



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DA GUARDA

## 40º TORNEIO DISTRITAL “OLÍMPICO JOVEM”

*Sub-14, Sub-16 e Sub-18*

**09 e 10 de MAIO de 2026**

**ESTÁDIO MUNICIPAL DE SEIA**

1. O 40º Torneio Distrital “Olímpico Jovem” irá disputar-se nos dias 09 e 10 de maio de 2026, no Estádio Municipal de Seia.
2. Esta Competição é uma Organização da Associação de Atletismo da Guarda.
3. As Provas do Programa terão início a partir das 15h45’ de sábado (1ª Jornada) e 09h45’ de domingo (2ª Jornada).
4. O Torneio Distrital “Olímpico Jovem” da AA Guarda destina-se a atletas Sub-14, Sub-16 e Sub-18, de ambos os sexos, filiados na Associação de Atletismo da Guarda.
5. Poderão participar extracompetição atletas filiados em outras Associações Distritais/Regionais de Atletismo, desde que devidamente autorizados.
6. A participação nas Provas Extra só é admitida a atletas filiados.
7. Cada Clube pode apresentar a quantidade de atletas que entender.
8. As **inscrições** para atletas filiados na AA Guarda são obrigatórias até 05 de maio de 2026, na plataforma <https://fpacompeticoes.pt> (ou diretamente em: <https://fpacompeticoes.pt/5913/inscrever>). As inscrições para atletas filiados em outras Associações Distritais/Regionais de Atletismo são obrigatórias até 05 de maio de 2026, via e-mail remetido pela respetiva Associação (com o nº CC) para [aaguarda@aag.pt](mailto:aaguarda@aag.pt), a solicitar autorização de participação.
9. As provas que fazem parte deste Torneio são as discriminadas no Quadro que se segue, definidas pela FPA para os escalões de Sub-16 e Sub-18, para o Torneio Nacional de 2026

- 1 -

<u>2026</u>	SUB-14 FEMININO (13/14)	SUB-14 MASCULINO (13/14)	SUB-16 FEMININO (11/12)	SUB-16 MASCULINO (11/12)	SUB-18 FEMININO (09/10)	SUB-18 MASCULINO (09/10)
<b>1ª JORNADA</b>	60m Comprimento Peso/2Kg	60m Comprimento Peso/3Kg	80m 1 500m 300m Bar./0,762m 1 500m Obst./0,762m Altura Comprimento Dardo/500g Martelo/3Kg 4x80m	80m 1 500m 300m Bar./0,762m 1 500m Obst./0,762m Vara Comprimento Dardo/600g Martelo/4Kg 4x80m	200m 800m Comprimento	200m 800m Altura Peso/5Kg
<b>2ª JORNADA</b>	60m Bar./0,762m 600m Altura	60m Bar./0,762m 600m Altura	300m 800m 80m Bar./0,762m 3 000m Marcha Vara Triplo Salto Peso/3Kg Disco/0,750Kg	300m 800m 100m Bar./0,838m 3 000m Marcha Altura Triplo Salto Peso/4Kg Disco/1Kg	100m Bar./0,762m 3 000m Marcha Dardo/500g  Estafeta Medley mista Sub-18 (100m Fem.+200m Masc.+300m Fem.+400m Masc.)	110m Bar./0,914m 3 000m Marcha

*AAMF, 06 maio 2026*

**INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA**

[www.aag.pt](http://www.aag.pt)

**E-mail: [aaguarda@aag.pt](mailto:aaguarda@aag.pt)**

## 10. PROGRAMA/HORÁRIO:

### 1ª JORNADA - sábado, 09 maio 2026

15h45'	Martelo/3Kg	Sub-16 Fem.
	Comprimento	Sub-18 Fem.
	Comprimento	Sub-16 Fem.
16h00'	60m	Sub-14 Fem.
16h10'	60m	Sub-14 Masc.
	Dardo/500g	Sub-16 Fem.
	Dardo/400g	Sub-14 Masc. Extra
	Dardo/800g	Sen. Masc. Extra
16h20'	80m	Sub-16 Fem.
	Altura	Sub-18 Masc.
16h30'	80m	Sub-16 Masc.
16h40'	200m	Sub-18 Fem.
16h50'	200m	Sub-18 Masc.
	Altura	Sub-16 Fem.
17h00'	800m	Sub-18 Fem.
	Peso/3Kg	Sub-14 Masc.
	Peso/6Kg	Sub-20 Masc. Extra
17h10'	800m	Sub-18 Masc.
17h20'	1 500m	Sub-16 Fem.
	Comprimento	Sub-14 Fem.
	Comprimento	Sub-14 Masc.
	Comprimento	Sub-16 Masc.
17h30'	300m Bar./0,762m	Sub-16 Fem.
17h45'	3 000m Marcha	Sub-16 Fem.
	3 000m Marcha	Sub-18 Fem.

### 2ª JORNADA - domingo, 10 maio 2026

09h45'	Disco/0,750Kg	Sub-16 Fem.
	Disco/1Kg	Sub-16 Masc.
10h00'	3 000m	Sen. Masc. Extra
10h15'	800m	Sub-16 Fem.
	Peso/3Kg	Sub-16 Fem.
10h25'	800m	Sub-16 Masc.
10h35'	1 000m	Sen. Masc. Extra
10h50'	60m Bar./0,762m	Sub-14 Masc.
	Dardo/500g	Sub-18 Fem.
11h00'	600m	Sub-14 Fem.
11h10'	600m	Sub-14 Masc.
	Triplo Salto (7m)	Sub-16 Fem.
11h20'	300m	Sub-16 Fem.
11h30'	300m	Sub-16 Masc.

- 2 -

11. Neste Torneio cada atleta pode participar no máximo em três provas num máximo de duas provas por dia e estando condicionado ao estipulado no Regulamento Geral de Competições.
12. Nas Provas Extra cada atleta pode participar no máximo em três provas, não podendo ser todas na mesma Jornada e estando condicionado ao estipulado no Regulamento Geral de Competições.
13. Nas **provas Extra de Concursos**, à exceção dos saltos verticais, todos os atletas terão direito a 3 ensaios no final dos quais os 8 primeiros terão direito a um ensaio suplementar.
14. As alturas de início das fasquias, bem como os incrementos das mesmas, serão decididas no local da Competição, em face dos atletas inscritos.
15. No Triplo Salto a Tábua de Chamada será colocada a 7m, para atletas Sub-16 Femininos.

### 16. Classificações:

16.1. Haverá Classificação Individual em cada uma das Provas do Programa e Classificação Coletiva única;

AAMF, 06 maio 2026

16.2. A **Classificação Coletiva** será obtida através do somatório dos pontos atribuídos aos 8 primeiros classificados em cada prova/sexo. Para isso, em cada prova, atribuir-se-ão 8 pontos ao 1º classificado, ..., e 1 ponto ao 8º classificado;

16.2.1. Em cada Prova, só poderão pontuar até um máximo de 2 (dois) atletas por Clube, sendo os outros, para efeitos de pontuação, considerados como atletas individuais, não interferindo na classificação coletiva;

16.2.2. A Classificação Coletiva só considerará os Clubes que tenham apresentado 3 atletas pontuados ou 5 atletas a participar;

16.2.3. Os casos de empate serão decididos a favor dos Clubes que obtiverem mais primeiros lugares no conjunto das provas do Programa. Se o empate subsistir aplicar-se-á o mesmo critério em relação aos segundos lugares e assim sucessivamente.