

TRIATLO TÉCNICO JOVEM

ZONA NORTE

ALTICE FORUM BRAGA | 17 DE FEVEREIRO DE 2024



PROGRAMA HORÁRIO:

Hora	Prova			Observações	
Sábado, 17 de fevereiro de 2024					
09:30	60m barreiras 0,91	M	S18	Triatlo	13,72/9,14/9,72
	Altura	F	S18	Triatlo	1,16; sobe de 4 em 4cm
	Comprimento	F	S14	Triatlo	Tábua a 2 metros
	Peso 3kg	M	S14	Triatlo	
	Peso 3kg	F	S16	Triatlo	
09:45	60m barreiras 0,84	M	S16	Triatlo	13,00/8,50/13,00
10:00	50 metros	F	S12	Extra	(16 atletas)
10:10	50 metros	M	S12	Extra	(16 atletas)
10:20	60 metros	F	S14	Extra	(16 atletas)
10:35	60 metros	F	Sub14	Triatlo	
	Comprimento	M	Sub16	Triatlo	Tábua a 2 metros
	Peso 5kg	M	Sub18	Triatlo	
10:45	60 metros	M	Sub14	Triatlo	
10:55	60 metros	M	S14	Extra	(16 atletas)
11:05	500 metros	F	S12	Extra	(20 atletas)
11:15	500 metros	M	S12	Extra	(20 atletas)
11:25	60m barreiras 0,76	F	S16	Triatlo	12,00/8,00/8,00
11:40	60m barreiras 0,76	F	S18	Triatlo	13,00/8,50/13,00
	Comprimento	M	S14	Triatlo	Tábua a 2 metros
	Peso 4kg	M	S16	Triatlo	
	Peso 2kg	F	S14	Triatlo	
	Altura	M	S18	Triatlo	1,30; sobe de 4 em 4 Cm
12:00	600 metros	F	S14	Extra	(20 atletas)
12:20	600 metros	M	S14	Extra	(20 atletas)
12:45	Comprimento	F	S16	Triatlo	Tábua a 2 metros
	Peso 3kg	F	S18	Triatlo	

TRIATLOS:

Sub-14 Feminino	S. Comprimento	60 metros	L. Peso 2kg
Sub-14 Masculino	L. Peso 3kg	60 metros	S. Comprimento
Sub-16 Feminino	L. Peso 3kg	60m barreiras 0.76	S. Comprimento
Sub-16 Masculino	60m barreiras 0.84	S. Comprimento	L. Peso 4kg
Sub-18 Feminino	S. Altura	60m barreiras 0.76	L. Peso 3kg
Sub-18 Masculino	60m barreiras 0.91	L. Peso 5kg	S. Altura

TRIATLO TÉCNICO JOVEM

ZONA NORTE

ALTICE FORUM BRAGA | 17 DE FEVEREIRO DE 2024



REGULAMENTO:

1 - Competição: A disputar na pista de atletismo do Altice Forum Braga, em Braga, na manhã do dia 17 de fevereiro de 2024.

- Em simultâneo serão disputadas algumas provas extra para os escalões de sub-12 e sub-14.

2 - Participação: A competição destina-se a atletas dos escalões de Sub-14, Sub-16 2 Sub-18, convocados pelas Associações Regionais da Zona Norte, num máximo de 3 atletas de cada seleção por prova.

- Apenas será possível a participação de atletas extras em situação extraordinária, devidamente justificada e a analisar pelos DTRs.

3 - Inscrições: Realizadas obrigatoriamente na plataforma online FPA Competições (<https://fpacompeticoes.pt/2/associacao>), até:

- 14 de janeiro de 2024 (quarta-feira).
- De forma gratuita.

4 – Melhores marcas: No momento da inscrição, os atletas deverão indicar a melhor marca obtida na prova em que se inscrevem, no período de 1 de novembro de 2022 à data da competição. Caso não apareça a indicação da melhor marca, os atletas devem comprovar obrigatoriamente a marca que colocaram, indicando em “Notas” o local e data de obtenção da marca ou, em alternativa, fazer upload de um comprovativo da mesma. Marcas que não sejam devidamente comprovadas não serão consideradas.

5 – Atletas admitidos: A participação nesta competição (provas extra) está limitada a um máximo de atletas por prova. A seleção dos atletas será realizada com base nas marcas de inscrição validadas e segundo os critérios: 1º - Atletas da AAB (até atingir o nº máximo); 2º (caso o 1º critério não atinga o nº máximo de atletas definido para a prova) – Outros atletas (independentemente da sua Associação) segundo as melhores marcas de inscrição.

A lista de atletas admitidos em competição será divulgada durante o dia 15 de fevereiro.

TRIATLO TÉCNICO JOVEM ZONA NORTE

ALTICE FORUM BRAGA | 17 DE FEVEREIRO DE 2024



- O Departamento Técnico da AAB, em conjunto com os restantes DTR's da Zona Norte, reserva-se no direito de autorizar a participação de outros atletas que possam não ter acesso, pelo critério acima mencionado, sempre que achar adequado.

