



Agrupamento das Beiras



(A.A. Aveiro – A.A. Castelo Branco – A.D.A. Coimbra – A.A. Guarda – A.D.A. Leiria – A.A. Viseu)

**VI TORNEIO “OLÍMPICO JOVEM “ DAS BEIRAS
QUILÓMETRO JOVEM DAS BEIRAS
COIMBRA
01 de Maio de 2009**

1 - INTRODUÇÃO

O Agrupamento das Beiras, coordenado pela Associação de Atletismo de Aveiro na época 2008/2009, em colaboração com a **Associação Distrital de Atletismo de Coimbra**, irá organizar no próximo dia 01 de Maio de 2009, no Estádio Cidade de Coimbra, o VII Torneio “Olímpico Jovem” das Beiras, incluindo no programa o Quilómetro Jovem das Beiras.

2 – ÂMBITO

2.1 TORNEIO “OLÍMPICO JOVEM”

Neste Torneio podem participar atletas Infantis e Iniciados, de ambos os sexos, em representação de Selecções Distritais e de clubes filiados em qualquer das Associações que integram o Agrupamento das Beiras.

2.2 QUILÓMETRO JOVEM

- a) Podem participar atletas Infantis, Iniciados e Juvenis, de ambos os sexos, em representação de Selecções Distritais e de clubes filiados em qualquer das Associações que integram o Agrupamento das Beiras.
- b) O Programa contempla duas provas Extra para atletas Juniores e Seniores femininos e masculinos, em representação de clubes filiados em qualquer das Associações que integram o Agrupamento das Beiras.

**3 - PROGRAMA-HORÁRIO**

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Observações
14:45	Altura	Infantis	Masc.	a)
	Comprimento	Infantis	Fem.	
	Vara	Iniciados	Fem.	b)
	Peso	Infantis	Masc.	3 Kg
	Disco	Iniciados	Masc.	1 Kg
15:00	60 m Barreiras	Infantis	Fem.	0,76m - Séries
15:15	60 m Barreiras	Infantis	Masc.	0,76m - Séries
15:30	80 m	Iniciados	Fem.	Séries
15:40	80 m	Iniciados	Masc.	Séries
15:50	60 m	Infantis	Fem.	Séries
16:00	60 m	Infantis	Masc.	Séries
16:15	1.000 m	Juniores/Seniores	Fem.	Séries - Extra
16:25	1.000 m	Juniores/Seniores	Masc.	Séries - Extra
	Altura	Infantis	Fem.	c)
	Comprimento	Infantis	Masc.	
	Vara	Iniciados	Masc.	d)
	Peso	Infantis	Fem.	2 Kg
	Disco	Iniciados	Fem.	0,750 Kg
16 :35	1.000 m	Juvenis	Fem.	Séries
16 :45	1.000 m	Juvenis	Masc.	Séries
16 :55	1.000 m	Iniciados	Fem.	Séries
17 :05	1.000 m	Iniciados	Masc.	Séries
17 :15	1.000 m	Infantis	Fem.	Séries
17 :25	1.000 m	Infantis	Masc.	Séries
17 :40	250 m Barreiras	Iniciados	Fem.	0,76m - Séries
17 :55	250 m Barreiras	Iniciados	Masc.	0,76m - Séries
18 :10	4x60 m	Infantis	Fem.	Séries
18 :25	4x60 m	Infantis	Masc.	Séries

PROGRESSÃO DAS FASQUIAS

a)	Altura Masc.- Início a 1,10.Subida de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas em prova. Depois sobe de 3 em 3 cm.
b)	Vara Fem.- Início a 1,80.Subida de 10 em 10 cm até ficarem 3 atletas em prova. Depois sobe de 5 em 5 cm.
c)	Altura Fem.- Início a 1,05.Subida de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas em prova. Depois sobe de 3 em 3 cm.
d)	Vara Masc.- Início a 1,80.Subida de 10 em 10 cm até ficarem 3 atletas em prova. Depois sobe de 5 em 5 cm.



4 - REGULAMENTO DA COMPETIÇÃO

Os atletas Infantis poderão participar em duas provas mais a Estafeta (desde que uma delas não seja os 1.000 m) e os Iniciados podem participar no máximo em duas provas, em ambos os casos condicionados ao estipulado no Regulamento Geral de Competições.

4.1- TORNEIO “OLÍMPICO JOVEM”

- a) As Selecções Distritais serão constituídas por 1 (um) atleta por prova.
- b) Os clubes poderão inscrever 1 (um) atleta por prova.
- c) Em todas as provas do Programa serão elaboradas **Classificações Individuais** com base nos resultados dos atletas que representam as Selecções e os Clubes.
- d) Será elaborada uma **Classificação Colectiva Geral de Selecções Distritais**, de acordo com os pontos obtidos por cada Selecção no conjunto de todas as provas do Programa. Para isso, em cada prova, atribuir-se-ão 6 pontos ao 1º classificado, ... e 1 ponto ao 6º classificado.

4.2- QUILOMETRO JOVEM

- a) No Quilómetro Jovem das Beiras as Selecções Distritais serão constituídas por 2 (dois) atletas por escalão/sexo, dos escalões de Infantis, Iniciados e Juvenis.
- b) Os Clubes poderão inscrever um número ilimitado de atletas contando apenas para a classificação individual.
- c) Em todas as provas do Programa serão elaboradas **Classificações Individuais** com base nos resultados dos atletas que representam as Selecções e os Clubes.
- d) Será elaborada uma **Classificação Colectiva Geral de Selecções Distritais**, através do somatório dos tempos dos 2 (dois) atletas que constituem as Selecções em cada escalão/sexo.

5 - INSCRIÇÕES

As inscrições das Selecções deverão ser realizadas em Ficha própria e enviadas para a Associação Distrital de Atletismo de Coimbra até ao dia 28 Abril de 2009.

Os Clubes devem efectuar as inscrições em Ficha própria e enviar as mesmas para a Associação Distrital a que pertencem, até ao dia 27 de Abril de 2009.

Cada Associação deve verificar de forma rigorosa os elementos constantes das Fichas de inscrição e remetê-las à Associação Distrital de Atletismo de Coimbra até ao dia 28 de Abril de 2009.

A confirmação das inscrições deverá ser feita até uma hora antes do horário previsto para o início da respectiva prova.

Os Atletas terão de se apresentar na Câmara de Chamada dentro dos seguintes tempos limite:

Corridas de Velocidade e Barreiras	20 minutos antes
Meio Fundo	10 minutos antes
Saltos e Lançamentos	30 minutos antes



Agrupamento das Beiras



(A.A. Aveiro – A.A. Castelo Branco – A.D.A. Coimbra – A.A. Guarda – A.D.A. Leiria – A.A. Viseu)

6 - SECRETARIADO

Os resultados oficiais ficarão a cargo da Associação Distrital de Atletismo de Coimbra.

7 - PRÉMIOS

Serão distribuídos medalhões aos 3 primeiros classificados em cada prova.

Serão atribuídas Taças/Troféus a todas as Selecções de acordo com a Classificação Geral do Quilómetro Jovem e do VII Torneio “Olímpico Jovem” das Beiras.

8 - DIRECÇÃO E OFICIAIS DE COMPETIÇÃO

Director da Competição	A Nomear
Director da Reunião	A Nomear
Delegado da Organização	A Nomear
Delegado Técnico	A Nomear
Juízes – Árbitros	A Nomear
Júri de Apelo	A Nomear