



ZONA NORTE 2019

Plano de Desenvolvimento de Atletismo
Braga - Bragança - Porto - Viana do Castelo - Vila Real

Campeonato de Juniores do Norte 19 e 26 de Junho de 2019 - Braga

REGULAMENTO

1. Prova a disputar no Estádio 1º de Maio (Braga), nos dias **19 e 26 de junho de 2019**;
 2. Prova destinada a todos os atletas e clubes filiados nas Associações Regionais da Zona Norte, dos escalões de Juvenis e Juniores;
 3. A participação dos atletas do escalão de Juvenis em corridas ou provas de marcha e a participação noutras provas na mesma jornada deverá respeitar o estabelecido, no Regulamento Geral de Competições da FPA;
 4. Os atletas do escalão de Juniores que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 1.500 metros, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha nessa jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas;
 5. Os atletas Juvenis não poderão participar nas provas de 3.000 m Obstáculos e 5.000 m;
 6. Os atletas dos escalões Juvenis e Juniores poderão participar num máximo de quatro provas, desde que uma delas seja a estafeta curta, podendo participar no máximo em duas provas por dia;
 7. As corridas de distância igual ou superior a 400 m, bem como as corridas de estafetas, serão disputadas por séries;
 8. Nas estafetas apenas poderá participar uma equipa de cada clube;
 9. Não é permitida a inscrição de equipas de estafetas constituída por atletas individuais, ou por atletas de diferentes clubes;
 10. Haverá classificação individual e coletiva;
 - 10.1. 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.
 - 10.2. A classificação geral será definida pelo somatório de pontos obtidos por cada Clube em Femininos e Masculinos.
 - 10.3. Definida a pontuação das equipas, as mesmas serão seriadas pela ordem decrescente das pontuações, sendo vencedora a equipa com maior número de pontos.
 - 10.4. 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. Aos vencedores de cada prova e aos clubes vencedores coletivamente, será atribuído o título de Campeão do Norte;
 12. Será feita atribuição de medalhas aos três primeiros classificados por prova, em cada género;
 13. As inscrições para os atletas dos clubes filiados na A.A. da Zona Norte terão quer feitas até ao dia **16 de Junho de 2019**, no ficheiro elaborado para o efeito e enviadas para a Associação de Atletismo de Braga (inscricoes@aabraga.pt). Não se aceitam inscrições de última hora.
 14. As *Start List* com os atletas inscritos por prova serão publicadas no dia **17 de Junho de 2019** na página da A.A. Braga. Os dirigentes dos clubes, assim como os atletas, devem consultar as *Start List* para corrigir eventuais erros ou a falta da inscrição. Eventuais correções só até ao **dia 18, pelas 16 horas**.
 15. Todas as competições tem que ser confirmadas no secretariado, **até 45 minutos antes da hora prevista para a sua realização**. Caso os atletas não procedam a esta confirmação, não serão aceites em competição.
 16. As melhores marcas a indicar nas fichas de inscrição para a constituição das séries nas provas de corridas, deverão corresponder a resultados obtidos na época atual ou na anterior;
 17. Os atletas autorizados pela Associação Coordenadora a participarem como extra na competição não terão acesso às finais.
 18. O concurso do Salto com Vara será realizado conjuntamente com o Campeonato Absoluto do Norte a disputar nos dias **29 e 30 de Julho de 2019**.
 19. O participante, ao proceder à inscrição nesta competição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada em fotografias/imagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais da competição.
-



