



CAMPEONATO DO NORTE SUB18

CAMPEONATOS REGIONAIS SUB18

Braga – Porto – Vila Real – Viana do Castelo

16 de maio de 2026 – Sábado
Complexo Desportivo de Lousada



HORA	PROVA	ESCALÃO	GÉNERO	OBSERVAÇÕES
15h00	100 m	Sub16/Sub18	Mas	Eliminat. ou Final
	Martelo - 3 kg	Sub16/Sub18	Fem	
	Dardo - 700 g	Sub16/Sub18	Mas	
	Altura	Sub16/Sub18	Fem	a)
	Comprimento	Sub16/Sub18	Mas	
15h20	100 m	Sub16/Sub18	Fem	Eliminat. ou Final
15h40	400 m	Sub18	Fem	Séries
15h50	400 m	Sub18	Mas	Séries
16h00	2 000 m Obst (0,76 m)	Sub18	Fem	Séries
16h15	2 000 m Obst (0,84 m)	Sub18	Mas	Séries
16h30	100 m	Sub16/Sub18	Mas	Final - B
16h35	100 m	Sub16/Sub18	Mas	Final - A
16h40	100 m	Sub16/Sub18	Fem	Final - B
16h45	100 m	Sub16/Sub18	Fem	Final - A
	Peso - 5 kg	Sub16/Sub18	Mas	
	Dardo - 500 g	Sub16/Sub18	Fem	
	Vara	Sub16/Sub18	Mas	b)
	Comprimento	Sub16/Sub18	Fem	
16h55	1 500 m	Sub16/Sub18	Fem	Séries
17h10	1 500 m	Sub16/Sub18	Mas	Séries
17h25	4 x 100 m	Sub16/Sub18	Fem	Séries
17h45	4 x 100 m	Sub16/Sub18	Mas	Séries
18h15	5 000 m Marcha	Sub16/Sub18	Fem	Pista 1 a 3
	5 000 m Marcha	Sub16/Sub18	Mas	Pista 4 a 6

a) **Altura** - A altura da fasquia inicia a 1,15 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 1,90 m, sobe de 10 em 10 cm até ficarem 3 atletas e, depois, de 5 em 5 cm.



CAMPEONATO DO NORTE SUB18

CAMPEONATOS REGIONAIS SUB18

Braga – Porto – Vila Real – Viana do Castelo

17 de maio de 2026 – Domingo
Complexo Desportivo de Lousada



HORA	PROVA	ESCALÃO	GÉNERO	OBSERVAÇÕES
9h30	110 m Bar (0,91 m)	Sub16/Sub18	Mas	Elimin. ou Final – 13,72-9,14-14,02
	Martelo - 5 kg	Sub16/Sub18	Mas	
	Disco - 1 kg	Sub16/Sub18	Fem	
	Altura	Sub16/Sub18	Mas	c)
	Triplo Salto	Sub16/Sub18	Mas	Tábuas: 9 m e 11 m
9h45	100 m Bar (0,76 m)	Sub16/Sub18	Fem	Elimin. ou Final – 13,00-8,50-10,50
10h00	3 000 m	Sub18	Fem	Séries
10h20	3 000 m	Sub18	Mas	Séries
10h40	800 m	Sub16/Sub18	Fem	Séries
10h55	800 m	Sub16/Sub18	Mas	Séries
11h10	110 m Bar (0,91)	Sub16/Sub18	Mas	Final - B
11h15	110 m Bar (0,91)	Sub16/Sub18	Mas	Final - A
	Peso - 3 kg	Sub16/Sub18	Fem	
	Disco - 1,5 kg	Sub16/Sub18	Mas	
	Vara	Sub16/Sub18	Fem	d)
	Triplo Salto	Sub16/Sub18	Fem	Tábuas: 8 m e 9 m
11h20	100 m Bar (0,76 m)	Sub16/Sub18	Fem	Final - B
11h25	100 m Bar (0,76 m)	Sub16/Sub18	Fem	Final - A
11h35	200 m	Sub16/Sub18	Fem	Séries
11h40	200 m	Sub16/Sub18	Mas	Séries
11h55	400 m Bar (0,76 m)	Sub18	Fem	Séries - 10 B: 45,0-35,0-40,0
12h05	400 m Bar (0,84 m)	Sub18	Mas	Séries - 10 B: 45,0-35,0-40,0
12h15	Estafeta Medley	Sub16/Sub18	Fem	Séries (100 m - 200 m - 300 m - 400 m)
12h30	Estafeta Medley	Sub16/Sub18	Mas	Séries (100 m - 200 m - 300 m - 400 m)

c) **Altura** - A fasquia inicia a 1,30 m, sobe de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas e, depois, de 3 em 3 cm.

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



CAMPEONATO DO NORTE SUB18

CAMPEONATOS REGIONAIS SUB18

Braga – Porto – Viana do Castelo

16 e 17 de maio de 2026
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.**
- 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 14 de maio.**
 - ii) As inscrições devem ser confirmadas na mesma plataforma até 50 minutos de antecedência da prova.**