OLÍMPICO JOVEM

15 e 30 de abril e 6 e 7 de maio de 2023

Funchal (RG3) **e Ribeira Brava** (Centro Desportivo da Madeira)

O Torneio Olímpico Jovem é um torneio aberto, da iniciativa da *Federação Portuguesa de Atletismo* (FPA). Esta competição destina-se aos jovens dos 12 aos 17 anos, havendo uma Fase Regional e uma Fase Nacional.

O programa da Fase Regional na R. A. Madeira é subdividido em quatro jornadas e é destinado aos escalões de sub14 (infantis), sub16 (iniciados) e sub18 (juvenis).

Os **sub-14** disputam apenas a Fase Regional.

A Final Nacional será disputada entre as seleções de sub16 (iniciados) e de sub18 (juvenis) de todos os distritos e regiões autónomas do país nos dias 20 e 21 de maio.

1. SELEÇÃO REGIONAL (*Final Nacional do Olímpico Jovem*)

1.1. A seleção representativa da AARAM no Olímpico Jovem Nacional é da responsabilidade do Diretor Técnico e da Direção da AARAM.

1.2. Embora seja um fator relevante, a vitória numa prova da fase regional não implica a seleção automática do atleta, sendo considerados também outros fatores, como a regularidade, a evolução ao longo da época, a disponibilidade e o comportamento em representações regionais anteriores e a melhor distribuição pelo conjunto das provas.

1.3. As provas que se disputam na Final Nacional são as seguintes (retificado):

- **Sub16**: 80m, 250m, 800m, 1500m, 80mb/100mb, 1500m obs, 4000m marcha
  Comprimento, Altura, Quádruplo, Vara, Peso, Disco, Dardo, Martelo
- **Sub18**: 100m, 1500m, 300b, Estafeta Medley mista [1]
  Comprimento (M), Altura (F), Dardo (M), Peso (F)

2. NORMAS DE PARTICIPAÇÃO

2.1. A participação é aberta a atletas federados e não federados dos escalões de sub14 (infantis), sub16 (iniciados) e sub18 (juvenis).

2.2. Os clubes podes participar com um número ilimitado de atletas.

2.3. Os jovens devem participar nas provas do respectivo escalão etário.

2.4. Nas corridas inferiores a 150m haverá eliminatórias e finais.

2.5. Os atletas podem participar no máximo de duas provas por dia de competição, respeitando os requisitos do regulamento geral de competições da FPA, que a seguir se enunciam:

2.5.1. Os atletas sub16 (iniciados) que participem numa prova de corrida ou de marcha de distância igual ou superior a 250m não podem participar posteriormente em mais nenhuma prova dessa jornada, com exceção da estafeta de 4x 80m.

2.5.2. Os atletas sub14 (infantis) que participem nos 150m não podem participar posteriormente em mais nenhuma corrida dessa jornada, com exceção da estafeta de 4x 60m.

2.5.3. Os atletas sub14 (infantis) que participem numa prova de corrida ou de marcha de distância igual ou superior a 600m não podem participar posteriormente em mais nenhuma prova dessa jornada.

2.6. Será permitida a participação extra competição nas provas expressamente assinaladas no programa.

[1] Estafeta Medley Mista: 100m (F) + 200m (M) + 300m (F) + 400m (M).

3. INSCRIÇÕES E CONFIRMAÇÕES

3.1. As inscrições serão efetuadas **on-line** na plataforma fpacompeticoes.pt até **quinta-feira** anterior à competição e a participação terá de ser confirmada até **uma hora** antes do início de cada prova.

4. PRÉMIOS

✓ Serão atribuídas medalhas aos 3 primeiros de cada prova.

5. DISTRIBUIÇÃO DAS PROVAS PELAS QUATRO JORNADAS DO OLÍMPICO JOVEM:

Jornada	**Sub14** - Infantis	**Sub16** - Iniciados	**Sub18** - Juvenis
1 15 /abril (sábado)	60, 3000Mx Altura Disco	250b, 4000Mx, Comprimento, Disco	-
2 30 / abr (domingo)	600, 60b Comprimento Dardo	250, 1500, 4x80 Vara	200, 1500
3 6 /mai (sábado)	1000 Quádruplo Peso, Martelo	80, 1500obs Quádruplo Peso, Martelo	100, 300b Altura Peso, Dardo
4 7 /mai (domingo)	150, 4x60 Vara Distância	80b/100b, 800 Altura Dardo	100b/110b, 800 Comprimento

Nota:

O programa de provas a disputar na **final nacional**, será o seguinte (retificado):

- **Sub16**: 80m, 250m, 800m, 1500m, 80mb/100mb, 1500m obs, 4000m marcha
  Comprimento, Altura, Quádruplo, Vara, Peso, Disco, Dardo, Martelo
- **Sub18**: 100m, 1500m, 300b, Estafeta Medley Mista [2]
  Comprimento (M), Altura (F), Dardo (M), Peso (F)

[2] Estafeta Medley Mista: 100m (F) + 200m (M) + 300m (F) + 400m (M).

