



Fundada em 1987

ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

COMUNICADO OFICIAL N.º 18 2016/2017

Prova: Olímpico Jovem Distrital

Data: 13 e 14 de maio de 2017

Local: Estádio Municipal Manuela Machado

Organização: Associação de Atletismo de Viana do Castelo
Câmara Municipal de Viana do Castelo

Director de Competição: Joaquim Araújo / José Augusto Meixedo

Delegado Técnico: Rui Costa

Director Técnico: Rui Cerqueira



Regulamento:

1. Esta é uma competição da Campanha "Viva o Atletismo", destinada a atletas dos escalões de Iniciados e Juvenis, federados ou em representação de Grupos de Desporto Escolar.
2. Os atletas Infantis, Juniores e Seniores poderão participar, extracompetição, nas provas assinaladas com ■
3. No Torneio Olímpico Jovem cada atleta poderá participar em duas provas por dia, sendo que numa das jornadas uma das provas terá que ser a estafeta.
4. Os atletas Infantis não poderão participar nas provas de Iniciados e estes não poderão competir nas provas de Juvenis.
5. Na Final Nacional, os atletas Iniciados que participam nos 1.500m Obstáculos não podem participar nos 1.000 Metros, no entanto, para efeitos de seleção, nesta competição estão autorizados a participar em ambas.
6. Os atletas Iniciados que participem numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 250 metros, não poderão participar em mais nenhuma corrida, prova de marcha ou concurso dessa jornada que se venha a realizar posteriormente, podendo participar noutras que se realizem antes.
7. Os atletas Juvenis que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 300 metros, não poderão participar posteriormente nessa jornada noutra corrida, prova de marcha ou concurso.
8. Em qualquer um dos escalões, no caso de um atleta se encontrar a participar numa eliminatória de uma prova de corrida ou concurso, que se realize antes da corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior à sua distância limite, não poderá participar posteriormente nos ensaios que ainda faltem no concurso ou na final que se realizem após essa prova.
9. Com exceção das provas de estafetas, serão entregues **medalhas aos três primeiros classificados** de cada prova do Torneio Olímpico Jovem, desde que os atletas sejam pertencentes à AA de Viana do Castelo,
10. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.
11. **Inscrições:** Até **30 minutos** antes do início de cada prova.

Sábado, 13 de maio

Viana do Castelo

Início da Prova	Prova	Escalão					Sexo	Observações
		Inf	Ini	Juv	Jun	Sen		
		04/05	02/03	00/01	98/99	97/...		
15:30	80 metros		●				M	Eliminatórias
15:30	Disco			●	■	■	M	1,5 kg / 1,750 kg / 2 kg
15:30	Altura			●	■	■	M	1,28 m ...(+5 cm)
15:30	Comprimento			●			F	Tábua: 3 m
15:40	80 metros		●				F	Eliminatórias
15:55	100 metros			●	■	■	M	Eliminatórias
16:05	100 metros			●	■	■	F	Eliminatórias
16:15	800 metros			●			M	Séries
16:15	Peso		●	●			F	3 kg / 3kg
16:25	800 metros			●			F	Séries
16:30	80 metros		●				M	Final (se necessário)
16:35	80 metros		●				F	Final (se necessário)
16:40	100 metros			●			M	Final (se necessário)
16:45	100 metros			●			F	Final (se necessário)
16:45	Comprimento	■	●				F	Tábua: 1 m
16:45	Dardo		●	●	■	■	M	600 / 700 / 800 / 800g
16:50	1.500m Obstáculos		●				M	(0.76m - s/vala) (390-290-190-90m) 13-1º 90m
17:00	1.500m Obstáculos		●				F	(0.76m - s/vala) (390-290-190-90m) 13-1º 90m
17:00	Altura	■	●				M	1,18m ...(+5 cm)
17:10	2.000m Obstáculos			●			F	(0.76m) (partida+5V.) 18Obst-1º antes da vala
17:20	2.000m Obstáculos			●			M	(0.84m) (partida+5V.) 18Obst-1º antes da vala
17:35	4 x 80 metros		●				M	Séries
17:45	4 x 80 metros		●				F	Séries
17:55	5.000m Marcha			●			M	Final Pista 1 (200m + 12V (12x400m=4800m)
17:55	5.000m Marcha			●			F	Final Pista 5 (270m + 11V (11x430m=4730m)

Nota: Os atletas que participam como extra não terão acesso às finais quando existam mais de 8 atletas em prova.