ZONA NORTE 2019

Plano de Desenvolvimento de Atletismo

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

Campeonato de Juniores do Norte

Quarta-feira – 19 de junho de 2018

Estádio 1º de Maio, Braga

PROGRAMA-HORÁRIO – 1ª JORNADA

| HORA | PROVA | ESCALÃO | SEXO | OBSERVAÇÕES |
|-------|--------------|-----------|------|---|
| 20h00 | 400 m barr | Juv / Jun | Fem | Séries (0,76 -45,00/35,00/40,00) |
| 20h00 | Martelo | Juv / Jun | Masc | 6kg – Centro de Lançamentos Dr. Braga dos Anjos |
| 20h00 | Martelo | Juv / Jun | Fem | 4kg – Centro de Lançamentos Dr. Braga dos Anjos |
| 20h00 | Comprimento | Juv / Jun | Masc | Tábua 2 m |
| 20h10 | 400 m barr | Juv / Jun | Masc | Séries (0,91 -45,00/35,00/40,00) |
| 20h25 | 100 m | Juv / Jun | Fem | Eliminatórias ou Final |
| 20h35 | 100 m | Juv / Jun | Masc | Eliminatórias ou Final |
| 20h50 | 1500 m | Juv / Jun | Fem | Séries |
| 21h00 | 1500 m | Juv / Jun | Masc | Séries |
| 21h00 | Triplo | Juv / Jun | Fem | Tábua 9 m |
| 21h00 | Altura | Juv / Jun | Masc | Final b) |
| 21h00 | Peso | Juv / Jun | Masc | 6 Kg |
| 21h15 | 100 m | Juv / Jun | Fem | Final |
| 21h20 | 100 m | Juv / Jun | Masc | Final |
| 21h30 | 5000 m | Juniores | Masc | Séries |
| 21h50 | 3000 m Obst. | Juniores | Fem | Séries - 0,76 |
| 22h10 | 400 m | Juv / Jun | Fem | Séries |
| 22h10 | Dardo | Juv / Jun | Fem | Final – 600 g |
| 22h20 | 400 m | Juv / Jun | Masc | Séries |
| 22h30 | 4x100 m | Juv / Jun | Fem | Séries |
| 22h40 | 4x100 m | Juv / Jun | Masc | Séries |
| 22h50 | 10 000 Mx | Juv / Jun | Masc | Pista 1 |
| 22h50 | 10 000 Mx | Juv / Jun | FEM | Pista 5 |

a) Altura (F): 1,25 (+5)... -> (com 5 atletas de 3cm em 3cm)

b) Altura (M): 1,40 (+ 5)... -> (com 5 atletas de 3cm em 3cm)



ZONA NORTE 2019

Plano de Desenvolvimento de Atletismo

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

Quarta-feira – 26 de junho de 2018

Estádio 1º de Maio, Braga

PROGRAMA-HORÁRIO – 2ª JORNADA

| HORA | PROVA | ESCALÃO | SEXO | OBSERVAÇÕES |
|-------|--------------|-----------|------|---|
| 20h00 | 3000 m Obst. | Juniores | Masc | Séries - 0,91 m |
| 20h00 | Disco | Juv / Jun | Fem | 1 Kg - Centro de Lançamentos Dr. Braga dos Anjos |
| 20h00 | Disco | Juv / Jun | Masc | 1,750kg – Centro de Lançamentos Dr. Braga dos Anjos |
| 20h15 | 3000 m | Juv / Jun | Fem | Séries |
| 20h30 | 3000 m | Juv / Jun | Masc | Séries |
| 20h30 | Comprimento | Juv / Jun | Fem | Tábua 2 m |
| 20h45 | 200 m | Juv / Jun | Fem | Eliminatórias ou Final |
| 20h55 | 200 m | Juv / Jun | Masc | Eliminatórias ou Final |
| 21h10 | 100 m Barr | Juv / Jun | Fem | 0,84 m – Elim ou Final |
| 21h20 | 110 m Barr | Juv / Jun | Masc | 1,00 m – Elim ou Final |
| 21h30 | 800 m | Juv / Jun | Fem | Séries |
| 21h30 | Triplo | Juv / Jun | Masc | Tábua 11 m |
| 21h30 | Altura | Juv / Jun | Fem | Final a) |
| 21h30 | Peso | Juv / Jun | Fem | 4 Kg |
| 21h40 | 800 m | Juv / Jun | Masc | Séries |
| 21h30 | 200 m | Juv / Jun | Fem | Final |
| 21h30 | Dardo | Juv / Jun | Masc | Final - 800 g |
| 21h40 | 200 m | Juv / Jun | Masc | Final |
| 21h50 | 100 m Barr | Juv / Jun | Fem | 0,84 m – Final |
| 22h00 | 110 m Barr | Juv / Jun | Masc | 1,00 m – Final |
| 22h10 | 4x400 m | Juv / Jun | Fem | Séries |
| 22h20 | 4x400 m | Juv / Jun | Masc | Séries |

O Concurso de Salto com Vara, será realizado conjuntamente com o Campeonato Absoluto do Norte nos dias 29 e 30 de Junho.

A inscrição para a participação na prova de salto com vara tem que ser feita juntamente com as restantes inscrições (16 de junho de 2019).