



COMUNICADO COMP - 2025/2026 - **REVISTO**

Triatlo Técnico Regional S16/S18

CAR JAMOR + Pista 2 - 11 de janeiro de 2026

CONFIRMAÇÃO	HORA	PROVA	GÉNERO	ESCALÃO	OBS.
12:00	13:00	Peso (4 Kg)	M	S16	GRUPO 1
12:00	13:00	Altura	F	S16	GRUPO 1
12:30	13:30	Peso (3 Kg)	F	S18	EXTERIOR
12:30	13:30	Altura	M	S18	EXTERIOR
13:15	14:15	Peso (3 Kg)	F	S16	GRUPO 2
13:30	14:30	Altura	M	S16	GRUPO 1
14:30	15:30	60m B (0,91m)	M	S18	
14:30	15:30	Peso (3 Kg)	F	S16	GRUPO 1
14:45	15:45	60m B (0,84m)	M	S16	GRUPO 1+2
14:45	15:45	Peso (5 Kg)	M	S18	EXTERIOR
15:00	16:00	60m B (0,76m)	F	S18	
15:10	16:10	60m	F	Sen	EXTRA
15:20	16:20	60m	M	Sen	EXTRA
15:20	16:20	Altura	F	S18	EXTERIOR
15:35	16:35	60m B (0,76m)	F	S16	GRUPO 1+2
16:00	17:00	Peso (4 Kg)	M	S16	GRUPO 2
16:00	17:00	Altura	F	S16	GRUPO 2
17:30	18:30	Altura	M	S16	GRUPO 2

* Grupos de trabalho na tabela em baixo (Pág 3)



REGULAMENTO:

1 – PARTICIPAÇÃO:

Atletas filiados na época desportiva 2025/2026, em representação de clubes ou com filiação individual;
Cada atleta só poderá participar na prova do seu escalão.
1.1 Os atletas do Triatlo Técnico têm de participar obrigatoriamente nas três provas destinadas ao seu escalão e género.

2 – O número de atletas aceites na competição, será de acordo com o número que o programa horário comporte de modo a que o mesmo seja exequível.

A Organização reserva-se no direito de excluir atletas da competição que não cumpram o estipulado no regulamento da competição e/ou regulamento geral de competições da FPA.

2 – INSCRIÇÕES:

Devem ser efetuadas na plataforma - competicoes.aalisboa.com.pt, até dia 6 de janeiro de 2026 (terça-feira);
Não serão aceites inscrições via email;
A inscrição na plataforma não garante a aceitação dos atletas no evento.

3 – ALTURA E PROGRESSÃO DAS FASQUIAS:

Progressão da fasquia de 4 em 4 cm.
S16 F: 1,10 (+ 4 cm)
S16 M: 1,20 (+ 4 cm)
S18 F: 1,20 (+ 4 cm)
S18 M: 1,40 (+ 4 cm)

4 – ENSAIOS:

4.1 Nos saltos e nos lançamentos, cada atleta realizará 3 (três) ensaios.

5 – CLASSIFICAÇÃO/PRÉMIOS:

Haverá classificação individual por escalão e género e medalhas para os três primeiros classificados em cada um dos Triatlos.
5.1 - Individual: somatório dos pontos obtidos pelos atletas nas provas individuais utilizando a Tabela de Pontuação de Provas Combinadas, da FPA.
5.2 - Coletiva: somando as pontuações obtidas pelos melhores representantes de cada clube nas 6 categorias (S14/S16 e S18, masculinos e femininos).
A competição será realizada com as normas vigentes para a realização de provas combinadas em pista coberta.
A pontuação dos S14 será somada após a realização do respetivo evento.

6 – CASOS OMISSOS:

Casos omissos serão resolvidos de acordo com o Manual Técnico da WA, Regulamento Geral de Competições e Regulamento Geral de Competições para Jovens da FPA.

