



## **35º TORNEIO “OLÍMPICO JOVEM” 2017**

### REGULAMENTO E PROGRAMA

1. O Torneio Olímpico Jovem de 2017, terá a Final Nacional, na cidade de Braga, tendo a participação de 20 Seleções Distritais e Regionais e eventualmente de uma representação do Desporto Escolar e uma representação de Macau, disputando-se de acordo com o presente Regulamento.
2. O Programa de Provas será o seguinte:

<b>INICIADOS MASCULINOS (2002 e 2003)</b>	<b>INICIADOS FEMININOS (2002 e 2003)</b>	<b>JUVENIS MASCULINOS (2000 e 2001)</b>	<b>JUVENIS FEMININOS (2000 e 2001)</b>
80 metros 1.000 metros 1.500m Obstáculos 4x80 metros 100m barreiras	80 metros 1.000 metros 1.500m Obstáculos 4x80 metros 80 m barreiras	100 metros 300 metros 800 metros 3.000 metros 2.000m Obstáculos 4x100 metros 110m barreiras 5.000m marcha	100 metros 300 metros 800 metros 3.000 metros 2.000m Obstáculos 4x100 metros 100m barreiras 5.000m marcha
Comprimento Altura	Comprimento Altura	Comprimento Altura	Comprimento Altura
Peso (4 Kg) Dardo (600g)	Peso (3 Kg) Dardo (500g)	Peso (5 Kg) Dardo (700g) Disco (1,5 Kg)	Peso (3 Kg) Dardo (500g) Disco (1 Kg)

### **PARTICIPAÇÃO**

3. Cada seleção pode apresentar o máximo de 33 atletas, acompanhados no máximo por 4 treinadores / dirigentes.
4. As pontuações em cada prova serão de 20 pontos até 1 ponto.
5. A participação de outras seleções (Desporto Escolar, Macau, etc.) não afetará a atribuição de pontos para a classificação coletiva.
6. Dada a existência de mínimos de pontuação, só se atribuirão pontos a marcas melhores ou iguais aos mínimos.
7. Cada atleta pode realizar o máximo de 3 provas, desde que uma delas seja a estafeta, não podendo ser todas na mesma jornada.
8. Os atletas Iniciados não poderão competir nas provas de Juvenis.
9. Os atletas Iniciados que participam nos 1.000m não podem participar nos 1.500m Obstáculos.
10. Nesta competição os atletas Iniciados que participem na corrida de 1.000m ou 1.500m Obstáculos, não poderão participar em mais nenhuma corrida ou concurso dessa jornada que se venha a realizar posteriormente, com a exceção da estafeta de 4x80m.
11. 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 anterior (10), não poderá continuar a participar nesse concurso.
12. Nesta competição os atletas Juvenis que participem na corrida de 300m ou prova 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.

13. 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 anterior (12), não poderá continuar a participar nesse concurso.
14. As Corridas de Velocidade e Barreiras, disputam-se em séries, elaboradas a partir das marcas de inscrição dos atletas (confirmadas!).

### **CLASSIFICAÇÕES**

15. Haverá Classificação Individual em cada prova.
16. Haverá Classificação Coletiva única, apurada através do somatório dos pontos obtidos pelos atletas de cada seleção em cada prova.
17. Nas corridas disputadas por séries (80m, 100m, Barreiras, etc.) as classificações individuais serão elaboradas em função dos tempos obtidos.
18. 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**

19. 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 1,43m.
  - d. Em Iniciadas a fasquia será colocada inicialmente a 1,28m.
  - e. Em Juvenis Masculinos a fasquia será colocada inicialmente a 1,53m.
  - f. Em Juvenis Femininos a fasquia será colocada inicialmente a 1,33m.
20. No Comprimento, Peso, Dardo e Disco, cada atleta realiza 4 ensaios.

### **INSCRIÇÕES**

21. As inscrições para esta Final Nacional deverão dar entrada na Federação Portuguesa de Atletismo de preferência até ao dia 26 de Maio. No entanto, em caso de necessidade as inscrições terão de dar entrada na data limite de 29 de Maio.
22. 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.
23. Alterações às inscrições, quando existirem, deverão ser comunicadas imediatamente á FPA.
24. As horas de apresentação na Câmara de Chamada e entrada na pista deverão ser respeitadas. As mesmas serão publicadas oportunamente.

