



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE SANTARÉM

Comunicado nº 08 – 2024-2025

## TRIATLO TÉCNICO JOVEM DISTRITAL

### 1ª JORNADA - INFANTIS + PROVAS EXTRA

ALPIARÇA – Nave Desportiva

Sábado 11.01.25

INF.FEM.	INF.MASC.	P.Extra FEM.	P.Extra MASC.
60 M.	60 M.	60 M.	60 M.
Comprimento	Comprimento	Comprimento	Altura
Peso 2kg.	Peso 3kg.		

#### PROGRAMA-HORÁRIO:

15.00	-	60 M.	INF.MASC.	Triatlo
	-	Comprimento	Juv,Jun.Sen. FEM.	Tabua 3 m
	-	Altura	Juv,Jun,Sen. MASC.	a)
15.15	-	60 M.	INF.FEM.	Triatlo
15.45	-	Comprimento	INF.MASC.	Triatlo -Tábua 2m
15.50	-	Peso 2kg.	INF.FEM.	Triatlo
16.10	-	60 M.	Juv,Jun,Sen. FEM.	P.Extra - Séries
16.20	-	60 M.	Juv,Jun,Sen. MASC.	P.Extra - Séries
17.00	-	Comprimento	INF.FEM.	Triatlo -Tábua 2m.
	-	Peso 3kg	INF.MASC.	Triatlo

a) Inicia a 1,40, sobe de 5 em 5cm até 1,60 e depois de 3 em 3 cm.

#### REGULAMENTO:

- 1- Os atletas apenas poderão competir nas provas do seu escalão.
- 2- No Triatlo de Infantis poderão participar **atletas nascidos entre 2012 e 2015.**
- 3- Será aplicado o RGC respeitante a Provas Combinadas.
- 4- O horário poderá ser alterado durante a competição mediante prévia informação aos participantes.
- 5- Haverá prémios para os primeiros classificados.

<sup>1</sup> A Associação na Internet em – [www.aasantarem.pt](http://www.aasantarem.pt)

# **TRIATLO TÉCNICO JOVEM DISTRITAL**

## **2ª JORNADA - INICIADOS (Sub16) / JUVENIS(Sub 18)**

**ALPIARÇA – Nave Desportiva**

**Domingo 12.01.25**

<b>INIC.FEM.</b>	<b>INIC.MASC.</b>	<b>JUV.FEM.</b>	<b>JUV.MASC.</b>
60 M.Barr.	60 M. Barr	60 M.Barr.	60 M.Barr.
Comprimento	Comprimento	Altura	Altura
Peso 3kg.	Peso 4kg.	Peso 3kg.	Peso 5kg.

### **PROGRAMA-HORÁRIO:**

09.30	-	60 M.Barr	JUV.MASC.	Séries
	-	Peso 3kg	INIC.FEM.	
	-	Comprimento	INIC.MASC.	Tábua 3m
09.45	-	60 M.Barr	JUV.FEM.	Séries
10.15	-	Altura	JUV.MASC.	a)
10.20	-	60 M.Barr.	INIC.FEM.	Séries
	-	Peso 3kg	JUV.FEM	
10.40	-	60 M.Barr	INIC.MASC.	Séries
11.20	-	Altura	JUV.FEM.	b)
	-	Peso 5kg	JUV.MASC.	
	-	Comprimento	INIC.FEM.	Tábua 3m.
11.30	-	Peso 4kg	INIC.MASC.	

a) Inicia-se a 1,30 e sobe sempre de 4 em 4 cm.

b) Inicia-se a 1,15 e sobe sempre de 4 em 4 cm.

### **REGULAMENTO:**

- 6- Os atletas apenas poderão competir nas provas do seu escalão.
- 7- Será aplicado o RGC respeitante a Provas Combinadas.
- 8- O horário poderá ser alterado durante a competição mediante prévia informação aos participantes.
- 9- Haverá prémios para os primeiros classificados.

### **NOTA:**

**PARA A CONSTITUIÇÃO DA SELEÇÃO DA AAS PARA O TRIATLO TÉCNICO NACIONAL, ESTE TORNEIO DISTRITAL SERÁ O MOMENTO DE AVALIAÇÃO MAIS IMPORTANTE, MAS NÃO O ÚNICO.**

INSCRIÇÕES NA PLATAFORMA ATÉ DIA 08-01