

TAÇA SONIC KIDS ATHLETICS



1 de maio
15h00



#KidsAthleticsDay #RelayAroundtheWorld



Atleta Olímpico
Leandro Ramos

TAÇA SONIC

Montemor-o-Velho

01 de maio de 2025 (15h)



INFORMAÇÕES:

Organização: Federação Portuguesa de Atletismo, Associação Distrital de Atletismo de Coimbra, Associação de Atletismo de Aveiro, Associação Cultural Desportiva Recreativa e Social de Quinhendros e Câmara Municipal de Montemor-o-Velho.

A Taça Sonic será um evento competitivo (Kids Athletics Nível II + Kids Athletics Nível III) inserido na “Ação de Formação de Kids Athletics 2.0” e na celebração mundial do “Kids Athletics Day”

Competição para sub10 e sub 12

Kids Athletics Nível II

As equipas são mistas e podem ser compostas por atletas de clubes diferentes.

O evento é aberto a atletas não filiados, mediante o preenchimento de um termo de responsabilidade.

O número de elementos por equipa será definido no local.

Desafios

Vai-vem com barreiras

Estafeta macaca

3 saltos canguru (a pés juntos)

Giroflé (horizontal)

Lançamento da bola medicinal (dorsal com ressalto)

Lançamento de bola leve (arco com pé destacado)

Biatlo

Competição para sub14

Kids Athletics Nível III

A competição inclui classificação coletiva feminina e masculina.

As equipas devem apresentar entre 4 e 8 elementos, havendo a possibilidade de integração de atletas sub12.

Nas equipas com mais de 4 elementos, todos os atletas devem participar, pelo menos, numa das corridas de estafetas.

Concursos:

Cada clube pode apresentar 1 atleta, havendo a possibilidade de, num dos concursos, o clube escolher outro elemento para participar, pontuando o melhor classificado. Cada atleta só pode participar num concurso.

No Lançamento do Dardo e no Quadruplo Salto todos os atletas terão direito a 3 ensaios

Disciplinas em competição

4 x 60 m

Salto em altura - Tesoura

Lançamento do dardo

Quadruplo salto

4 x 150 m

PROGRAMA HORÁRIO:

Horas	Kids Athletics Nível II	Horas	Kids Athletics Nível III
15:00	Receção das equipas	15:00	4x60
15:30	Aquecimento conjunto	15:30	Lançamento do dardo
15:40	Início dos desafios		Salto em altura -Tesoura
16:00	Vai-vem com barreiras	16:45	Quadruplo salto
17:30	Circuito de 6 desafios	17:15	4 x 150 m
17:30	Entrega de prémios		Entrega de prémios

INSCRIÇÕES

Inscrições na plataforma da FPA Competições :
<https://fpacompeticoes.pt/4742/competicao>