### **MÍNIMOS DE PONTUAÇÃO DAS MARCAS EM CADA PROVAS**

<b>INICIADOS</b>			<b>JUVENIS</b>		
<b>MASC</b>	<b>PROVAS</b>	<b>FEM</b>	<b>MASC</b>	<b>PROVAS</b>	<b>FEM</b>
10,70	<b>80 m</b>	11,55	12,05	<b>100m</b>	13,50
3.07.00	<b>1.000 m</b>	3.34,00	39,04	<b>300 m</b>	46,04
5.30,00	<b>1.500 m Obstác</b>	6.30,00	2.11,00	<b>800 m</b>	2.40,00
sm	<b>4 x 80 m</b>	sm	10.08,60	<b>3.000 m</b>	12.50,00
-	<b>80 m Barreiras</b>	14,45	Sm	<b>4 x 100 m</b>	sm
17,30	<b>100m Barreiras</b>	-	7.10,00	<b>2.000m Obstác</b>	8.40,00
4,95m	<b>Comprimento</b>	4,07m	32.20,00	<b>5.000 m Marcha</b>	35.10,00
1,48m	<b>Altura</b>	1,33m	-	<b>100m Barreiras</b>	18,80

8,95m	<b>Peso</b>	8,00m
29,00m	<b>Dardo</b>	20,00m

17,87	<b>110 m Barreiras</b>	-
5,50m	<b>Comprimento</b>	4,40m
1,58m	<b>Altura</b>	1,38m
10,25m	<b>Peso</b>	8,25m
35,00m	<b>Dardo</b>	20,00m
25,00m	<b>Disco</b>	18,50m

### PROGRAMA / HORÁRIO

#### 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

#### Domingo - 4 de Junho 2017

09:30	3.000 metros	Juvenil	F
	Disco / 1 Kg	Juvenil	F
	Comprimento	Iniciado	M
	Altura	Juvenil	F
	Peso / 4 Kg	Iniciado	M
09:50	3.000 metros	Juvenil	M
10:10	1.000 metros	Iniciado	F
10:20	1.000 metros	Iniciado	M
10:35	300 metros	Juvenil	F
	Dardo / 500g	Iniciado	F
10:55	300 metros	Juvenil	M
11:00	Comprimento	Juvenil	M
	Peso / 5 Kg	Juvenil	M
11:20	110m Barreiras	Juvenil	M
11:40	100m Barreiras	Juvenil	F
	Altura	Iniciado	F
11:55	100m Barreiras	Iniciado	M
12:05	Dardo / 500g	Juvenil	F
12:15	80m Barreiras	Iniciado	F
12:40	4 x 100 metros	Juvenil	M
13:00	4 x 100 metros	Juvenil	F

# Torneio Olímpico Jovem - 35ª Edição

Braga - Estádio 1º de Maio

Sábado - 3 de Junho de 2017		
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
19:10	4X80 m	INIC - M
19:30	4X80 m	INIC - F

Domingo - 4 de Junho de 2017		
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
12:40	4X100 m	JUV - M
13:00	4X100 m	JUV - F

## 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)	1,43 (+5)... -> (com 3 atletas de 3cm em 3cm)
	JUV - Fem	JUV - Masc
	1,33 (+5)... -> (com 3 atletas de 3cm em 3cm)	1,53 (+5)... -> (com 3 atletas de 3cm em 3cm)

