



COMUNICADO COMP - 2025/2026

Triatlo Técnico Regional S14

CAR JAMOR - 24 de janeiro de 2026

CONFIRMAÇÃO	HORA	PROVA	GÉNERO	ESCALÃO	OBS.
12:30	13:30	Peso (2 Kg)	F	S14	GRUPO 1
13:45	14:45	Peso (2 Kg)	F	S14	GRUPO 2
14:00	15:00	60m	F	S14	GRUPO 1
14:15	15:15	Comprimento	M	S14	GRUPO 4
14:45	15:45	Comprimento	F	S14	GRUPO 1
14:45	15:45	60m	M	S14	GRUPO 5
15:00	16:00	Peso (2 Kg)	F	S14	GRUPO 3
15:30	16:30	60m	M	S14	GRUPO 4
15:45	16:45	Comprimento	M	S14	GRUPO 5
15:45	16:45	60m	F	S14	GRUPO 2
16:15	17:15	Peso (3 Kg)	M	S14	GRUPO 4
16:30	17:30	60m	F	S14	GRUPO 3
16:45	17:45	Comprimento	F	S14	GRUPO 2
17:15	18:15	Comprimento	F	S14	GRUPO 3
17:15	18:15	Peso (3 Kg)	M	S14	GRUPO 5

* Grupos de trabalho no quadro abaixo



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.

Os atletas aceites na competição será de acordo com o número que o programa horário comporte para que o mesmo seja exequível. Para isso seguiremos os seguintes critérios de seleção:

- 1 – Atletas da AAL
- 2 – Melhores marcas

2 – INSCRIÇÕES:

Devem ser efetuadas na plataforma - competicoes.aalisboa.com.pt, até dia - 06 de janeiro de 2026 (terça-feira);
Não serão aceites inscrições via email;

3 – ENSAIOS:

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

4 – 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.

5 – 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.

6 – PROVAS de LANÇAMENTOS

Femininos

Escalão	Peso
S14	2 kg

Masculinos

Escalão	Peso
S14	3 kg

7 – PROVAS de SALTOS HORIZONTAIS*

Femininos

Escalão	S14
Comprimento Tábu	1

Masculinos

Escalão	S14
Comprimento Tábu	1

A Direção 12/01/2026

GRUPO 1			
Beatriz Barreto	AM1J	F	Sub14
Leonor Jorge	SCP	F	Sub14
Daryla Viegas	ACRM	F	Sub14
Emma Esik	SCP	F	Sub14
Maria Mel Correia	IND-LX	F	Sub14
Márcia Canelhas	SCP	F	Sub14
Margarida Costa	SCP	F	Sub14
Alice Antunes	SCP	F	Sub14
Aliyah Marks	SCP	F	Sub14
Amélia Amorim	SCP	F	Sub14
Ariana Borges	SCP	F	Sub14
Beatriz Borges	ACRM	F	Sub14
Benedita Duarte	SCP	F	Sub14
Bruna Falardo	SCP	F	Sub14
Carolina Lanceiro	IND-LX	F	Sub14
Carolina Vallecillos	SCP	F	Sub14
Clara Bairos	ACRM	F	Sub14
Constança Dantas	SCP	F	Sub14
Constança Lima	AFS	F	Sub14
Constança Santos	SCP	F	Sub14
GRUPO 2			
Daniela Sereno	SCP	F	Sub14
Daniela Valadas	AFS	F	Sub14
Djamila té	UDPF	F	Sub14
Eduarda Duarte	SCP	F	Sub14
Elia Abelha	CFB	F	Sub14
Elynice Carvalho	SCP	F	Sub14
Eva Martins	SCP	F	Sub14
Eva Nascimento	SLB	F	Sub14
Francisca Quintas	CFB	F	Sub14
Helena Bordonhos	SLB	F	Sub14
Helena Velez	CFB	F	Sub14
Inês Proença	SCP	F	Sub14
Iris Nogueira	ACRM	F	Sub14
Isabel Pinto	SCP	F	Sub14
Joana Coelho	SCP	F	Sub14
Joana Nunes	SCP	F	Sub14
Juliette Laurent	CFB	F	Sub14
Kelly Correia	IFC	F	Sub14
Laura Vilela	SCP	F	Sub14
Leonor Marques	CFB	F	Sub14
Leonor Soares	AFS	F	Sub14

GRUPO 3			
Lila li	SCP	F	Sub14
Luísa Coutinho	SLB	F	Sub14
Mafalda Alves	UDPF	F	Sub14
Margarida Ferreira	SLB	F	Sub14
Maria Carvalha	SCP	F	Sub14
Maria Evangelista	ACRM	F	Sub14
Maria Leticia Pop	SCP	F	Sub14
Maria Nogueira	SCP	F	Sub14
Maria Oliveira	AFS	F	Sub14
Maria Rita Varandas	UDPF	F	Sub14
Mariana Luz	SCP	F	Sub14
Mariia Dziuba	SLB	F	Sub14
Marta Gomes	UDPF	F	Sub14
Matilde Martínez	SCP	F	Sub14
Matilde Pereira	ACRM	F	Sub14
Minetta Coates	SCP	F	Sub14
Olivia Guerreiro	SCP	F	Sub14
Teresinha Ribeiro	AFS	F	Sub14
Vitória Coelho	SCP	F	Sub14
Yara Nogueira	ACRM	F	Sub14
Yara Pinheiro	CFB	F	Sub14



GRUPO 4			
Rodrigo Ribeiro	SCP	M	Sub14
Tejas Singh	SCP	M	Sub14
Afonso Quade	SCP	M	Sub14
Alexandre Silva	SCP	M	Sub14
António Coutinho	SLB	M	Sub14
Daniil Iova	CFB	M	Sub14
Dario Nunes	ACRM	M	Sub14
Diego Rato	SCP	M	Sub14
Duarte Tomás	SCM-L	M	Sub14
Francisco Coelho	SLB	M	Sub14
Francisco Martinho	SCP	M	Sub14
Francisco Rodrigues	AFS	M	Sub14
Francisco Vieira	SCP	M	Sub14
Gabriel Monteiro	SCP	M	Sub14
Joaquim Rêgo	SCM-L	M	Sub14

GRUPO 5			
José Luís Mendes	CFB	M	Sub14
Lucas Corte	SCP	M	Sub14
Luís Figueiredo	AFS	M	Sub14
Manuel Mendonça	SCP	M	Sub14
Martim Silveira	AFS	M	Sub14
Miguel Lomba	SCP	M	Sub14
Miguel Nunes	SCP	M	Sub14
Nuno Santos	GDSD	M	Sub14
Pavel Skorokhod	CFB	M	Sub14
Pedro Rocha	SCP	M	Sub14
Rafael Loureiro	SCP	M	Sub14
Rúben Isaac	SCP	M	Sub14
Salvador Abreu	SCP	M	Sub14
Simão Lira	UDPF	M	Sub14
Tomás Querido	SCM-L	M	Sub14
Vicente Ricardo	SCP	M	Sub14