



Quilómetro Jovem – 2017





FINAL REGIONAL

Câmara de Lobos – 22 de março de 2017

O *Torneio Quilómetro Jovem (Km Jovem)* é uma iniciativa da Federação Portuguesa de Atletismo, enquadrada na campanha *Viva o Atletismo*, que envolve uma fase Regional/Distrital e uma classificação nacional de clubes/escolas em função dos resultados realizados em todas as Regiões e Distritos do país na fase Regional/Distrital (é possível que se realize uma Final Nacional em 2017).

O QUE É O *KM JOVEM*?

O *Km Jovem* é um torneio aberto à participação de atletas filiados e escolares não filiados, constituído por uma **prova de 1.000m** realizada numa pista de atletismo.

PARTICIPAÇÃO / REGULAMENTO

1. A participação na Final Regional do *Km Jovem* é aberta a todos os **clubes** e a **todas as escolas** (independentemente de terem ou não núcleos de atletismo escolar).
2. Os clubes e escolas podem participar com o número de atletas/alunos que desejarem, procurando apresentar equipas completas (ver Classificação Coletiva).
3. Este torneio é dirigido a atletas e alunos com idades compreendidas entre os 10 e os 17 anos, sendo as provas disputadas por escalões etários.

Escalão:	Benjamins (Inf.A)	Infantis (Inf.B)	Iniciados	Juvenis
Nascidos em:	2006 e 2007	2004 e 2005	2002 e 2003	2000 e 2001

5. Cada clube/escola pode participar com quantos atletas/alunos desejar.
6. Cada atleta/aluno pode participar apenas na prova do seu escalão etário.
7. Caso haja necessidade de efetuar mais do que uma série do mesmo escalão e sexo, a classificação final desse escalão e sexo será feita tendo em conta os tempos realizados por cada atleta/aluno.

PRÉMIOS

- Medalhas para os 3 primeiros classificados em cada prova, escalão e sexo.
- Troféu para o clube ou escola vencedora do *Km Jovem*.
- Troféu para a melhor escola.

CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL

Haverá uma classificação individual em cada prova, por escalão e sexo.



CLASSIFICAÇÃO COLETIVA

Para a classificação coletiva poderão concorrer todos os clubes e escolas – as equipas escolares poderão ser constituídas apenas por alunos não filiados na AARAM.

A classificação final será apurada da seguinte forma:

- contam para esta classificação as prestações do melhor elemento de cada clube/escola, em todas as provas dos vários escalões e em ambos os sexos;
- Vence o clube ou escola com o menor somatório dos tempos individuais do seu melhor elemento em cada prova;
- Os clubes/escolas que não classifiquem nenhum elemento nalgum dos escalões serão classificados depois dos que classifiquem atletas em todos os escalões e ambos os sexos.

INSCRIÇÕES

Escolas - devem enviar uma relação de alunos, indicando os seguintes elementos:

- Nº Cartão de Cidadão ou Nº de Contribuinte
- Nº do Dorsal (da escola)
- Nome Completo
- Data de Nascimento

Estes dados devem ser enviados por e-mail para apereira@atletismomadeira.pt (diretamente ou via DSDE) até dois dias antes da competição, em ficheiro de formato Excel já preparado para o efeito e que irá ser atempadamente enviado através da DSDE.

Clubes - podem efetuar a inscrição no dia da competição até 30 minutos antes do início das provas.

Eventuais alterações só serão aceites até 30 minutos antes do início das provas.

PROGRAMA (RECTIFICADO)

22 DE MARÇO DE 2017 – CÂMARA DE LOBOS

Hora	Prova	Sexo	Benj	Inf	Inic	Juv	Abs	Obs
17h30	1000 m	F	Benj					
17h40	1000 m	M	Benj					
17h55	1000 m	F		Inf				
18h05	1000 m	M		Inf				
18h20	1000 m	F			Inic			
18h30	1000 m	M			Inic			
18h40	1000 m	F				Juv		
18h50	1000 m	M				Juv		
19h00	Entrega dos prémios relativos às classificações coletivas							

Nota: Entrega de prémios individuais logo a seguir às finais individuais.

FASE DE APURAMENTO ESCOLAR (SUGESTÃO)

O apuramento escolar será da competência exclusiva de cada escola.

No entanto, para salvaguardar a melhor representação possível a cada escola e procurando que esta iniciativa chegue a toda a população escolar, recomenda-se que sejam realizadas duas fases de apuramento escolar:

1. Fase Turma

Esta fase é realizada durante as aulas de Educação Física, apurando os melhores alunos das turmas.

2. Fase Escola

Esta fase pode ser integrada no âmbito da atividade interna como um torneio inter-turmas, apurando os melhores alunos da escola em cada escalão e sexo (dentro dos escalões abrangidos pela escola).

Nestas fases, considerando as eventuais limitações dos recintos escolares, sugere-se realizar uma corrida de **600** ou de **1000m** dando 6 ou 10 voltas a um percurso de 100m – ver figura 1.

Nota:

- A corrida de **600m** ou **1000m** deve ser realizada por séries, cronometrando-se o tempo total de cada aluno (é necessário ter auxiliares para controlar o número de voltas).

Figura 1 – Esquema para um percurso de 100m