# Horário de Câmara de Chamada

Sábado - 3 de Junho de 2017

Horário da prova	Prova	Sexo	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
15:30	80 m	INIC - M	14:30	15:05 - 15:15	15:20
15:30	Altura	JUV - M	14:15	14:45 - 14:55	15:00
15:30	Comprimento	JUV - F	14:30	14:45 - 14:55	15:00
15:30	Disco (1,5 kg)	JUV - M	14:30	14:45 - 14:55	15:00
15:30	Peso (3 kg)	INIC - F	14:30	14:45 - 14:55	15:00
15:50	80 m	INIC - F	14:50	15:25 - 15:35	15:40
16:15	100 m	JUV - M	15:15	15:50 - 16:00	16:05
16:35	100 m	JUV - F	15:35	16:10 - 16:20	16:25
16:55	800 m	JUV - M	16:10	16:30 - 16:40	16:45
16:55	Comprimento	INIC - F	15:55	16:10 - 16:20	16:25
16:55	Peso (3 kg)	JUV - F	15:55	16:10 - 16:20	16:25
17:00	Dardo (600 g)	INIC - M	16:00	16:15 - 16:25	16:30
17:10	800 m	JUV - F	16:25	16:45 - 16:55	17:00
17:25	1 500 m Obst	INIC - M	16:40	17:00 - 17:10	17:15
17:40	1 500 m Obst	INIC - F	16:55	17:15 - 17:25	17:30
17:40	Altura	INIC - M	16:25	16:55 - 17:05	17:10
17:55	2 000 m Obst	JUV - M	17:10	17:30 - 17:40	17:45
18:10	2 000 m Obst	JUV - F	17:25	17:45 - 17:55	18:00
18:30	5 000 m Marcha (a)	JUV - F	17:45	18:05 - 18:15	18:20
18:30	5 000 m Marcha (b)	JUV - M	17:45	18:05 - 18:15	18:20
18:30	Dardo (700 g)	JUV - M	17:30	17:45 - 17:55	18:00
19:10	4X80 m	INIC - M	18:25	18:45 - 18:55	19:00
19:30	4X80 m	INIC - F	18:45	19:05 - 19:15	19:20

**Domingo - 4 de Junho de 2017**

<b>Horário da prova</b>	<b>Prova</b>	<b>Sexo</b>	<b>Hora limite da confirmação</b>	<b>Horário de apresentação na Câmara de Chamada</b>	<b>Horário de entrada na Pista</b>
09:30	3 000 m	JUV - F	08:45	09:05 - 09:15	09:20
09:30	Altura	JUV - F	08:15	08:45 - 08:55	09:00
09:30	Comprimento	INIC - M	08:30	08:45 - 08:55	09:00
09:30	Disco (1 kg)	JUV - F	08:30	08:45 - 08:55	09:00
09:30	Peso (4 kg)	INIC - M	08:30	08:45 - 08:55	09:00
09:50	3 000 m	JUV - M	09:05	09:25 - 09:35	09:40
10:10	1 000 m	INIC - F	09:25	09:45 - 09:55	10:00
10:20	1 000 m	INIC - M	09:35	09:55 - 10:05	10:10
10:35	300 m	JUV - F	09:35	10:10 - 10:20	10:25
10:50	Dardo (500 g)	INIC - F	09:50	10:05 - 10:15	10:20
10:55	300 m	JUV - M	09:55	10:30 - 10:40	10:45
11:00	Comprimento	JUV - M	10:00	10:15 - 10:25	10:30
11:00	Peso (5 kg)	JUV - M	10:00	10:15 - 10:25	10:30
11:20	110 m bar (0,91)	JUV - M	10:20	10:55 - 11:05	11:10
11:40	100 m bar (0,76)	JUV - F	10:40	11:15 - 11:25	11:30
11:45	Altura	INIC - F	10:30	11:00 - 11:10	11:15
11:55	100 m bar (0,84)	INIC - M	10:55	11:30 - 11:40	11:45
12:05	Dardo (500 g)	JUV - F	11:05	11:20 - 11:30	11:35
12:15	80 m bar (0,76)	INIC - F	11:15	11:50 - 12:00	12:05
12:40	4X100 m	JUV - M	11:55	12:15 - 12:25	12:30
13:00	4X100 m	JUV - F	12:15	12:35 - 12:45	12:50

**MÍNIMOS DE PONTUAÇÃO**

<b>INICIADOS</b>		
<b>MASC</b>	<b>Provas</b>	<b>FEM</b>
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
1,48	Altura	1,33
8,95	Peso	8,00
29,00	Dardo	20,00

<b>JUVENIS</b>		
<b>MASC</b>	<b>Provas</b>	<b>FEM</b>
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
1,58	Altura	1,38
10,25	Peso	8,25
35,00	Dardo	20,00
25,00	Disco	18,50