PROGRAMA HORÁRIO – JORNADA 3

SÁBADO, 6 DE MAIO – FUNCHAL (RG3) – MANHÃ

Hora	Prova	Sexo	S14 Inf	S16 Inic	S18 Juv	S20 Jun	Abs	Obs
10h00	**Martelo**	F+M	**OJ**	**OJ**				2 / 3 / 4 kg
	Peso	F+M			**OJ**	Extra	Extra	3 / 4 / 5 / 6 / 7,26 kg
11h00	**Peso**	F+M	**OJ**	**OJ**				2 / 3 / 4 kg
	Martelo	F+M			Extra	Extra	Extra	3 / 4 / 5 / 6 / 7,26 kg

SÁBADO, 6 DE MAIO – RIBEIRA BRAVA – TARDE

Hora	Prova	Sexo	S14 Inf	S16 Inic	S18 Juv	S20 Jun	Abs	Obs
16h30	**Quádruplo – A**	F	**OJ**					Tábuas: 8 e 10m
	Altura	M			**OJ**	Extra	Extra	1,35 (+5) → 1,60 (+4) → 1,72 (+3)
	80 m	F		**OJ**				Eliminatórias
16h40	**80 m**	M		**OJ**				Eliminatórias
16h45	**Dardo**	F			**OJ**	Extra	Extra	500 g / Extra: 600g
16h50	**100 m**	F			**OJ**	Extra	Extra	Eliminatórias
17h00	**100 m**	M			**OJ**	Extra	Extra	Eliminatórias
17h10	**80 m**	F		**OJ**				Final
17h15	**80 m**	M		**OJ**				Final
17h25	**Quádruplo – A**	M	**OJ**					Tábuas: 8 e 10m
	Quádruplo – B	F		**OJ**				Tábuas: 8 e 10m
	100 m	F			**OJ**			Final
17h30	**100 m**	M			**OJ**			Final
17h45	**1 500 m Obst.**	F		**OJ**				0,76 m
	1 500 m Obst.	M		**OJ**				0,76 m
	Altura	F			**OJ**	Extra	Extra	1,15 (+5) → 1,30 (+4) → 1,42 (+3)
17h50	**Dardo**	M			**OJ**	Extra	Extra	700 g / Extra: 800g
17h55	**1 000 m**	F	**OJ**					
18h05	**1 000 m**	M	**OJ**					
18h15	3 000 m	F			Extra	Extra	Extra	
18h20	**Quádruplo – B**	M		**OJ**				Tábuas: 10 e 11m
18h30	3 000 m	M			Extra	Extra	Extra	
18h45	**300 m B**	F			**OJ**			50 + 35 / 0,76 m (7b)
18h55	**300 m B**	M			**OJ**			50 + 35 / 0,84 m (7b)
19h05	400 m B	F				Extra	Extra	45 + 35 / 0,76 m (10b)
	400 m B	M				Extra	Extra	45 + 35 / 0,91 m (10b)

Notas: - **Quádruplo A** (Infantis) – 2+2 apoios alternados (EDED ou DEDE) e corrida limitada a 18m
- **Quádruplo B** (Iniciados) – 2+2 apoios sucessivos (EEDD ou DDEE) e corrida limitada a 25m

PROGRAMA HORÁRIO – JORNADA 4

DOMINGO, 7 DE MAIO – RIBEIRA BRAVA

Hora	PROVA	Sexo	S14 Inf	S16 Inic	S18 Juv	S20 Jun	Abs	Obs
10h00	**ALTURA**	M		**OJ**				1,20 (+4) → 1,48 (+3)
	VARA EM DISTÂNCIA	F+M	**OJ**					Chamada: -75cm / Encaixe: +1m
	80 M BARR.	F		**OJ**				8b - 12+8 / 0,76m – Elim.
10h10	**100 M BARR.**	M		**OJ**				10b - 13+8,5 / 0,84m – Elim.
10h20	**100 M BARR.**	F			**OJ**			10b - 13+8,5 / 0,76m – Elim.
	100 M BARR.	F				Extra	Extra	10b - 13+8,5 / 0,84m
	DARDO	F		**OJ**				500 g
10h30	**110 M BARR.**	M			**OJ**			10b – 13,72+9,14 / 0,91m – Elim.
	110 M BARR.	M				Extra	Extra	10b – 13,72+9,14 / 0,99/1,067m
10h45	**FINAIS BARREIRAS**	?		**OJ**				Final
10h50	**COMPRIMENTO**	F			**OJ**	Extra	Extra	
10h55	**FINAIS BARREIRAS**	?			**OJ**			Final
11h10	**ALTURA**	F		**OJ**				1,12 (+4) → 1,40 (+3)
	150 M	F	**OJ**					
11h20	**150 M**	M	**OJ**					
	DARDO	M		**OJ**				600 g
11h30	**800 M**	F			**OJ**	Extra	Extra	
11h40	**800 M**	M			**OJ**	Extra	Extra	
	COMPRIMENTO	M			**OJ**	Extra	Extra	
11h50	**800 M**	F		**OJ**				
12h00	**800 M**	M		**OJ**				
12h10	**4x 60 M**	F	**OJ**					
12h20	**4x 60 M**	M	**OJ**					