



OLÍMPICO JOVEM REGIONAL

21 E 28 DE ABRIL DE 2007

1. NOTA INTRODUTÓRIA

- 1.1. O Torneio Olímpico Jovem é um torneio aberto, da iniciativa da Federação Portuguesa de Atletismo (FPA) integrado na campanha “Viva o Atletismo” e com o patrocínio do Comité Olímpico de Portugal.
- 1.2. Esta competição destina-se aos jovens dos 12 aos 17 anos, decorrendo em três fases: Local (escola ou autarquia), Regional (distrito ou região autónoma) e Nacional.
- 1.3. A Fase Local é facultativa e da responsabilidade das escolas, clubes e/ou autarquias.
- 1.4. A organização da Fase Regional é da responsabilidade da AARAM em colaboração com o Gabinete Coordenador do Desporto Escolar, sendo a participação aberta a todos os jovens interessados e com um programa de provas para iniciados e juvenis em consonância com o da Fase Nacional. A participação dos infantis termina nesta fase, sendo-lhes oferecido um programa de provas adiante enunciado.
- 1.5. A Fase Nacional será disputada entre as selecções de iniciados e juvenis de todos os distritos e regiões autónomas do país, nos dias 12 e 13 de Maio.

2. NORMAS DE PARTICIPATIVAS

- 2.1. A prova destina-se a atletas de ambos os sexos dos escalões de Infantis, Iniciados e Juvenis, federados e não federados, em representação própria, do seu clube, escola ou outra instituição.
- 2.2. Cada atleta deve participar obrigatoriamente nas provas do seu escalão etário.
- 2.3. Cada atleta pode participar num máximo de **duas provas por jornada**, respeitando os requisitos do regulamento geral de competições da FPA que a seguir se enunciam:
 - 2.3.1. Os atletas infantis ou iniciados que participem em provas de distâncias entre os 150 e os 300m (com ou sem barreiras), não podem participar posteriormente em mais nenhuma prova dessa jornada, com excepção das estafetas de 4x 60m (infantis) ou 4x 80m (iniciados).
 - 2.3.2. Os atletas infantis ou iniciados que participem numa prova de corrida ou de marcha de distância igual ou superior a 600 ou 800m, respectivamente, não podem participar posteriormente em mais nenhuma prova dessa jornada.
 - 2.3.3. Os atletas juvenis que participem numa prova de corrida ou de marcha de distância igual ou superior a 800m, não podem participar em mais nenhuma prova de corrida ou de marcha nessa jornada, excepto em corridas até 110m (com ou sem barreiras), desde que disputadas antes.

3. CLASSIFICAÇÃO

- 3.1. Haverá apenas classificação individual por cada prova disputada.

4. PRÉMIOS

- 4.1. Serão atribuídas medalhas aos primeiros classificados em cada prova.

5. SELECCÃO REGIONAL

- 5.1. A selecção representativa da AARAM no Olímpico Jovem Nacional é da responsabilidade do Departamento Técnico e da Direcção da AARAM.
- 5.2. Em virtude da limitação de atletas que impõe o regulamento da fase nacional e do interesse colectivo da selecção, deve salientar-se que a vitória numa prova não implica a selecção automática do atleta, sendo considerados também outros factores, como a regularidade e evolução dos jovens ao longo da época.



OLÍMPICO JOVEM

6. **INSCRIÇÕES**

- 6.1. As inscrições dos atletas filiados deverão ser feitas em ficha própria, no secretariado da AARAM, até 30 minutos antes do início das provas.
- 6.2. Os núcleos de Desporto Escolar devem enviar para a AARAM até Quinta-feira (dia 19/Abril) as inscrições nominais dos seus atletas, com a indicação do respectivo dorsal atribuído pelo Gabinete Coordenador do Desporto Escolar.
 - 6.2.1. Em cada jornada e em ficha própria fornecida pela AARAM, os responsáveis por cada núcleo, devem proceder à inscrição dos atletas em cada prova no secretariado da AARAM, até 30 minutos antes do início das provas.

7. **PROGRAMA DE PROVAS (2007)**

Prova	Infantis		Iniciados		Juvenis	
	1ª Jorn.	2ª Jorn.	1ª Jorn.	2ª Jorn.	1ª Jorn.	2ª Jorn.
60 m	-	F/M	-	-	-	-
80 m	-	-	-	F/M	-	-
100 m	-	-	-	-	-	F/M
600 m	F/M	-	-	-	-	-
800 m	-	-	-	-	F/M	-
1 000 m	-	-	-	F/M	-	-
3 000 m	-	-	-	-	-	F/M
50 m barr.	F/M	-	-	-	-	-
80 / 100 m barr.	-	-	F/M	-	-	-
100 / 110 m barr.	-	-	-	-	F/M	-
300 m barr.	-	-	-	-	-	F/M
5 000 m marcha	-	-	-	-	F/M	-
Altura	-	-	-	F/M	-	-
Comprimento	-	-	F/M	-	-	F/M
Vara	-	-	-	-	F/M	-
Vara em distância	F/M	-	-	-	-	-
Peso	-	F/M	F/M	-	M	-
Dardo	-	-	-	F/M	F	-
Disco	-	-	-	-	-	F/M
4 x 60 m	-	F/M	-	-	-	-

