



# Associação Atletismo de Vila Real

## I TORNEIO DE PREPARAÇÃO

Vila Pouca de Aguiar

2025/2026

| Sábado, 24 de janeiro de 2026 |                    |   |              |                               |
|-------------------------------|--------------------|---|--------------|-------------------------------|
| Hora                          | Prova              |   |              | Observações                   |
| 15:00                         | 60m barreiras 0,91 | M | S18          | 5b a 0,914m (13,72-9,14-9,72) |
|                               | S. Comprimento     | M | S16          | Tábua:1m                      |
|                               | L. Peso            | F | S16          | 3kg                           |
| 15:15                         | 60m barreiras 0,84 | M | S16          | 5b a 0,84m (13-8,50-13)       |
|                               | S. Comprimento     | M | S10 a S12    | Sem Tábua                     |
|                               | L. Peso            | F | S14          | 2kg                           |
| 15:30                         | 60m barreiras 0,76 | F | S18          | 5b a 0,76m (13-8,50-13)       |
|                               | S. Altura          | M | S16/18       | Início-1,30m (+4cm)           |
|                               | S. Comprimento     | F | S10 a S12    | Sem Tábua                     |
| 15:45                         | 60m barreiras 0,76 | F | S16          | 6b a 0,76m (12-8-8)           |
|                               | L. Peso            | M | S18          | 5kg                           |
|                               | S. Comprimento     | F | S18/20       | Tábua-3m                      |
| 16:00                         | 60 metros          | M | S14          |                               |
|                               | L. Peso            | M | S16          | 4kg                           |
|                               | S. Comprimento     | F | S16          | Tábua:1m                      |
| 16:10                         | 60 metros          | F | Sub14        |                               |
| 16:15                         | S. Comprimento     | M | S18/20       | Tábua-3m                      |
|                               | S. Altura          | F | S16/18       | Início-1,10m (+4cm)           |
| 16:20                         | 50m                | F | S10 a S12    |                               |
| 16:30                         | S. Comprimento     | F | S14          | Tábua:1m                      |
|                               | L. Peso            | M | S14          | 3kg                           |
|                               | 50m                | M | S10 a S12    | Sem Blocos                    |
| 16:40                         | 200m               | M | S18/20/23    |                               |
| 16:50                         | 200m               | F | S18/20/23    |                               |
|                               | S. Comprimento     | M | S14          | Tábua:1m                      |
| 17:00                         | 1500 metros        | M | S18 a Master |                               |
| 17:10                         | 1500 metros        | F | S18 a Master |                               |



## *Regulamento*

- 1 *Provas disputadas na Pista de Atletismo do Complexo Desportivo Municipal de Vila Pouca de Aguiar, no dia 24 de janeiro de 2026, pelas 15:00h.*
- 2 *O I Torneio de Preparação é uma competição destinada a atletas individuais ou representantes de Clubes filiados na Associação de Atletismo de Vila Real, de ambos os géneros, nos escalões de Sub10 a Master.*
- 3 *As inscrições são efetuadas até 23 de janeiro de 2026 na plataforma: <https://fpacompeticoes.pt/> Todas as participações têm que ser obrigatoriamente confirmadas até às 14:00 horas do dia 24 janeiro na plataforma: <https://fpacompeticoes.pt/>*
- 4 *Normas Técnicas:*
  - *Cada atleta poderá inscrever-se em três provas.*
  - *Nos concursos todos os atletas terão direito a **4 tentativas**;*
  - *Haverá classificação individual.*
- 5 *Os escalões etários a considerar serão os que vigoram a partir de **1 de janeiro de 2026**, sendo os seguintes:*
  - *Sub-10: Atletas nascidos em 2017, 2018 e 2019;*
  - *Sub-12: Atletas nascidos em 2015 e 2016;*
  - *Sub-14: Atletas nascidos em 2013 e 2014;*
  - *Sub-16: Atletas nascidos em 2011 e 2012;*
  - *Sub-18: Atletas nascidos em 2009 e 2010;*
  - *Sub-20: Atletas nascidos em 2007 e 2008;*
  - *Seniores Atletas nascidos em 2006 e anteriores.*
- 6 *Todos os atletas deverão realizar a competição com o seu dorsal de época, caso não o possuam deverão solicitar o mesmo junto do secretariado. Todos os atletas deverão ter também o seguro desportivo e o exame médico desportivo devidamente atualizado.*
- 7 *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.*
- 8 *No restante respeitar-se-á o Regulamento Geral de Competições da FPA.*
- 9 *Os casos omissos a este regulamento serão apreciados pelo Departamento Técnico da A.A. de Vila Real.*
- 10 *Outros:*
  - *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.*