



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE CASTELO BRANCO

TRIATLO JOVEM DISTRITAL

11 de fevereiro de 2017

Local: Complexo Desportivo da Covilhã

PROGRAMA HORÁRIO

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Obs.
15:00	Salto em comprimento	Todos os escalões	Feminino	
	Salto em altura	Juvenis	Feminino	
	Lançamento do peso	Todos os escalões	Masculino	
	60 m	Juvenis	Masculino	
	60m	Juvenis	Feminino	
	60 m barreiras	Juvenis	Masculino	5 barreiras (0,914) 13,72/ 9,14/ 9,72
	60 m barreiras	Iniciados	Masculino	5 barreiras(0,84) 13/ 8,50/ 13
	60 m barreiras	Juvenis	Feminino	5 barreiras (0,76) 13/ 8,50/ 13
	60 m barreiras	Iniciados	Feminino	6 barreiras (0,76) 12/ 8/ 8
	60 m barreiras	Infantis	Masculino	6 barreiras (0,76) 12/ 7,50/ 10,50
	60 m barreiras	Infantis	Feminino	6 barreiras (0,76) 12/ 7/ 13
	60 m	Benjamins	Feminino	
	60 m	Benjamins	Masculino	
	Salto em comprimento	Todos os escalões	Masculino	
	Salto em altura	Juvenis	Masculino	
	Lançamento do peso	Todos os escalões	Feminino	

Observação: Tentar-se-á respeitar um intervalo de 30 minutos entre cada prova do triatlo.



Regulamento

1 - A Associação de Atletismo de Castelo Branco vai realizar, no dia 11 de fevereiro de 2017, o Triatlo Jovem Distrital.

2 - Este Torneio destina-se a atletas Benjamins, Infantis, Iniciados e Juvenis masculinos e femininos federados, na presente época, na Associação de Atletismo de Castelo Branco.

3 - Serão elaboradas classificações individuais por escalão/sexo e colectivas masculina e feminina. Para a classificação coletiva não conta o escalão de benjamins.

4 - O Triatlo será constituído pelas seguintes provas:

Benjamins	60m	Comprimento	Peso (2k)
Infantis	60m Bar	Comprimento	Peso
Iniciados	60m Bar	Comprimento	Peso
Juvenis (triatlo 1)	60m Bar	Altura	Peso
Juvenis (triatlo 2)	60m	Comprimento	Peso

5 - A altura inicial da fasquia assim como a sua forma de progressão será definida pelo DTR em função dos atletas presentes.

6 - No lançamento do Peso e Salto em Comprimento efectuam-se três ensaios.

7 - As inscrições deverão ser enviadas para a AACB até ao dia 9 de fevereiro de 2017.

Castelo Branco, 3 de fevereiro de 2017

O Director Técnico

Luís Oliveira