

# Torneio Olímpico Jovem Regional

23 E 24 DE MAIO DE 2026

ESTÁDIO MUNICIPAL MANUELA MACHADO

## PROGRAMA HORÁRIO

Hora	Prova	Observações			
Sábado, 23 de maio de 2026					
14:30	Comprimento	S18	F	Final	3+3 ensaios - Tábua 3m
14:30	Martelo (3Kg/4Kg)	S16	F/M	Final	3 + 3 Lançamentos
14:30	Altura	S18	M	Final	1.15m (+5cm até 1m40) +3cm
14:50	200M	S18	F	Series	
15:05	200m	S18	M	Series	
15:20	Peso (5kg)	S18	M	Final	3 + 3 Lançamentos
15:30	300m Bar (0.76)	S16	F	Series	7barr. 50m-35...40m
15:30	Comprimento	S16	M	Final	3+3 ensaios - Tábua 3m
15:40	Vara	S16	F/M	Final	1.70m - Sobe de 10 em 10cm
15:40	300m Bar (0.76)	S16	M	Series	7barr. 50m-35...40m
15:50	80m	S16	F	Series	
16:10	Altura	S16	F	Final	1.00m (+5cm até 1m30) +3cm
16:10	Dardo (500/600g)	S16	F/M	Final	3 + 3 Lançamentos
16:10	80m	S16	M	Series	
16:15	1500m	S16	F	Final	
16:30	Comprimento	S16	F	Final	3+3 ensaios - Tábua 3m
16:30	1500m	S16	M	Final	
16:40	800m	S18	F	Final	
16:50	800m	S18	M	Final	
17:00	1500 m Obst	S16	M/F	Final	390m-290m-190-90m

<b>Hora</b>						<b>Prova</b>						<b>Observações</b>					
<b>Domingo, 24 de maio de 2026</b>																	
<b>09:00</b>	3000m Marcha	S16/S18	M/F	Final	Pista 1												
<b>09:45</b>	Disco (0.750Kg/1Kg)	S16	M/F	Final	3 + 3 Lançamentos												
<b>09:45</b>	Altura	S16	M	Final	1.10m (+5cm até 1m40) +3cm												
<b>09:45</b>	800m	S16	M	Final													
<b>09:55</b>	800m	S16	F	Final													
<b>10:10</b>	110m bar 0.91 cm	S18	M	Series	10b- 13,72/9,14/14,02												
<b>10:25</b>	100m bar 0.76 cm	S18	F	Series	10b- 13,00/8,50/10,50												
<b>10:35</b>	100m bar 0.84 cm	S16	M	Series	10b- 13,00/8,50/10,50												
<b>10:45</b>	Peso (3kg) (4Kg)	S16	F/M	Final	3 + 3 Lançamentos												
<b>10:45</b>	Triplo	S16	F/M	Final	3 + 3 Saltos Tabua 7/9m												
<b>10:50</b>	80m bar 0.76cm	S16	F	Series	8b- 12,00/08,00/12,00												
<b>11:10</b>	300M	S16	M	Series													
<b>11:25</b>	300M	S16	F	Series													
<b>11:25</b>	Dardo (500g)	S18	F	Final	3 + 3 Lançamentos												
<b>11:35</b>	5000m	Sub-20 a Masters	F/M	Extra													

## REGULAMENTO

- 1- O Campeonato torneio Regional Olímpico Jovem, é uma competição organizada pela Associação de Atletismo de Viana do Castelo. Este torneio destina-se, a atletas filiados, com situação regularizada para os escalões de Sub16 e Sub18 da AAVC e de outras Associações Regionais portuguesas desde que autorizados. Há a possibilidade de se aceitar atletas **extracompetição**, contudo só em as provas previstas no programa. As provas extra para clubes extra AAVC carecem de autorização da direção técnica e tem um custo por prova de 3 euros.