6 – Dorsais: Todos atletas da Zona Norte deverão utilizar o **dorsal de época da sua Associação.**

- Atletas que tenham perdido ou esquecido o dorsal anual, pagarão 1,5 euros por dorsal para utilizar na competição;
- Aos atletas extra Zona Norte ser-lhes-á atribuído um dorsal para uso exclusivo na competição;

7 - Confirmações: Todos os atletas devem efetuar a confirmação de presença em todas as provas em que participam, **até 1 hora antes das respetivas provas.**

As confirmações são realizadas online, em FPA Competições, por método idêntico às inscrições, a partir das 20h do dia anterior à competição. Depois de confirmarem presença, os atletas devem verificar se na lista de inscritos aparece CONFIRMADO.

Um atleta que não confirme a sua participação, não será admitido em competição.

Os atletas das provas combinadas apenas necessitam de efetuar uma confirmação.

8 - Câmara de Chamada: Todos os atletas devem apresentar-se na Câmara de Chamada até:

- 1 hora antes do início do salto com vara;
- 45 minutos antes do início dos concursos (Saltos e Lançamentos);
- 15 minutos antes do início das corridas.

9 – Penalizações: Serão impedidos de participar em futuras competições organizadas pela AAB, atletas que não tenham pago o valor relativo ao seu incumprimento:

- Confirmam a sua presença e não compareçam à respetiva prova, sem justificação válida - 5 euros;
- Se inscrevam e não compareçam à respetiva prova, sem aviso prévio de falta (até 24h antes do início da competição) - 3 euros.

TRIATLO TÉCNICO JOVEM

ZONA NORTE

ALTICE FORUM BRAGA | 17 DE FEVEREIRO DE 2024



10 – Normas Técnicas:

- Progressão das fasquias do salto em altura:
 - Sub-18 femininos: 1,20; 1,24; ... sobe de 4 em 4 cm
 - Sub-18 masculinos: 1,36; 1,40; ... sobe de 4 em 4 cm
- Salto em comprimento: Tábua a 2 metros

11 - Escalões: Os escalões etários a vigorar serão os referentes ao ano civil de 2024:

- Sub-12: Atletas nascidos em 2013 e 2014;
- Sub-14: Atletas nascidos em 2011 e 2012;
- Sub-16: Atletas nascidos em 2009 e 2010;
- Sub-18: Atletas nascidos em 2007 e 2008;

12 - Responsabilidade: a inscrição na competição implica o conhecimento e aceitação do risco de saúde inerente à participação, sendo a decisão tomada em consciência pelo próprio atleta ou pelo seu representante legal;

13 - Outros:

- Todos os atletas deverão ter o seguro desportivo e exame médico desportivo devidamente atualizado;
- Os atletas deverão ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para correta colocação do dorsal;
- 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;
- A organização da competição reserva-se ao direito de antecipar o programa horário em pelo menos 20 (vinte) minutos, caso o desenrolar da competição assim o necessite. Esta antecipação será anunciada com pelo menos 50 (cinquenta) minutos relativamente ao horário original;
- Os casos omissos neste regulamento serão decididos pelo Delegado Técnico e Diretor da Competição, em concordância com o Regulamento Geral de Competições.
- Eventuais atualizações deste regulamento serão publicadas em www.aabraga.pt;

TRIATLO TÉCNICO JOVEM

ZONA NORTE

ALTICE FORUM BRAGA | 17 DE FEVEREIRO DE 2024



IMPORTANTE: Normas gerais para as competições no Altice Forum Braga:

De forma a preservarmos o bom estado das instalações do Altice Forum Braga, durante o decorrer das provas de pista coberta, apela-se a todos os atletas, treinadores, dirigentes e demais agentes desportivos para o cumprimento e respeito pelas seguintes condições:

- 1 - Os atletas só podem andar com os sapatos de bicos calçados nas zonas de competição, ou seja, dentro da pista, nos locais de competição e respetivas zonas de aquecimento, devidamente protegidas com placas de borracha.
- 2 - É expressamente proibida terem os sapatos de bicos calçados na zona das bancadas, pois são em madeira e facilmente serão provocados danos nas mesmas.
- 3 - Nos corredores do piso superior, só é autorizado o aquecimento com sapatilhas, sendo absolutamente proibido passarem nesta zona com sapatos de bicos.
- 4 - O acesso dos atletas aos locais de competição será pela câmara de chamada, obrigatoriamente. Quem saltar as grades de proteção para se dirigir para o local de partida ou início do seu concurso será de imediato desclassificado.
- 5 - Qualquer dano no piso causado pela desobediência ao aqui estipulado, será imputado aos atletas e respetivos clubes e, em última instância, às associações regionais que estes representam. As sanções implicam o pagamento dos danos causados, assim como o impedimento de participação em competições futuras realizadas nestas instalações.

Acessos e fluxos no pavilhão do Altice Forum Braga em dias de competição:

TRIATLO TÉCNICO JOVEM ZONA NORTE

ALTICE FORUM BRAGA | 17 DE FEVEREIRO DE 2024

