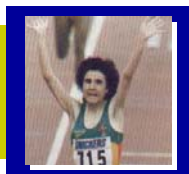




FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE ATLETISMO



34º OLÍMPICO JOVEM

TORNEIO DE ATLETISMO PARA JOVENS



ABRANTES

Pista do Estádio Municipal

11.12 JUNHO 2016



abrantes
www.cm-abrantes.pt



34º TORNEIO “OLÍMPICO JOVEM” 2016

REGULAMENTO E PROGRAMA

1. O Torneio Olímpico Jovem de 2016, na Final Nacional, a disputar na cidade de Abrantes, na data do seu 100º aniversário, terá a participação de 20 Seleções Distritais e Regionais, de acordo com o Regulamento a seguir indicado.
2. O Programa de Provas será o seguinte:

INICIADOS MASCULINOS	INICIADOS FEMININOS	JUVENIS MASCULINOS	JUVENIS FEMININOS
80 metros 1.000 metros 1.500m Obstáculos 4x80 metros	80 metros 1.000 metros 1.500m Obstáculos 4x80 metros	100 metros 300 metros 800 metros 3.000 metros 2.000m Obstáculos 4x100 metros	100 metros 300 metros 800 metros 3.000 metros 2.000m Obstáculos 4x100 metros
100m barreiras	80 m barreiras	110m barreiras	100m barreiras
4.000m marcha	4.000m marcha	-	-
Comprimento Altura	Comprimento Altura	Comprimento Altura Triplo Salto	Comprimento Altura Triplo Salto
Peso (4 Kg) Dardo (600g)	Peso (3 Kg) Dardo (500g)	Peso (5 Kg) Martelo (5 Kg)	Peso (3 Kg) Martelo (3 Kg)

PARTICIPAÇÃO

3. Nesta final Nacional, podem apresentar o máximo de 33 atletas, as seguintes seleções:
 - a. Açores, Algarve, Aveiro, Braga, Castelo Branco, Coimbra, Leiria, Lisboa, Madeira, Porto, Santarém, Setúbal e Viana do Castelo.
4. Podem apresentar o máximo de 28 atletas as seguintes seleções:
 - a. Beja, Bragança, Évora, Guarda, Portalegre, Vila Real e Viseu.
5. As pontuações em cada prova serão de 20 pontos até 1 ponto.
6. A participação de outras seleções (Desporto Escolar, Macau, etc.) não afetará a atribuição de pontos para a classificação coletiva.
7. Dada a existência de mínimos de pontuação, só se atribuirão pontos a marcas melhores ou iguais aos mínimos.
8. Cada atleta pode realizar o máximo de 3 provas, nelas se incluindo as estafetas, não podendo ser todas na mesma jornada.
9. Os atletas Iniciados não poderão competir nas provas de Juvenis.
10. Os atletas Iniciados que participam nos 1.000m não podem participar nos 1.500m Obstáculos.
11. Nesta competição os atletas Iniciados que participem na corrida de 1.000m, 1.500m Obstáculos ou 4.000m Marcha, 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.
12. Nesta competição, no caso do atleta Iniciado estar a participar num concurso que ainda não tenha terminado, e se ausente deste para participar numa das provas indicadas no ponto 11, não poderá continuar a participar nesse concurso.
13. Nesta competição os atletas Juvenis que participem na corrida de 300m ou de distância superior não poderão participar em mais nenhuma corrida ou concurso dessa jornada que se venha a realizar posteriormente, com a exceção da estafeta de 4x100m.
14. Nesta competição, no caso do atleta Juvenil estar a participar num concurso que ainda não tenha terminado, e se ausente deste para participar numa das provas indicadas no ponto 13, não poderá continuar a participar nesse concurso.
15. As Corridas de Velocidade e Barreiras, disputam-se em séries, elaboradas a partir das marcas de inscrição dos atletas (confirmadas!).
16. As Provas de Marcha, Corridas de Obstáculos, 1.000m e 3.000m serão disputadas em série única.