Domingo, 14 de maio

Viana do Castelo

Início da Prova	Prova	Escalão					Sexo	Observações
		Inf	Ini	Juv	Jun	Sen		
		04/05	02/03	00/01	98/99	97/...		
09:30	110m Barreiras			●			M	Séries (10 - 0,91m / 13,72-9,14-14,02)
09:30	Disco			●	■	■	F	1kg / 1kg / 1kg
09:30	Comprimento		●				M	Tábua 3 metros
09:30	Peso	■	●				M	3kg / 4 kg
09:45	100m Barreiras		●				M	Séries (10 - 0,84m / 13,00-8,50-10,50)
09:55	100m Barreiras			●			F	Séries (10 - 0,76 / 13,00-8,50-10,50)
10:10	80m Barreiras		●				F	Séries (8-0,76m / 12,00-8,00-12,00)
10:25	300 metros			●			M	Séries
10:30	Dardo	■	●				F	400g / 500g
10:30	Comprimento			●	■	■	M	Tábua 3 metros
10:30	Peso			●	■	■	M	5 / 6/ 7.260 kg
10:35	300 metros			●			F	Séries
10:50	3.000 metros			●	■	■	M	Final
11:00	3.000 metros			●	■	■	F	Final
11:15	1.000 metros	■	●				M	Séries
11:25	1.000 metros	■	●				F	Séries
11:30	Altura		●	●			F	1,03m ...(+5 cm)
11:30	Dardo			●	■	■	F	500g / 600g / 600g
11:40	4 x 100 metros			●			M	Séries
11:55	4 x 100 metros			●	■	■	F	Séries

Nota: Os atletas que participam como extra não terão acesso às finais quando existam mais de 8 atletas em prova.

ponto dois) Mínimos de Pontuação e Programa horário do Olímpico Jovem Nacional

Segue em anexo os Mínimos de Pontuação e o Programa Horário do Olímpico Jovem Nacional.

Como existem diferenças horárias entre o programa distrital e nacional sugere-se a consulta do programa horário nacional de forma a melhor seleccionar as provas em que os atletas aspirem poder participar na final nacional.

Viana do Castelo, 2 de maio de 2017

O Director Técnico Regional



(Prof. Rui Costa)

MÍNIMOS DE PONTUAÇÃO DAS MARCAS EM CADA PROVAS

INICIADOS			JUVENIS		
MASC	PROVAS	FEM	MASC	PROVAS	FEM
10,70	80 m	11,55	12,05	100m	13,50
3.07,00	1.000 m	3.34,00	39,04	300 m	46,04
5.30,00	1.500 m Obstác	6.30,00	2.11,00	800 m	2.40,00
sm	4 x 80 m	sm	10.08,60	3.000 m	12.50,00
-	80 m Barreiras	14,45	Sm	4 x 100 m	sm
17,30	100m Barreiras	-	7.10,00	2.000m Obstác	8.40,00
4,95m	Comprimento	4,07m	32.20,00	5.000 m Marcha	35.10,00
1,48m	Altura	1,33m	-	100m Barreiras	18,80
8,95m	Peso	8,00m	17,87	110 m Barreiras	-
29,00m	Dardo	20,00m	5,50m	Comprimento	4,40m
			1,58m	Altura	1,38m
			10,25m	Peso	8,25m
			35,00m	Dardo	20,00m
			25,00m	Disco	18,50m

PROGRAMA / HORÁRIO

Braga - Sábado - 3 de Junho 2017

15:30	80 metros	Iniciado	M
	Disco / 1,5 Kg	Juvenil	M
	Altura	Juvenil	M
	Comprimento	Juvenil	F
	Peso / 3 Kg	Iniciado	F
15:50	80 metros	Iniciado	F
16:15	100 metros	Juvenil	M
16:35	100 metros	Juvenil	F
16:55	800 metros	Juvenil	M
	Comprimento	Iniciado	F
	Peso / 3Kg	Juvenil	F
17:00	Dardo / 600g	Iniciado	M
17:10	800 metros	Juvenil	F
17:25	1.500m Obstáculos	Iniciado	M
17:40	1.500m Obstáculos	Iniciado	F
	Altura	Iniciado	M
17:55	2.000m Obstáculos	Juvenil	M
18.10	2.000m Obstáculos	Juvenil	F
18:30	5.000m Marcha	Juvenil	M
	5.000m Marcha	Juvenil	F
	Dardo / 700g	Juvenil	M
19:10	4 x 80 metros	Iniciado	M
19:30	4 x 80 metros	Iniciado	F

Braga - Domingo - 4 de Junho 2017

09:30	110m Barreiras	Juvenil	M
	Disco / 1 Kg	Juvenil	F
	Comprimento	Iniciado	M
	Altura	Juvenil	F
	Peso / 4 Kg	Iniciado	M
	09:50	100m Barreiras	Iniciado
10:10	100m Barreiras	Juvenil	F
10:30	80m Barreiras	Iniciado	f
10:50	300 metros	Juvenil	M
	Dardo / 500g	Iniciado	F
11:00	Comprimento	Juvenil	M
	Peso / 5 Kg	Juvenil	M
11:10	300 metros	Juvenil	F
11:30	3.000 metros	Juvenil	M
11:45	3.000 metros	Juvenil	F
	Altura	Iniciado	F
12:00	1.000 metros	Iniciado	M
12:05	Dardo / 500g	Juvenil	F
12.15	1.000 metros	Iniciado	F
12:40	4 x 100 metros	Juvenil	M
13:00	4 x 100 metros	Juvenil	F