8. **CARACTERÍSTICAS DAS PROVAS DE BARREIRAS E LANÇAMENTOS**

Escalaão	Sexo	Barreiras (m)				Engenhos (kg)		
		Distância Total	Distância à 1ª barr.	Distância entre barr.	Altura das barr.	Peso	Dardo	Disco
Infantis	F	50	11.00	7.00	0.65	2	-	-
	M	50	11.00	7.00	0.65	3	-	-
Iniciados	F	80	12.00	8.00	0.76	3	0.5	-
	M	100	13.00	8.50	0.84	4	0.5	-
Juvenis	F	100	13.00	8.50	0.76	-	0.6	1
		300	50.00	35.00	0.76			
	M	110	13.72	9.14	0.914	5	-	1.5
		300	50.00	35.00	0.84			



9. PROGRAMA HORÁRIO

21 / ABRIL – SÁBADO (OLÍMPICO JOVEM – 1ª JORNADA)

Início	Prova	Sexo	Inf	Ini	Juv	Observações
9:30	5 000 M MARCHA	F			✓	Extra: Juniores e Seniores
	5 000 M MARCHA	M			✓	
9:40	VARA EM DISTÂNCIA	F	✓			Chamada: -,75 / Encaixe: +1m
10:00	PESO	F		✓		3 kg
10:10	VARA	F			✓	1,85 (+15) → 2,30 (+10)
	80 M BARR.	F		✓		Eliminatórias
10:20	VARA EM DISTÂNCIA	M	✓			Chamada: -,75 / Encaixe: +1m
10:25	100 M BARR.	M		✓		Eliminatórias
10:40	100 M BARR.	F			✓	Eliminatórias
10:50	110 M BARR.	M			✓	Eliminatórias
	PESO	M		✓		4 kg
11:05	COMPRIMENTO	F		✓		
	50 M BARR.	F	✓			Eliminatórias
11:20	50 M BARR.	M	✓			Eliminatórias
	VARA	M			✓	2,00 (+15) → 2,90 (+10cm)
11:40	80 M BARR.	F		✓		Final
11:50	100 M BARR.	M		✓		Final
12:00	100 M BARR.	F			✓	Final
	COMPRIMENTO	M		✓		
	DARDO	F			✓	600g
	PESO	M			✓	5 kg
12:10	110 M BARR.	M			✓	Final
12:20	50 M BARR.	F	✓			Final
12:25	50 M BARR.	M	✓			Final
12:35	800 M	F			✓	
12:40	800 M	M			✓	
12:50	600 M	F	✓			
12:55	600 M	M	✓			



OLÍMPICO JOVEM

28 / ABRIL – SÁBADO (OLÍMPICO JOVEM – 2ª JORNADA)

Início	Prova	Sexo	Inf	Ini	Juv	Observações
9:30	3 000 M	F			✓	Extra: Juniores e Seniores
9:45	3 000 M	M			✓	
10:00	PESO	F	✓			2 kg
	ALTURA	F		✓		1,08 (+4) → 1,24 (+3 cm)
	COMPRIMENTO	M			✓	
	60 M	F	✓			Eliminatórias
10:15	60 M	M	✓			Eliminatórias
10:30	80 M	F		✓		Eliminatórias
10:45	80 M	M		✓		Eliminatórias
	DARDO	F		✓		500g
11:00	PESO	M	✓			3 kg
	100 M	F			✓	Eliminatórias
11:10	100 M	M			✓	Eliminatórias
11:20	ALTURA	M		✓		1,24 (+4) → 1,44 (+3cm)
11:25	60 M	F	✓			Final
11:30	60 M	M	✓			Final
	COMPRIMENTO	F			✓	
11:35	80 M	F		✓		Final
11:40	80 M	M		✓		Final
11:45	DARDO	M		✓		500 g
	100 M	F			✓	Final
11:50	100 M	M			✓	Final
12:00	1 000 M	F		✓		
12:10	1 000 M	M		✓		
12:20	4 X 60 M	F	✓			
12:30	4 X 60 M	M	✓			
12:40	300 M BARR.	F			✓	
12:50	300 M BARR.	M			✓	

28 / ABRIL – SÁBADO (OLÍMPICO JOVEM – PROVAS NO RG3)

Início	Prova	Sexo	Inf	Ini	Juv	Observações
16:00	DISCO	F			✓	1 kg (Extra: Jun / Sen)
16:30	DISCO	M			✓	1,5 kg
17:00	DISCO	M		Jun / Sen		1,75 e 2kg - Extra