- 2- Os atletas deverão competir com os escalões referentes a 1 de janeiro de 2026: **Sub-16:** Atletas nascidos em 2011 e 2012, **Sub-18:** Atletas nascidos em 2009 e 2010.
- 3- As corridas serão **disputadas por séries** elaboradas a partir das marcas dos atletas. No momento da inscrição, os atletas deverão indicar a **melhor marca obtida** nas respetivas provas, no período de 1 de janeiro de 2025 à data da competição. Caso não apareça na plataforma FPA a indicação da melhor marca, os atletas devem comprovar obrigatoriamente a marca que colocaram, indicando em "Notas" o local e data de obtenção da marca ou, em alternativa, fazer upload de um comprovativo da mesma. Marcas que não sejam devidamente comprovadas não serão consideradas.
- 4- Nos saltos horizontais e nos lançamentos do campeonato cada atleta realizará apenas três ensaios, e os oito melhores mais três.
- 5- Cada atleta Sub-16 poderá participar em **3 provas**, não podendo competir em mais do que duas provas na mesma jornada e desde que respeitando as restrições previstas no RGC da FPA para os respetivos escalões etários.
- 6- Os atletas Sub-16 não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova de distância igual ou superior a 300m, podendo, no entanto, participar noutras provas (concursos ou corridas, incluindo qualquer percurso em estafetas), desde que respeitando o definido na alínea seguinte:
  - a) Os atletas do escalão de Sub-16 que participem em provas de distância igual ou superior a 800m não podem, posteriormente no mesmo dia, participar noutras provas de corrida ou de marcha, sendo esta limitação extensiva às provas de estafetas.
- 7- Aos atletas do escalão de Sub-18 não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova de distância igual ou superior a 300m, podendo, no entanto, participar noutras provas (concursos ou corridas, incluindo qualquer percurso em estafetas).
- 8- Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados em cada prova dos respetivos escalões Sub-16, Sub-18 em ambos os géneros.
- 9- É obrigatória a **utilização do dorsal de época**. A atribuição de um novo dorsal terá um custo de 3 euros.

10- Aos Clubes e Atletas que confirmem a presença na prova e depois não compareçam na mesma terão uma penalização de 3 euros.

11- **INSCRIÇÕES:** Obrigatórias na plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até ao dia 21 de maio de 2026. Devem ser confirmadas na mesma plataforma até 60 minutos antes do horário previsto para o início de cada prova.

12- O Atleta, ao proceder à inscrição nesta competição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada em fotografias/imagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais da competição

13- Para qualquer protesto deve o mesmo ser efetuado **até 30 minutos** após a conclusão da prova a que a mesma se refere com uma caução de 100 euros, a decisão não é passível de recurso.

#### 14- **Critérios de Seleção: Torneio Nacional Olímpico Jovem (TNOJ) 2026**

Considerando as normas regulamentares estabelecidas para o **TNOJ 2026**, importa salientar que cada seleção regional está limitada à participação de um contingente máximo de **34 atletas**. Dado que o programa competitivo abrange **46 provas individuais** e **3 de estafetas**, torna-se matematicamente impossível a convocatória de todos os vencedores do Torneio Regional Olímpico Jovem (TROJ).

Neste contexto, e sob a responsabilidade do **Diretor Técnico Regional (DTR)**, define-se como objetivo primordial a constituição da seleção mais competitiva possível, regendo-se a escolha pelos seguintes critérios de referência:

#### **Hierarquia de Critérios de Seleção**

**A. Resultados de Época Corrente (Prioritário):** Marcas e resultados obtidos em competições oficiais realizadas entre **21 de março e 24 de maio de 2026**.

**B.** Marcas registadas no período compreendido entre **15 de setembro de 2025 e 20 de março de 2026**.

**C. Critério de Polivalência e Otimização:** Em situações de equivalência técnica (marcas muito semelhantes) entre dois ou mais atletas, a seleção poderá privilegiar aquele que já se encontre selecionado para outra disciplina. Esta medida visa a otimização da



quota de 34 atletas, mesmo que o atleta em causa não tenha vencido a sua prova no TROJ ou não detenha a melhor marca absoluta no momento.

**D. Salvaguarda do Mérito Regional:** Sem prejuízo dos pontos anteriores e sempre que o limite de vagas o permita, a seleção procurará privilegiar os vencedores de cada prova no **Torneio Regional Olímpico Jovem (TROJ) 2026**.

**E.** A convocatória da seleção distrital para o Torneio Nacional Olímpico Jovem 2026 será divulgada no dia 26 de maio de 2026.

15- Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela direção técnica e de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.