CLASSIFICAÇÕES

17. Haverá Classificação Individual em cada prova.

18. Haverá Classificação Coletiva única, apurada através do somatório dos pontos obtidos pelos atletas de cada seleção em cada prova.
19. Nas corridas disputadas por séries (80m, 100m, Barreiras, etc.) as classificações individuais serão elaboradas em função dos tempos obtidos.
20. A atribuição de medalhas aos 3 primeiros atletas em cada prova, faz-se de acordo com as marcas obtidas na competição independentemente dos atletas serem de seleções das Associações ou de outras entidades participantes admitidas à competição, (exemplo: Desporto Escolar, Macau, etc.).

CONCURSOS

21. Salto em Altura:
 - a. A fasquia sobe de 5 em 5 cm até se encontrarem 3 atletas em prova.
 - b. A partir daí subirá de 3 em 3 cm.
 - c. Em Iniciados a fasquia será colocada inicialmente a 1,45m.
 - d. Em Iniciadas a fasquia será colocada inicialmente a 1,28m.
 - e. Em Juvenis Masculinos a fasquia será colocada inicialmente a 1,54m.
 - f. Em Juvenis Femininos a fasquia será colocada inicialmente a 1,35m.
22. Triplo Salto:
 - a. Nos Juvenis Masculinos a Tábua de Chamada será colocada a 11,00m.
 - b. Nos Juvenis Femininos a Tábua de Chamada será colocada a 9,00m.
 - c. Se as Seleções não tiverem atletas com capacidade para as Tábuas de Chamada referenciadas para o Triplo Salto, não devem inscrever atletas para estas disciplinas.
23. No Comprimento, Triplo Salto, Peso, Dardo e Martelo, cada atleta realiza 4 ensaios.

INSCRIÇÕES

24. As inscrições para esta Final Nacional deverão dar entrada na Federação Portuguesa de Atletismo até ao dia 3 de Junho.
25. As inscrições deverão ser feitas por categoria e sexo, devendo nelas constar os seguintes elementos: Nome do atleta, Ano de nascimento, Provas em que concorrem e no caso das corridas até 800m, inclusive, também a Melhor Marca do atleta (nesta época) em cada uma das corridas em que participa.
26. Alterações às inscrições, quando existirem, deverão ser comunicadas imediatamente á FPA.
27. As horas de apresentação na Câmara de Chamada e entrada na pista deverão ser respeitadas. As mesmas serão publicadas oportunamente.

MÍNIMOS DE PONTUAÇÃO DAS PROVAS DESTA EDIÇÃO DO OLÍMPICO JOVEM

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
-	80 m Barreiras	14,45	10.08,60	3.000 m	12.50,00
17,30	100m Barreiras	-	7.10,00	2.000m Obstác	8.40,00
SM	4 x 80 m	SM	-	100m Barreiras	18,80
30.00,00	4.000 m Marcha	31.30,00	17,87	110 m Barreiras	-
4,95m	Comprimento	4,07m	SM	4 x 100 m	SM
1,48m	Altura	1,33m	5,50m	Comprimento	4,40m
8,95m	Peso	8,00m	1,58m	Altura	1,38m
29,00m	Dardo	20,00m	11,80m	Triplo Salto	9,05m
			10,25m	Peso	8,25m
			24,25m	Martelo	21,00m

PROGRAMA / HORÁRIO

1ª Jornada - 11 Junho		
HORA	PROVAS	ESCALÃO
15:00	110m Barreiras	Juvenil M
15:15	Comprimento	Juvenil F
15:15	Altura	Iniciado F
15:15	Martelo / 5 Kg	Juvenil M
15:20	100m Barreiras	Juvenil F
15:50	80 metros	Iniciado F
16:00	Peso / 4 Kg	Iniciado M
16:10	80 metros	Iniciado M
16:40	300 metros	Juvenil F
16:55	Comprimento	Juvenil M
17:05	300 metros	Juvenil M
17:15	Altura	Iniciado M
17:20	Martelo / 3 Kg	Juvenil F
17:20	Peso / 3 Kg	Iniciado F
17:30	1.500m Obstáculos	Iniciado F
17:40	1.500m Obstáculos	Iniciado M
17:55	2.000m Obstáculos	Juvenil M
18:10	2.000m Obstáculos	Juvenil F
18:15	Triplo-Salto	Juvenil F
18:25	4.000m Marcha (P 5)	Iniciado F
18:25	4.000m Marcha (P 1)	Iniciado M
19:05	4 x 80 metros	Iniciado F
19:25	4 x 80 metros	Iniciado M

