



CAMPEONATO DO NORTE SUB18

CAMPEONATO REGIONAL SUB18 de BRAGA, PORTO e VIANA DO CASTELO

1ª jornada (tarde)
29 de junho de 2024 – Sábado
Complexo Desportivo de Lousada

| HORA | PROVA | ESCALÃO | SEXO | OBSERVAÇÕES |
|-------|---------------------|-------------|------|-------------|
| 14h30 | Martelo – 3kg | Sub16/Sub18 | Fem | |
| 14h45 | Altura | Sub16/Sub18 | Fem | a) |
| 15h00 | 100 m | Sub16/Sub18 | Masc | Elim. |
| 15h15 | Comprimento | Sub16/Sub18 | Masc | |
| 15h20 | 100 m | Sub16/Sub18 | Fem | Elim. |
| 15h40 | 400 m | Sub18 | Fem | Séries |
| 16h00 | 400 m | Sub18 | Masc | Séries |
| | Vara | Sub16/Sub18 | Masc | b) |
| 16h20 | 2 000 m Obst (0,76) | Sub18 | Fem | Séries |
| 16h35 | 2 000 m Obst (0,84) | Sub18 | Masc | Séries |
| | Dardo (500 g) | Sub16/Sub18 | Fem | Séries |
| 16h50 | 100 m | Sub16/Sub18 | Masc | Final - B |
| | Peso (5 kg) | Sub16/Sub18 | Masc | |
| 16h55 | 100 m | Sub16/Sub18 | Masc | Final - A |
| 17h00 | 100 m | Sub16/Sub18 | Fem | Final - B |
| 17h05 | 100 m | Sub16/Sub18 | Fem | Final - A |
| 17h15 | 1 500 m | Sub16/Sub18 | Fem | Séries |
| | Comprimento | Sub16/Sub18 | Fem | |
| 17h30 | 1 500 m | Sub16/Sub18 | Masc | Séries |
| 17h45 | 4x100 m | Sub16/Sub18 | Fem | Séries |
| 18h00 | 4x100 m | Sub16/Sub18 | Masc | Séries |
| | Dardo (700 g) | Sub16/Sub18 | Masc | |
| 18h15 | 5 000 m Marcha | Sub16/Sub18 | Fem | |
| | 5 000 m Marcha | Sub16/Sub18 | Masc | |

a) **Altura** - A altura da fasquia inicia a 1,10 m, sobe de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas e, depois, de 3 em 3 cm.

b) **Vara** - A altura da fasquia inicia a 1,80 m, sobe de 10 em 10 cm até ficarem 3 atletas e, depois, de 5 em 5 cm.



CAMPEONATO DO NORTE SUB18

CAMPEONATO REGIONAL SUB18 de BRAGA, PORTO e VIANA DO CASTELO

2ª jornada (manhã)
30 de junho de 2024 - domingo
Complexo Desportivo de Lousada

| HORA | PROVA | ESCALÃO | SEXO | OBSERVAÇÕES |
|-------|------------------|-------------|------|---------------------------------|
| 9h00 | Martelo – 5kg | Sub16/Sub18 | Mas | |
| 9h15 | Peso (3 kg) | Sub16/Sub18 | Fem | |
| 9h30 | 100 m Bar (0,76) | Sub16/Sub18 | Fem | Elim. |
| | Triplo Salto | Sub16/Sub18 | Masc | Tábuas 9m e 11m |
| 9h45 | 110 m Bar (0,91) | Sub16/Sub18 | Masc | Elim. |
| 10h00 | 3 000 m | Sub18 | Fem | |
| 10h00 | Vara | Sub16/Sub18 | Fem | c) |
| 10h15 | 3 000 m | Sub18 | Masc | |
| 10h30 | Disco (1,5 kg) | Sub16/Sub18 | Masc | Séries |
| 10h35 | 800 m | Sub16/Sub18 | Fem | Séries |
| 10h45 | 800 m | Sub16/Sub18 | Masc | Séries |
| | Altura | Sub16/Sub18 | Masc | d) |
| | Triplo Salto | Sub16/Sub18 | Fem | Tábuas 8m e 9m |
| 10h55 | 200 m | Sub16/Sub18 | Fem | Séries |
| 11h10 | 200 m | Sub16/Sub18 | Masc | Séries |
| 11h25 | 100 m Bar (0,76) | Sub16/Sub18 | Fem | Final - B |
| 11h30 | 100 m Bar (0,76) | Sub16/Sub18 | Fem | Final - A |
| 11h35 | 110 m Bar (0,91) | Sub16/Sub18 | Masc | Final - B |
| 11h40 | 110 m Bar (0,91) | Sub16/Sub18 | Masc | Final - A |
| 11h45 | Disco (1 kg) | Sub16/Sub18 | Fem | |
| 11h50 | 400 m Bar (0,76) | Sub18 | Fem | Séries |
| 12h05 | 400 m Bar (0,84) | Sub18 | Masc | Séries |
| 12h20 | Estafeta Medley | Sub16/Sub18 | Fem | Séries (100m; 200m; 300m; 400m) |
| 12h30 | Estafeta Medley | Sub16/Sub18 | Masc | Séries (100m; 200m; 300m; 400m) |

