridas de barreiras:

ESCALÃO	DISTÂNCIA	NÚMERO DE BARREIRAS	ALTURA DAS BARREIRAS	DISTÂNCIA DA PARTIDA À 1ª BARREIRA	DISTÂNCIA ENTRE BARREIRAS	DISTÂNCIA DA ÚLTIMA BARREIRA À META
INF. FEM.	60 metros	6	0.76	12.00 metros	7.00 metros	13.00 metros
INF. MASC.	60 metros	6	0.76	12.00 metros	7.50 metros	10.50 metros
INI. FEM.	80 metros	8	0.76	12.00 metros	8.00 metros	12.00 metros
INI. MASC.	100 metros	10	0.84	13.00 metros	8.50 metros	10.50 metros
JUV. FEM.	100 metros	10	0.76	13.00 metros	8.50 metros	10.50 metros
JUV. MASC.	110 metros	10	0.91	13.72 metros	9.14 metros	14.02 metros
JUN/SEN. FEM.	100 metros	10	0.84	13.00 metros	8.50 metros	10.50 metros
JUN. MASC.	110 metros	10	1.00	13.72 metros	9.14 metros	14.02 metros
SEN. MASC.	110 metros	10	1.06	13.72 metros	9.14 metros	14.02 metros

- g) Nos casos omissos será aplicado o RGC da FPA respeitante a Provas Combinadas.