2ª Jornada - 12 Junho		
HORA	PROVAS	ESCALÃO
09:30	100 m Barreiras	Iniciado M
09:30	Comprimento	Iniciado F
09:30	Altura	Juvenil F
09:50	80m Barreiras	Iniciado F
10:00	Dardo / 600g	Iniciado M
10:10	3.000 metros	Juvenil F
10:15	Peso / 3 Kg	Juvenil F
10:30	3.000 metros	Juvenil M
10:45	Comprimento	Iniciado M
10:50	100 metros	Juvenil F
11:10	100 metros	Juvenil M
11:15	Dardo/500g	Iniciado F
11:20	Altura	Juvenil M
11:25	1.000 metros	Iniciado F
11:30	Peso / 5 Kg	Juvenil M
11:40	1.000 metros	Iniciado M
11:50	800 metros	Juvenil F
12:05	800 metros	Juvenil M
12:10	Triplo Salto	Juvenil M
12:30	4 x 100 metros	Juvenil F
12:50	4 x 100 metros	Juvenil M

Torneio Nestlé Olímpico Jovem - 34ª Edição

Abrantes -

Sábado - 11 de Junho de 2016		
15:00	110 m bar (0,91)	JUV - M
15:15	Comprimento	JUV - F
15:15	Altura	INIC - F
15:15	Martelo (5 kg)	JUV - M
15:20	100 m bar (0,76)	JUV - F
15:50	80 metros	INIC - F
16:00	Peso (4 kg)	INIC - M
16:10	80 metros	INIC - M
16:40	300 metros	JUV - F
16:55	Comprimento	JUV - M
17:05	300 metros	JUV - M
17:15	Altura	INIC - M
17:20	Martelo (3 kg)	JUV - F
17:20	Peso (3 kg)	INIC - F
17:30	1.500 m Obstáculos	INIC - F
17:40	1.500 m Obstáculos	INIC - M
17:55	2.000 m Obstáculos	JUV - M
18:10	2.000 m Obstáculos	JUV - F
18:15	Triplo Salto	JUV - F
18:25	4.000 m Marcha a)	INIC - F
18:25	4.000 m Marcha b)	INIC - M
19:05	4 x 80 metros	INIC - F
19:25	4 x 80 metros	INIC - M

Domingo - 12 de Junho de 2016		
09:30	100 m bar (0,84)	INIC - M
09:30	Comprimento	INIC - F
09:30	Altura	JUV - F
09:50	80 m bar (0,76)	INIC - F
10:00	Dardo (600 g)	INIC - M
10:10	3.000 metros	JUV - F
10:15	Peso (3 kg)	JUV - F
10:30	3.000 metros	JUV - M
10:50	100 metros	JUV - F
10:45	Comprimento	INIC - M
11:10	100 metros	JUV - M
11:15	Dardo (500 g)	INIC - F
11:25	1.000 metros	INIC - F
11:20	Altura	JUV - M
11:30	Peso (5 kg)	JUV - M
11:40	1.000 metros	INIC - M
11:50	800 metros	JUV - F
12:05	800 metros	JUV - M
12:10	Triplo-Salto	JUV - M
12:30	4 x 100 metros	JUV - F
12:50	4 x 100 metros	JUV - M

NOTAS

MARCHA	a) Pistas 5 a 8	b) Pistas 1 a 4
ALTURA	INIC - Fem	INIC - Masc
	1,28 (+5)... -> (com 3 atletas de 3cm em 3cm)	1,45 (+5)... -> (com 3 atletas de 3cm em 3cm)
	JUV - Fem	JUV - Masc
	1,35 (+5)... -> (com 3 atletas de 3cm em 3cm)	1,54 (+5)... -> (com 3 atletas de 3cm em 3cm)

