

Organização:



CENTRO DE ATLETISMO DO PORTO  
DESDE 1974



# MEETING ATLETISMO

## Porto

António Ferreira

01 MAIO 2026  
09H00

Parque Desportivo de Ramalde

Apoio:



RAMALDE  
PREGUESIA



Vitalis  
AGUA MINERAL NATURAL

EVENT  
SPORT



WWW.CAPORTO.PT

**Data:** 01 de maio de 2026**Local:** Parque Desportivo de Ramalde**PROGRAMA-HORÁRIO****JORNADA DA MANHÃ**

HORA	PROVA	ESCALÃO	GÉNERO	OBSERV.
9:00	60 metros	SUB14	Fem.	Séries
	Arremesso de Bola	SUB12	Mas.	Sector norte - 3 ensaios
	Arremesso de Bola	SUB12	Fem.	Sector sul - 3 ensaios
9:30	60 metros	SUB14	Mas.	Séries
	Altura	SUB14	Fem.	a)
9:50	60 metros	SUB12	Fem.	Séries
10:15	60 metros	SUB12	Mas.	Séries
	Arremesso de Bola	SUB10	Mas.	Sector norte - 3 ensaios
	Arremesso de Bola	SUB10	Fem.	Sector sul - 3 ensaios
10:40	50 metros	SUB10	Fem.	Séries
11:00	50 metros	SUB10	Mas.	Séries
11:30	1000 metros	SUB14	Fem.	Séries
11:15	Comprimento	SUB14	Masc.	3 ensaios
11:45	1000 metros	SUB14	Mas.	Séries
11:55	600 metros	SUB12	Fem.	Séries
12:05	600 metros	SUB12	Mas.	Séries
12:15	500 metros	SUB10	Fem.	Séries
12:25	500 metros	SUB10	Mas.	Séries
12:45	4 x 60 m	SUB14	Fem.	Séries
13:00	4 x 60 m	SUB14	Mas.	Séries
13:15	4 x 60 m	SUB10 / SUB12	Mas./Fem.	Séries

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

**JORNADA DA TARDE**

HORA	PROVA	ESCALÃO	GÉNERO	OBSERV.
15:00	100 m Barreiras (0,84 m)	SUB16	Mas.	Séries (10B-13,00-8,50-10,50)
	Altura	SUB16	Mas.	a)
	Martelo	SUB16/SUB18	Fem.	4 ensaios
15:10	80 m Barreiras (0,76 m)	SUB16	Fem.	Séries (8B-12,00-8,00-12,00)
15:20	100 metros	SUB20	Fem.	Séries
15:30	100 metros	SUB20	Mas.	Séries
15:40	100 metros	SUB18	Mas.	Séries
15:55	100 metros	SUB18	Fem.	Séries
16:10	80 metros	SUB16	Fem.	Séries
	Vara	SUB18/SUB20	Mas./Fem.	b)
	Disco	SUB16/SUB18	Mas.	4 ensaios
16:25	80 metros	SUB16	Mas.	Séries
16:40	1000 metros	SUB16	Fem.	Séries
16:50	1000 metros	SUB16	Mas.	Séries
17:00	1500 metros	SUB18	Fem.	Séries
	Triplo Salto	SUB16	Fem.	4 ensaios
17:10	1500 metros	SUB18	Mas.	Séries
17:25	4x80 metros	SUB16	Fem.	Séries
17:40	4x80 metros	SUB16	Mas.	Séries
17:55	4x100 metros	SUB18	Fem.	Séries
18:10	4x100 metros	SUB18	Mas.	Séries
18:20	4x100 metros	SUB20	Fem.	Séries
18:30	4x100 metros	SUB20	Mas.	Séries

a) A altura da fasquia inicia a 1,20 m, sobe de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas e depois de 3 em 3 cm.

b) A altura da fasquia inicia a 2,00 m, sobe de 10 em 10 cm até ficarem 3 atletas e depois de 5 em 5 cm.

## REGULAMENTO

O **Meeting de Atletismo do Porto António Ferreira 2026** destina-se a atletas dos escalões de Sub10, Sub12, Sub14, Sub16, Sub18 e Sub20, em representação de clubes filiados na Associação de Atletismo do Porto, e a clubes de outras Associações convidados pela organização.

- a) Os atletas só poderão competir nas provas destinadas ao seu escalão etário (exceção das estafetas de 4x100 metros, nas quais os clubes poderão utilizar até dois atletas do escalão inferior).
- b) Os atletas poderão participar num máximo de 3 provas, desde que uma delas seja uma estafeta.
- c) Nas provas de Velocidade, as regras das falsas partidas serão aplicadas, em cada escalão, de acordo com o descrito no Regulamento Geral de Competições.
- d) Na estafeta de 4 x 60 metros do escalão de Sub10 e Sub12, cada clube apenas poderá participar com o máximo de TRÊS equipas. Cada equipa tem de ser composta por 2 raparigas e 2 rapazes e deverá ser composta por 2 atletas de cada escalão. A ordem dos atletas que compõe a equipa será obrigatoriamente efetuada da seguinte forma: 1º perc. - Sub10 fem. / 2º perc. - Sub10 mas. / 3º perc. - Sub12 fem. / 4º perc. - Sub12 mas.). Na zona de transmissão apenas será controlado o início da zona de transmissão.
- e) Nas restantes estafetas, cada clube apenas poderá participar com o máximo de DUAS equipas.
- f) Serão atribuídos prémios aos três primeiros classificados de cada prova, por escalão e género.
- g) Haverá prémio de presença para todos os participantes.
- h) À organização reserva-se o direito de solicitar aos atletas a apresentação do Cartão de Cidadão para confirmação do ano de nascimento, pelo que os atletas deverão fazer-se acompanhar dos respetivos documentos identificativos.
- i) As inscrições devem ser realizadas na plataforma de inscrições da Associação de Atletismo do Porto e terminam às 23:59 horas do dia 29 de abril de 2026.
- j) As participações têm de ser confirmadas até 60 minutos antes do horário de cada prova na mesma plataforma.
- k) A inscrição no evento implica o conhecimento e a aceitação das normas determinadas pela organização.
- l) Os dorsais a utilizar na competição serão fornecidos pela organização.
- m) No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da FPA, ou o que a organização do evento deliberar no dia da competição.