7 – PROVAS com CORRIDAS de BARREIRAS

Femininos

Escalão	Distância	Nº Barr	Altura	Dist 1ª Barr	Entre Barr	Últ à meta
S16	60 PC	6	0,76	12	8	8
S18	60 PC	5	0,76	13	8,5	13

Masculinos

Escalão	Distância	Nº Barr	Altura	Dist 1ª Barr	Entre Barr	Últ à meta
S16	60 PC	5	0,84	13	8,5	13
S18	60 PC	5	0,91	13,72	9,14	9,72

8 – PROVAS de LANÇAMENTOS

Femininos

Escalão	Peso
S16	3 kg
S18	3 kg

Masculinos

Escalão	Peso
S16	4 kg
S18	5 kg

9 – PROVAS de SALTOS HORIZONTAIS

Femininos

Escalão	S16	S18
Comprimento Tábua	3	3

Masculinos

Escalão	S16	S18
Comprimento Tábua	3	3

A Direção
7 de janeiro de 2026



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

Rua Rodrigo da Fonseca 56, Lisboa | 21 386 18 11 | @AtletismoLisboa | lisboa@fpattelismo.pt



GRUPO 1 - S16 FEMININOS				
Daniela Dantas	SCP	F	Sub16	1738
Joana Maria Silva	SCP	F	Sub16	1709
Leonor Franco	SCP	F	Sub16	1077
Carlota Aguiar	SCP	F	Sub16	1040
Mariana Paço	SCP	F	Sub16	923
Byanca Carvalho	SCP	F	Sub16	
Caetana Pereira	SLB	F	Sub16	
Carlota Macedo	SCP	F	Sub16	
Catarina Lima	SCP	F	Sub16	
Clara André	ACRM	F	Sub16	
Elisa Mosso	IFC	F	Sub16	
Inês Luís	ACRM	F	Sub16	
Joana Lúcio	SCP	F	Sub16	
Jocelina Cabral	SCP	F	Sub16	
Josefa Da Costa	SCP	F	Sub16	
GRUPO 2 - S16 FEMININOS				
Laura Anes	SCP	F	Sub16	
Leonor Oliveira	CFB	F	Sub16	
Leonor Rosa	SCP	F	Sub16	
Manuela Gonçalves	SCP	F	Sub16	
Margarida Serrinha	SCP	F	Sub16	
Maria Homens	UDPF	F	Sub16	
Mariana Carvalho	SCP	F	Sub16	
Mariana Sousa	UDPF	F	Sub16	
Matilde Bento	AFS	F	Sub16	
Matilde Noéme	AFS	F	Sub16	
Olivia Bonacchi	CFB	F	Sub16	
Regina Hernandez	SCP	F	Sub16	
Remi Pearl Cookman	SCP	F	Sub16	
Sophie Cornish	SCP	F	Sub16	
Yulia Savchenko	SCP	F	Sub16	
GRUPO 1 - S16 MASCULINOS				
Diogo Madeira	SCP	M	Sub16	1471
Luca Monteiro	AFS	M	Sub16	1279
Guilherme Albergaria	AFS	M	Sub16	1057
Santiago Simão	AFS	M	Sub16	1008
Afonso Calado	CFB	M	Sub16	
Ángel Lara	SCP	M	Sub16	
Artemii Iova	CFB	M	Sub16	
Chester Oliveira	SCP	M	Sub16	
Diego Sanchez	SCP	M	Sub16	
Francisco Amaral	CFB	M	Sub16	
Guilherme Henriques	ACRM	M	Sub16	
Lourenço Carvalho	SCP	M	Sub16	
Lucas Duarte	CFB	M	Sub16	
Miguel Veiga	SCP	M	Sub16	
GRUPO 2 - S16 MASCULINOS				
Noah Luvili	SLB	M	Sub16	
Pedro Gomes	UDPF	M	Sub16	
Pedro Quadé	SCP	M	Sub16	
Rafael Garibaldi	SCP	M	Sub16	
Rodrigo Costa	SCP	M	Sub16	
Rodrigo Evangelista	ACRM	M	Sub16	
Rodrigo Relvas	SCP	M	Sub16	
Rúben Fortes	SCP	M	Sub16	
Santiago Pombeiro	ACRM	M	Sub16	
Sergei Aglichev	SCP	M	Sub16	
Tiago Almeida	CFB	M	Sub16	
Vicente Pereira	AFS	M	Sub16	
Xavier Cruz	SCP	M	Sub16	
Yehor Nosov	CFB	M	Sub16	

Parceiros Institucionais:



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

Patrocinadores:

