



Fundada em 1987

ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

COMUNICADO OFICIAL N.º 16 2022/2023

Prova: Olímpico Jovem Regional
Data: 1 de maio de 2023
Local: Estádio Municipal Manuela Machado
Organização: Associação de Atletismo de Viana do Castelo
Câmara Municipal de Viana do Castelo
Diretor de Competição: Victor Lima | Joaquim Araújo
Delegado Técnico: Rui Costa
Diretor Técnico: Rui Cerqueira



Regulamento:

1. NORMAS REGULAMENTARES

- 1.1. O Olímpico Jovem Regional destina-se, exclusivamente, a atletas filiados na A. A. Viana do Castelo. Os atletas federados de outras Associações Regionais poderão eventualmente participar, como atletas extra, após pedido de autorização, via Associação de origem, ao Departamento Técnico da AAVC.
- 1.2. Cada atleta pode realizar o máximo de 2 provas, podendo ser 3, desde que uma seja a estafeta de 4x100m, não podendo ser todas na mesma jornada.
- 1.3. Os atletas iniciados não poderão competir nas provas de juvenis e os infantis não poderão competir como iniciados.
- 1.4. Nesta competição os atletas Iniciados que participem nas corridas de distância igual ou superior a 250m, ou nas provas de marcha, não poderão participar em mais nenhuma corrida ou concurso dessa jornada que se venha a realizar posteriormente.
- 1.5. Nesta competição, não se aplicará a determinação regulamentar a seguir descrita: “no caso do atleta Iniciado estar a participar num concurso que ainda não tenha terminado, e se ausente deste para participar numa corrida não poderá continuar a participar nesse concurso”.
- 1.6. Nesta competição os atletas Juvenis que participem nas corridas de distância igual ou superior a 800m, não poderão participar em mais nenhuma corrida ou concurso dessa jornada que se venha a realizar posteriormente, nelas se incluindo a estafeta medley.

2. CLASSIFICAÇÕES

- 2.1. Haverá Classificação Individual em cada prova, com atribuição de medalhas aos 3 primeiros atletas.
- 2.2. Haverá Classificação Coletiva única, apurada através do somatório dos pontos obtidos pelos atletas de cada equipa em cada prova, pontuando no máximo 3 atletas por prova, usando a seguinte pontuação (1º - 8 pontos, 2º - 7 pontos, ...).
- 2.3. Nas corridas disputadas por séries as classificações individuais serão elaboradas em função dos tempos obtidos.

3. CONCURSOS

3.1. Salto em Altura:

3.1.1. A fasquia sobe de 5 em 5 cm até se encontrarem 2 atletas em prova, depois subirá de 3 em 3 cm.

3.1.2. Início da fasquia: Iniciados Femininos 1,12m; Iniciados Masculinos 1,33m; Juvenis Masculinos a 1,45m.

3.2. Salto com Vara:

3.2.1. Nas Iniciadas a fasquia será colocada inicialmente a 1,75m (se possível). Subirá de 15cm em 15 cm até 2,05m. A partir daí subirá de 10 cm em 10 cm.

3.2.2. Nos Iniciados a fasquia será colocada inicialmente a 2,05m. Subirá de 15cm em 15 cm até 2,50m. A partir daí subirá de 10 cm em 10 cm.

3.3. No Comprimento, Quadruplo Salto, Peso, Dardo, Disco e Martelo, cada atleta realiza 4 ensaios.

4. INSCRIÇÕES

4.1. As inscrições deverão ser feitas através da plataforma fpacompeticoes.pt até ao dia 27 de abril.

4.2. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 19:00 horas do dia 30 de abril, e 90 minutos antes do início de cada prova em fpacompeticoes.pt

1 de maio (segunda-feira)			
1ª Jornada			
Hora	Prova	Esc.	Sexo
09:30	80 metros	INI	FEM
	Dardo (500g)	INI	FEM
	Dardo (Extra- Jun e Sen)		FEM
	Altura	INI	MASC
09:35	80 metros	INI	MASC
09:45	100 metros	JUV	FEM
09:50	100 metros	JUV	MASC
09:55	100 m (Extra- Jun e Sen)		FEM
10:00	100 m (Extra- Jun e Sen)		MASC
10:15	1.500 metros	INI	FEM
10:25	1.500 metros	INI	MASC
	Peso (4 Kg)	INI	MASC
	Peso (Extra - Juv, Jun e Sen)		MASC
	Comprimento	INI	FEM
	Vara	INI	M e F
	Vara (Extra- Juv, Jun e Sen)		M e F
10:35	1.500 metros	JUV	FEM
10:45	1.500 metros	JUV	MASC
	1.500m (Extra- Jun e Sen)		FEM
	1.500m (Extra- Jun e Sen)		MASC
11:15	1.500m Obstáculos	INI	MASC
11:30	1.500m Obstáculos	INI	FEM
11:45	250m Barreiras (0,76m) 6- 35m 35m 40m	INI	MASC
11:55	250m Barreiras (0,76m) 6- 35m 35m 40m	INI	FEM
	Martelo (3 Kg)	INI	FEM
	Martelo (4 Kg)	INI	MASC
	Quádruplo Salto Ex: E + E + D + D *Bal:25m *Tábua: 10m	INI	FEM
12:15	300m barreiras	JUV	MASC
12:25	300m barreiras	JUV	FEM
12:35	4x100m	JUV	MASC
12:45	4x100m	JUV	FEM

1 de maio (segunda-feira)			
2ª Jornada			
Hora	Prova	Esc.	Sexo
15:00	110m Barreiras (0,91) (10- 13,72m 9,14m 14,02m)	JUV	MASC
	Altura	INI	FEM
	Altura	JUV	FEM
	Altura (Extra- Jun e Sen)		F e M
	Disco (0,750 kg)	INI	FEM
	Disco (1 kg)	INI	MASC
	Disco (Extra- Juv, Jun e Sen)		MASC
	Quádruplo Salto Ex: E + E + D + D *Bal:25m *Tábua: 11m	INI	MASC
15:10	100m Barreiras (0,76) (10- 13,00m 8,50m 10,50m)	INI	MASC
15:20	100m Barreiras (0,84) (10- 13,00m 8,50m 10,50m)	JUV	FEM
15:30	250 metros	INI	MASC
15:40	250 metros	INI	FEM
15:50	800 metros	INI	MASC
16:00	800 metros	INI	FEM
16:10	80m Barreiras (0,76) (8- 12m 8m 12m)	INI	FEM
	Comprimento	INI	MASC
	Comprimento	JUV	MASC
	Dardo (600g)	INI	MASC
	Dardo (700g)	JUV	MASC
	Peso (3 Kg)	INI	FEM
	Peso (3 Kg)	JUV	FEM
16:30	4.000m Marcha	INI	MASC
	4.000m Marcha	INI	FEM

Viana do Castelo, 20 de abril de 2023

O Diretor Técnico Regional

J. G. G.