



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

**24.ºS TRIATLO TÉCNICO JOVEM
FINAL NACIONAL**

Braga, 31 de janeiro de 2026

24.ºs Triatlo Técnico Jovem – Final Nacional

Braga – Altice Fórum

31 de janeiro de 2026

1. PROGRAMA

Sábado - 31 de janeiro de 2026								
Horas	Prova	Género	El / Ser / Fin	Obs	Horário de apresentação na Câmara de Chamada			Horário de entrada na Pista
14:00	Altura	Fem	Sub-16	2 grupos	13:15	-	13:25	13:30
14:00	Peso (4 Kg)	Masc	Sub-16		13:15	-	13:25	13:30
14:00	60 m	Fem	Sub-14		13:35	-	13:45	13:50
14:30	60 m	Masc	Sub-14		14:05	-	14:15	14:20
14:50	Comprimento	Fem	Sub-14		-- --	-	-- --	-- --
15:20	Peso (3 Kg)	Masc	Sub-14		-- --	-	-- --	-- --
15:25	60 m Bar (0,84)	Masc	Sub-16		-- --	-	-- --	-- --
16:30	60 m Bar (0,76)	Fem	Sub-16		-- --	-	-- --	-- --
16:40	Altura	Masc	Sub-16	2 grupos	-- --	-	-- --	-- --
16:40	Peso (2 Kg)	Fem	Sub-14		-- --	-	-- --	-- --
17:00	Comprimento	Masc	Sub-14		-- --	-	-- --	-- --
18:00	Peso (3 Kg)	Fem	Sub-16		-- --	-	-- --	-- --

2. ELEGIBILIDADE E PARTICIPAÇÃO

- 2.1. O Triatlo Técnico Jovem é uma competição dirigida a atletas masculinos e femininos dos escalões de Sub-14 e Sub-16. Haverá uma fase distrital/regional aberta a escolas e clubes e uma Final Nacional destinada às seleções de Associações Distritais/Regionais.
- 2.2. Cada seleção é constituída por quatro (4) elementos: dois (2) do escalão Sub-14 (um de cada sexo) e dois (2) do escalão de Sub-16 (um de cada sexo).
- 2.3. Os atletas estrangeiros serão equiparados a portugueses desde que estejam matriculados numa escola portuguesa no ano letivo anterior à competição em questão, tendo em conta o seguinte:

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



RADIANT
Desde 1948

- a) O certificado de matrícula referente ao ano escolar 2024/2025 deve ser enviado por correio eletrónico, para o endereço portal@fpatletismo.pt, até segunda-feira da semana da competição.
- b) Não serão enquadrados no ponto 2.3 os atletas cujo certificado de matrícula indicado não seja rececionado dentro do prazo estipulado.
- c) **Os atletas estrangeiros que não sejam abrangidos pelo ponto 2.3. (isto é, se não estiveram matriculados numa escola portuguesa no ano letivo anterior) não serão autorizados a participar neste Torneio Nacional.**
- d) Os atletas que já tenham enviado o certificado de matrícula referente ao ano escolar 2024/2025 para efeitos de participação numa Competição do Quadro Competitivo Nacional 2026, dispensam o cumprimento do estipulado em 2.3. a).

3. REGULAMENTO TÉCNICO

- 3.1. O Triatlo Técnico Jovem para cada um dos escalões será constituído pelas seguintes provas:

MASCULINOS		FEMININOS	
SUB-14	SUB-16	SUB-14	SUB-16
60m	Peso (4kg)	60m	Altura
Peso (3kg)	60m Barreiras (84cm)	Comprimento	60m Barreiras (76cm)
Comprimento	Altura	Peso (2kg)	Peso (3kg)

- 3.2. As alturas iniciais do salto em altura serão decididas na reunião técnica da competição, sendo a progressão de 3 em 3 cm.

4. INSCRIÇÕES

- 4.1. As inscrições das Seleções Distritais / Regionais, para a final nacional, deverão ser feitas pelas Associações de Atletismo na plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até às 23:59 horas do dia 26 de janeiro de 2026.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



RADIANT
Desde 1948

- 4.2. Qualquer alteração de atletas em relação à inscrição inicial, deverá ser realizada, no secretariado técnico a funcionar na Pista, no próprio dia da competição, até 90 minutos antes da 1^a prova.
- 4.3. As inscrições deverão indicar (**no campo Observações**) a melhor marca de cada atleta realizada no ano de 2025 ou 2026 na prova de 60m ou 60m barreiras, para seriação dos atletas nessas corridas. Deve também ser indicada a marca de cada atleta Sub-16 no Salto em Altura, para constituição dos Grupos.
- 4.4. O Salto em Altura (Sub-16) será disputado, repartindo os atletas em 2 grupos, integrando o Grupo 1 os atletas com as marcas mais baixas e o Grupo 2 os atletas com as melhores marcas de inscrição.
- 4.5. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 19:00 horas da véspera da competição (sexta-feira) e até 90 minutos antes do início da primeira prova do Triatlo do respetivo escalão, em <https://fpacompeticoes.pt/> sendo necessário que cada associação faça o seu login para o efeito.
- 4.6. As associações que não possuem as credenciais de acesso a esta plataforma deverão solicitá-las para fpacompeticoes@fpatletismo.pt.

5. CLASSIFICAÇÕES

- 5.1. Haverá classificações individuais, por escalão e sexo, encontradas através do somatório das pontuações da tabela de provas combinadas, obtidos pelos atletas em cada uma das provas do Triatlo, sendo premiados os três primeiros em cada sexo.
- 5.2. Haverá igualmente uma classificação coletiva encontrada através do somatório das pontuações finais de todos os atletas (masculinos e femininos) de cada seleção.
- 5.3. Será também elaborada nos mesmos moldes, e com base nos resultados publicados pelas associações distritais/regionais, uma Classificação Nacional de

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



Clubes do Triatlo Técnico Jovem.

6. PRÉMIOS

- 6.1. Serão atribuídas medalhas aos 3 primeiros classificados por escalão e género.
- 6.2. Serão atribuídos troféus às três Associações mais bem classificadas do Triatlo Técnico Jovem.
- 6.3. Aos três clubes melhor classificados da Classificação Nacional de Clubes do Triatlo Técnico Jovem, serão atribuídos troféus durante a realização da final nacional do Torneio Nacional Triatlo Jovem.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



EUROPEAN ATHLETICS
YOUR SPORT FOR LIFE



INSTITUTO NACIONAL
DE JUVENTUDE E ESPORTE



COMITÉ OLÍMPICO
DE PORTUGAL



PARAOLÍMPICOS
PORTUGAL

PATROCINADORES



Vitalis



RADIANT
Desde 1948



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

MAIS Atletismo