c) Vara (Fem) - A altura da fasquia inicia a 1,80 m, sobe de 10 em 10 cm até ficarem 3 atletas e, depois, de 5 em 5 cm.

d) Altura (Inic./Juv. - Mas) - A fasquia inicia a 1,30 m, sobe de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas e, depois, de 3 em 3 cm.



CAMPEONATO DO NORTE SUB18

CAMPEONATO REGIONAL SUB18 de BRAGA, PORTO e VIANA DO CASTELO

29 e 30 de junho de 2024
Complexo Desportivo de Lousada

Regulamento:

- 1) O **Campeonato do Norte de Sub18** destina-se, a atletas dos escalões de **Sub16 e Sub18, pertencentes aos clubes da Associações regionais que constituem a Zona Norte.**
- 2) **Todos os atletas participantes deverão ter a sua situação regularizada na plataforma Lince.**
- 3) Os atletas de outras Associações Regionais (fora da Zona Norte) poderão participar não tendo acesso às finais dos concursos ou corridas.
- 4) Cada atleta só poderá participar em duas provas por jornada, num máximo de quatro provas no total, desde que uma delas seja em estafeta.
- 5) Aos atletas Sub16 e sub18 não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova individual de corrida ou marcha de distância igual ou superior a 300m e 400m respetivamente.
- 6) Haverá Finais A e B para as corridas de 100m, 100m/110m Barreiras femininos e masculinos. Serão apurados os 8 melhores tempos para a final A e os 8 tempos seguintes para a B.
- 7) Haverá classificação individual e coletiva;
- 8) Em cada prova, para a classificação coletiva, serão pontuados 8 atletas (1º classificado = 8 pontos, 2º classificado = 7 pontos, etc...), até ao máximo de 3 atletas por clube.
- 9) Definida a pontuação das equipas, as mesmas serão seriadas pela ordem decrescente das pontuações, sendo vencedora a equipa com maior número de pontos.
- 10) Os casos de empate serão decididos a favor do clube que obtiver mais primeiros lugares no conjunto das provas realizadas. Se o empate subsistir, aplicar-se-á o mesmo critério relativamente aos segundos lugares e assim sucessivamente.
- 11) Nas estafetas só pontuará uma equipa por clube e sexo;
- 12) Aos vencedores de cada prova e aos clubes vencedores coletivamente, será atribuído o título de Campeão do Norte Sub18.
- 13) Para a classificação coletiva do **Campeonato Regional de Sub18**, pontuam os 3 (três) melhores classificados de cada clube em cada prova e a melhor estafeta classificada de cada clube, sendo os restantes atletas do clube considerados como atletas individuais, para efeitos de pontuação.
 - a) Nas corridas com finais, para a pontuação coletiva, será contabilizada a classificação das eliminatórias, respeitando a alínea 8) deste regulamento.
 - b) Serão atribuídas **medalhas aos três primeiros classificados** em cada prova e **troféus aos 3 primeiros clubes** da classificação masculina e feminina.
- 14) No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA.
- 15) **Inscrições**
 - i) Na plataforma de inscrições **www.aaporto.net** até ao **dia 26 de junho.**
 - ii) As inscrições devem ser **confirmadas** na mesma plataforma até **50 minutos de antecedência da prova.**