



# ZONA NORTE 2008

Plano de Desenvolvimento de Atletismo

Braga - Bragança - Porto - Viana do Castelo - Vila Real

## Triatlo Técnico Jovem do Norte

19 de Janeiro de 2008

- Braga -

### REGULAMENTO

1. Prova a disputar no Palácio Municipal de Exposições e Desportos de Braga no dia 19 de Janeiro de 2008;
2. O Triatlo Técnico Jovem do Norte é um torneio de Provas Combinadas, para atletas de ambos os sexos, dos escalões de Infantis, Iniciados e Juvenis, individuais ou representantes de Clubes, Escolas, ou outras colectividades, pertencentes às Associações da Zona Norte.
3. No sentido de tentar garantir o cumprimento do horário e de assegurar a participação dos melhores atletas, limita-se a participação neste torneio aos atletas classificados nos primeiros lugares da Fase Regional da respectiva Associação.
  - 3.1. Por cada escalão e sexo, podem participar os 10 primeiros atletas do Porto, os 8 primeiros de Braga, os 6 primeiros de Viana do Castelo e os 4 primeiros de Bragança e Vila Real.
  - 3.2. Os atletas nestas condições não são obrigados a participar na Fase de Zona Norte.
  - 3.3. Os atletas que não queiram, ou não possam, participar não poderão ser substituídos.
  - 3.4. Excepcionalmente, e para salvaguardar o interesse das Associações, nomeadamente a constituição das selecções para a Fase Final deste Torneio, poderá ser permitida a participação de atletas que não tenham obtido apuramento através da Fase Regional
4. Os atletas do escalão Benjamins não podem participar neste Torneio.
5. Haverá classificação individual e por clubes:
  - 5.1. Classificação Individual – somatório das pontuações obtido nas provas individuais, utilizando a Tabela de Pontuação de Provas Combinadas da F.P.A.
  - 5.2. Classificação por Clubes – somatório das pontuações obtido pelo melhor representante de cada clube, em cada escalão e sexo (6 atletas). Não é obrigatória a participação em todos os escalões para que um clube participe e se classifique colectivamente.
6. Serão atribuídas medalhas aos 3 primeiros classificados em cada escalão e sexo e troféus aos clubes classificados nos 3 primeiros lugares da classificação geral por clubes.
7. As inscrições para o Triatlo Técnico Jovem do Norte deverão ser enviadas, por fax, para as respectivas **Associações Regionais** até ao **17 de Janeiro de 2008**, indicando o nome do clube, o 1º e último nome do atleta, o seu ano de nascimento e o nº de BI.

---

Coordenação: ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO  
Pavilhão Municipal de Santa Maria Maior  
Avenida Capitão Gaspar de Castro  
4900-462 Viana do Castelo

Telefone: 258823557 Fax: 258823555 email: [atletismoviana@gmail.com](mailto:atletismoviana@gmail.com) site: [www.atletismoviana.pt](http://www.atletismoviana.pt)



# ZONA NORTE 2008

Plano de Desenvolvimento de Atletismo

Braga - Bragança - Porto - Viana do Castelo - Vila Real

## Triatlo Técnico Jovem do Norte

19 de Janeiro de 2008

- Braga -

### PROGRAMA – HORÁRIO

| Hora  | Prova       | Escalão    | Sexo | Obs.                                     |
|-------|-------------|------------|------|--|
| 10h00 | Altura      | Juvenis    | Fem  | Triatlo 1.09, 1.13, 1,17, 1,21, ... (+4) |
| 10h00 | Comprimento | Iniciados  | Fem  | Triatlo Tábua 2 metros                   |
| 10h00 | Peso        | Infantis   | Fem  | Triatlo 2 Kg - Sector 1                  |
| 10h00 | 60 m Barr.  | Juvenis    | Masc | Triatlo 5 b (0,91 13,72 - 9,14 - 9,72)   |
| 10h15 | 60 m Barr.  | Iniciados  | Masc | Triatlo 5b (0,84 13,00 - 8,50 -13,00)    |
| 10h30 | 60 m Barr.  | Infantis   | Masc | Triatlo 6 b ( 0,76 12,00 - 7,50 - 10,50) |
| 10h30 | Peso        | Juvenis    | Masc | Triatlo 5 Kg - Sector 2                  |
| 10h45 | 60 m Barr.  | Infantis   | Fem  | Triatlo 6b (0,76 12,00 - 7,00 - 13,00)   |
| 10h45 | Comprimento | Iniciados  | Masc | Triatlo Tábua 2 metros                   |
| 11h00 | 60 m Barr.  | Iniciados  | Fem  | Triatlo 6 b (0,76 12,00 - 8,00 - 8,00)   |
| 11h00 | Peso        | Infantis   | Masc | Triatlo 3 Kg - Sector 1                  |
| 11h15 | 60 m Barr.  | Juvenis    | Fem  | Triatlo 5b (0,76 13,00 - 8,50 - 13,00)   |
| 11h15 | Comprimento | Infantis   | Fem  | Triatlo Tábua 2 metros                   |
| 11h15 | Altura      | Juvenis    | Masc | Triatlo 1.28, 1,32, 1,36, 1,40, ... (+4) |
| 11h30 | Peso        | Iniciados  | Fem  | Triatlo 3 Kg - Sector 2                  |
| 11h30 | Peso        | Iniciados  | Masc | Triatlo 4 Kg - Sector 1                  |
| 11h45 | Comprimento | Infantis   | Masc | Triatlo Tábua 2 metros                   |
| 11h45 | Peso        | Juvenis    | Fem  | Triatlo 3 Kg - Sector 2                  |
| 11h45 | 2000 m Mx   | Inf / Inic | Fem  | Prova Extra                              |
| 12h00 | 3000 m Mx   | Inf / Inic | Masc | Prova Extra                              |

Coordenação: ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

Pavilhão Municipal de Santa Maria Maior

Avenida Capitão Gaspar de Castro

4900-462 Viana do Castelo

Telefone: 258823557 Fax: 258823555 email: [atletismoviana@gmail.com](mailto:atletismoviana@gmail.com) site: [www.atletismoviana.pt](http://www.atletismoviana.pt)