Horário de Câmara de Chamada

Sábado - 11 de Junho de 2016

Horário da prova	Prova	Sexo	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
15:00	110 m bar (0,91)	JUV - M	14:00	14:35 - 14:45	14:50
15:15	Comprimento	JUV - F	14:15	14:30 - 14:40	14:45
15:15	Altura	INIC - F	14:00	14:30 - 14:40	14:45
15:15	Martelo (5 kg)	JUV - M	14:15	14:30 - 14:40	14:45
15:20	100 m bar (0,76)	JUV - F	14:20	14:55 - 15:05	15:10
15:50	80 metros	INIC - F	14:50	15:25 - 15:35	15:40
16:00	Peso (4 kg)	INIC - M	15:00	15:15 - 15:25	15:30
16:10	80 metros	INIC - M	15:10	15:45 - 15:55	16:00
16:40	300 metros	JUV - F	15:40	16:15 - 16:25	16:30
16:55	Comprimento	JUV - M	15:55	16:10 - 16:20	16:25
17:05	300 metros	JUV - M	16:05	16:40 - 16:50	16:55
17:15	Altura	INIC - M	16:00	16:30 - 16:40	16:45
17:20	Martelo (3 kg)	JUV - F	16:20	16:35 - 16:45	16:50
17:20	Peso (3 kg)	INIC - F	16:20	16:35 - 16:45	16:50
17:30	1.500 m Obstáculos	INIC - F	16:45	17:05 - 17:15	17:20
17:40	1.500 m Obstáculos	INIC - M	16:55	17:15 - 17:25	17:30
17:55	2.000 m Obstáculos	JUV - M	17:10	17:30 - 17:40	17:45
18:10	2.000 m Obstáculos	JUV - F	17:25	17:45 - 17:55	18:00
18:15	Triplo Salto	JUV - F	17:15	17:30 - 17:40	17:45
18:25	4.000 m Marcha	INI - F	17:40	18:00 - 18:10	18:15
18:25	4.000 m Marcha	INI - M	17:40	18:00 - 18:10	18:15
19:05	4 x 80 metros	INIC - F	18:20	18:40 - 18:50	18:55
19:25	4 x 80 metros	INIC - M	18:40	19:00 - 19:10	19:15

Domingo - 12 de Junho de 2016

Horário da prova	Prova	Sexo	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
09:30	100 m bar (0,84)	INIC - M	08:30	09:05 - 09:15	09:20
09:30	Comprimento	INIC - F	08:30	08:45 - 08:55	09:00
09:30	Altura	JUV - F	08:15	08:45 - 08:55	09:00
09:50	80 m bar (0,76)	INIC - F	08:50	09:25 - 09:35	09:40
10:00	Dardo (600 g)	INIC - M	09:00	09:15 - 09:25	09:30
10:10	3.000 metros	JUV - F	09:25	09:45 - 09:55	10:00
10:15	Peso (3 kg)	JUV - F	09:15	09:30 - 09:40	09:45
10:30	3.000 metros	JUV - M	09:45	10:05 - 10:15	10:20
10:50	100 metros	JUV - F	09:50	10:25 - 10:35	10:40
10:45	Comprimento	INIC - M	09:45	10:00 - 10:10	10:15
11:10	100 metros	JUV - M	10:10	10:45 - 10:55	11:00
11:15	Dardo (500 g)	INI - F	10:15	10:30 - 10:40	10:45
11:25	1.000 metros	INIC - F	10:40	11:00 - 11:10	11:15
11:20	Altura	JUV - M	10:05	10:35 - 10:45	10:50
11:30	Peso (5 kg)	JUV - M	10:30	10:45 - 10:55	11:00
11:40	1.000 metros	INIC - M	10:55	11:15 - 11:25	11:30
11:50	800 metros	JUV - F	11:05	11:25 - 11:35	11:40
12:05	800 metros	JUV - M	11:20	11:40 - 11:50	11:55
12:10	Triplo-Salto	JUV - M	11:10	11:25 - 11:35	11:40
12:30	4 x 100 metros	JUV - F	11:45	12:05 - 12:15	12:20
12:50	4 x 100 metros	JUV - M	12:05	12:25 - 12:35	12:40

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
30.00,00	4.000 m Marcha	31.30,00
4,95	Comprimento	4,07
1,48	Altura	1,33
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
5,50	Comprimento	4,40
1,58	Altura	1,38
11,80	Triplo Salto	9,05
10,25	Peso	8,25
24,25	Martelo	21,00