



Fundada em 1987

## **ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO**

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

### **COMUNICADO OFICIAL N.º 21 2017/2018**

**Prova:** Olímpico Jovem Distrital

**Data:** 12 e 13 de maio de 2018

**Local:** Estádio Municipal Manuela Machado

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

**Director de Competição:** Pereira de Almeida/Joaquim Araújo / José Valdez

**Delegado Técnico:** Rui Costa

**Director Técnico:** Rui Cerqueira

**Diretor de Reunião:** Gaspar Araújo



#### **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, com a exceção da estafeta de 4x80m.
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, com a exceção da estafeta 4x100m.
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, 12 de maio**

**Viana do Castelo**

Início da Prova	Prova	Escalão					Sexo	Observações
		Inf	Ini	Juv	Jun	Sen		
		05/06	03/04	01/02	99/00	98/...		
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+4V.) 18Obst-1º antes da vala
17:20	2.000m Obstáculos			●			M	(0.84m ) (partida+4V.) 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, 13 de maio**  
**Viana do Castelo**

Início da Prova	Prova	Escalão					Sexo	Observações
		Inf	Ini	Juv	Jun	Sen		
		05/06	03/04	01/02	99/00	98/...		
09:30	3.000 metros			●	■	■	F	Final
09:30	Disco			●	■	■	F	1kg / 1kg / 1kg
09:30	Altura		●	●			F	1,03m ...(+5 cm)
09:30	Peso	■	●				M	3kg / 4 kg
09:50	3.000 metros			●	■	■	M	Final
10:10	1.000 metros	■	●				F	Séries
10:20	1.000 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
10:45	300 metros			●			M	Séries
11:00	110m Barreiras			●			M	Séries (10 - 0,91m / 13,72-9,14-14,02)
11:10	100m Barreiras		●				M	Séries (10 - 0,84m / 13,00-8,50-10,50)
11:20	100m Barreiras			●			F	Séries (10 - 0,76 / 13,00-8,50-10,50)
11:30	80m Barreiras		●				F	Séries (8-0,76m / 12,00-8,00-12,00)
11:30	Comprimento			●	■	■	M	Tábua 3 metros
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, 27 de abril de 2018

O Diretor Técnico Regional



(Prof. Rui Costa)

### MÍNIMOS DE PONTUAÇÃO

INICIADOS		
MASC	Provas	FEM
10,70	80 m	11,55
3.07,00	1.000 m	3.34,00
5.30,00	1.500 m Obstác	6.30,00
-	80 m Barreiras	14,45
17,30	100m Barreiras	-
sm	4 x 80 m	sm
4,95	Comprimento	4,07
1,47	Altura	1,27
8,95	Peso	8,00
29,00	Dardo	20,00

JUVENIS		
MASC	Provas	FEM
12,05	100m	13,50
39,04	300 m	46,04
2.11,00	800 m	2.40,00
10.08,60	3.000 m	12.50,00
7.10,00	2.000m Obstác	8.40,00
-	100m Barreiras	18,80
17,87	110 m Barreiras	-
sm	4 x 100 m	sm
32.20,00	4.000 m Marcha	35.10,00
5,50	Comprimento	4,40
1,52	Altura	1,32
10,25	Peso	8,25
35,00	Dardo	20,00
25,00	Disco	18,50

## Torneio Olímpico Jovem - 36ª Edição

Braga - Estádio 1º de Maio

### Sábado - 9 de Junho de 2018

15:30	80 m	INIC - M
15:30	Altura	JUV - M
15:30	Comprimento	JUV - F
15:30	Disco (1,5 kg)	JUV - M
15:30	Peso (3 kg)	INIC - F
15:50	80 m	INIC - F
16:15	100 m	JUV - M
16:35	100 m	JUV - F
16:55	800 m	JUV - M
16:55	Comprimento	INIC - F
16:55	Peso (3 kg)	JUV - F
17:00	Dardo (600 g)	INIC - M
17:10	800 m	JUV - F
17:25	1 500 m Obst	INIC - M
17:40	1 500 m Obst	INIC - F
17:40	Altura	INIC - M
17:55	2 000 m Obst	JUV - M
18:10	2 000 m Obst	JUV - F
18:30	5 000 m Marcha (a)	JUV - F
18:30	5 000 m Marcha (b)	JUV - M
18:30	Dardo (700 g)	JUV - M
19:15	4X80 m	INIC - M
19:40	4X80 m	INIC - F

### Domingo - 10 de Junho de 2018

09:30	3 000 m	JUV - F
09:30	Altura	JUV - F
09:30	Comprimento	INIC - M
09:30	Disco (1 kg)	JUV - F
09:30	Peso (4 kg)	INIC - M
09:50	3 000 m	JUV - M
10:10	1 000 m	INIC - F
10:20	1 000 m	INIC - M
10:35	300 m	JUV - F
10:50	Dardo (500 g)	INIC - F
10:55	300 m	JUV - M
11:00	Comprimento	JUV - M
11:00	Peso (5 kg)	JUV - M
11:20	110 m bar (0,91)	JUV - M
11:40	100 m bar (0,76)	JUV - F
11:45	Altura	INIC - F
11:55	100 m bar (0,84)	INIC - M
12:05	Dardo (500 g)	JUV - F
12:15	80 m bar (0,76)	INIC - F
12:45	4X100 m	JUV - M
13:10	4X100 m	JUV - F