



**VIII TORNEIO “OLÍMPICO JOVEM” DAS BEIRAS  
QUILÓMETRO JOVEM DAS BEIRAS  
VISEU – Estádio Municipal do Fontelo  
24 de Abril de 2010**

## **1 - INTRODUÇÃO**

O Agrupamento das Beiras, Coordenado pela Associação de Atletismo de Castelo Branco na época 2009/2010, em Colaboração com a Associação de Atletismo de Viseu, irá Organizar no próximo dia 24 de Abril de 2010, no Estádio Municipal do Fontelo, em Viseu, o VIII Torneio “Olímpico Jovem” das Beiras e Quilómetro Jovem das Beir

## **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
15:15	Altura	Infantis	Masc.	a)
	Comprimento	Infantis	Fem.	
	Vara	Iniciados	Fem.	b)
	Peso	Infantis	Masc.	3 Kg
	Disco	Iniciados	Masc.	1 Kg
15:30	60 m Barreiras	Infantis	Fem.	0,76m - Séries
15:45	60 m Barreiras	Infantis	Masc.	0,76m - Séries
16:00	80 m	Iniciados	Fem.	Séries
16:10	80 m	Iniciados	Masc.	Séries
16:20	60 m	Infantis	Fem.	Séries
16:30	60 m	Infantis	Masc.	Séries
16:45	1.000 m	Juniores/Seniores	Fem.	Séries - Extra
16:55	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
17:05	1.000 m	Juvenis	Fem.	Séries
17:15	1.000 m	Juvenis	Masc.	Séries
17:25	1.000 m	Iniciados	Fem.	Séries
17:35	1.000 m	Iniciados	Masc.	Séries
17:45	1.000 m	Infantis	Fem.	Séries
17:55	1.000 m	Infantis	Masc.	Séries
18:10	250 m Barreiras	Iniciados	Fem.	0,76m - Séries
18:25	250 m Barreiras	Iniciados	Masc.	0,76m - Séries
18:40	4x60 m	Infantis	Fem.	Séries
18:55	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”**

- As Selecções Distritais serão constituídas por 1 (um) atleta por prova.
- Os clubes poderão inscrever 1 (um) atleta por prova.
- Em todas as provas do Programa serão elaboradas **Classificações Individuais** com base nos resultados dos atletas que representam as Selecções e os Clubes.
- 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**

- No Quilómetro Jovem das Beiras as Selecções Distritais serão constituídas por 2 (dois) atletas por escalão/sexo, dos escalões de Infantis, Iniciados e Juvenis.
- Os Clubes poderão inscrever um número ilimitado de atletas contando apenas para a classificação individual.
- Em todas as provas do Programa serão elaboradas **Classificações Individuais** com base nos resultados dos atletas que representam as Selecções e os Clubes.
- 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 de Atletismo de Viseu até ao dia 21 Abril de 2010.

Os Clubes devem efectuar as inscrições em Ficha própria e enviar as mesmas para a Associação Distrital a que pertencem, até ao dia 20 de Abril de 2010.

Cada Associação deve verificar de forma rigorosa os elementos constantes das Fichas de inscrição e remetê-las à Associação de Atletismo de Castelo Branco até ao dia 21 de Abril de 2010.

**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 de Atletismo de Castelo Branco.

### **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 VIII 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