

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 várias jornadas e é destinado aos escalões de sub14, sub16 e sub18.

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 17 e 18 de maio, em Viana do Castelo.

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, principalmente, a melhor distribuição dos atletas pelo conjunto das provas.
- 1.3. As provas que se disputam na Final Nacional estão definidas mais à frente neste documento.

2. NORMAS DE PARTICIPAÇÃO

- 2.1. A participação é aberta a atletas federados e não federados dos escalões de sub14, sub16 e sub18.
- 2.2. Os clubes podem participar com um número ilimitado de atletas.
- 2.3. Os jovens devem participar nas provas do respetivo 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.
- 2.6. Os atletas devem respeitar os requisitos que a seguir se enunciam:
 - 2.6.1. Aos atletas Sub-14 não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova individual de corrida ou marcha de distância igual ou superior a 150m.
 - 2.6.2. Aos atletas Sub-16 não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova individual de corrida ou marcha de distância igual ou superior a 300m.
 - 2.6.3. Aos atletas Sub-18 não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova individual de corrida ou marcha de distância igual ou superior a 300m.
- 2.7. Será permitida a participação extra competição nas provas expressamente assinaladas no programa.

3. INSCRIÇÕES E CONFIRMAÇÕES

- 3.1. As inscrições serão efetuadas **on-line** na plataforma fpacompeticoes.pt até **quinta-feira anterior** às competições 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 JORNADAS EM FALTA DO OLÍMPICO JOVEM:

Jornada		Sub14	Sub16	Sub18
5 10 /mai (sábado)	F	-	-	2000obs Vara, Disco
	M	-	-	2000obs Vara, Disco
6 11 /mai (domingo)	F	60, 600 Altura, Vara Distância, Disco	-	-
	M	60, 600 Altura, Vara Distância, Disco	-	-
7 1 /jun (domingo)	F	60b Quádruplo	-	-
	M	60b Quádruplo	-	-

6. OLÍMPICO JOVEM E CAMPEONATOS REGIONAIS DE SUB-14, SUB-16 E SUB-18

6.1. As provas do Olímpico Jovem contam para a classificação coletiva dos Campeonatos Regionais de Sub-14, Sub-16 e Sub-18, nos moldes definidos nos regulamentos de cada campeonato.

7. CAMPEONATOS REGIONAIS DE SUB-18, SUB-20, ABSOLUTOS E VETERANOS

7.1. No fim de semana de 10 e 11 de maio realizar-se-ão provas que integram os Campeonatos Regionais de Verão de Sub-18, Sub-20, Absolutos e de Veteranos, conforme o quadro seguinte:

Data	Sexo	CR Sub-18	CR Sub-20	CR Absolutos	CR Veteranos
10/mai (sábado)	F/M	-	5.000m	5.000m Estaf. Sueca (100+200+300+400m) Estaf. Olímpica (100+200+400+800m)	5.000m 4x100m
11/mai (domingo)	F/M	4x100m Estaf. Olímpica (100+200+400+800m)	-	-	-

7.2. Os atletas podem participar em duas provas por dia (individuais ou em estafeta), desde que respeitando as normas do RGC (ver ponto 2.6).

7.3. Os atletas que participam nos 5.000m não podem participar noutra prova dos campeonatos nesse dia.

PROGRAMA HORÁRIO

SÁBADO, 10 DE MAIO – RIBEIRA BRAVA

Hora	PROVA	Sexo	S14	S16	S18	S20	Abs	Vet	Obs
15h30	100 M	F		Extra	Extra				
	100 M	F				Extra	Extra		
	DISCO	M			OJ	Extra	Extra		1,5 kg (extra: 1,75 / 2 kg)
15h45	100 M	M		Extra	Extra				
	100 M	M				Extra	Extra		
16h00	ESTAFETA SUECA	F			✓	✓	CR	✓	100+200+300+400m
16h10	ESTAFETA SUECA	M			✓	✓	CR	✓	100+200+300+400m
16h20	COMPIMENTO	F		Extra	Extra	Extra	Extra		
	VARA	F+M		Extra	OJ	Extra	Extra		2,00 (+15) → 2,45 (+10) →
16h25	1 500 M	F		Extra					
16h35	1 500 M	M		Extra					
16h45	ESTAFETA OLÍMPICA	F			✓	✓	CR	✓	100+200+400+800m
17h00	ESTAFETA OLÍMPICA	M			✓	✓	CR	✓	100+200+400+800m
	DISCO	F			OJ	Extra	Extra		1 kg
17h15	2 000 M OBST.	F			OJ				0,76m
17h25	2 000 M OBST.	M			OJ				0,84m
17:30	COMPIMENTO	M		Extra	Extra	Extra	Extra		
17h40	4x 100 M	F						CR	
17h50	4x 100 M	M						CR	
18h00	5 000 M	F				CR	CR	CR	
18h30	5 000 M	M				CR	CR	CR	

Notas: OJ – Olímpico Jovem / CR – Campeonatos Regionais (do escalão assinalado)

- CAMPEONATOS REGIONAIS:

- Os atletas podem participar em duas provas por dia (individuais ou em estafeta), desde que respeitando as normas do RGC (ver ponto 2.6).
- Os atletas que participam nos **5.000m** não podem participar noutra prova dos campeonatos nesse dia

PROGRAMA HORÁRIO

DOMINGO, 11 DE MAIO – RIBEIRA BRAVA

Hora	PROVA	Sexo	S14	S16	S18	S20	Abs	Obs
	110 M BARR.	M			Extra	Extra	Extra	0,91 / 0,99 / 1,06 m
10h00	VARA EM DISTÂNCIA	M	OJ					-1m / +1m
	ALTURA	F	OJ					1,00 (+4) → 1,28 (+3) →
	DISCO	M	OJ	Extra				750 g
10h10	100 M BARR.	F			Extra	Extra	Extra	0,76 / 0,84 m
10h20	60 M	F	OJ					Eliminatórias
10h30	60 M	M	OJ					Eliminatórias
10h40	4x 100 M	F		✓	CR			
10h50	4x 100 M	M		✓	CR			
11h00	60 M	F	OJ					Final
11h05	60 M	M	OJ					Final
11h10	VARA EM DISTÂNCIA	F	OJ					-1m / +1m
	DISCO	F	OJ	Extra				600 g
11h15	ALTURA	M	OJ					1,00 (+4) → 1,32 (+3) →
	ESTAFETA OLÍMPICA	F		✓	CR			100+200+400+800m
11h25	ESTAFETA OLÍMPICA	M		✓	CR			100+200+400+800m
	DARDO	F+M		Extra	Extra	Extra	Extra	
11h40	400 M	F				Extra	Extra	
11h50	400 M	M				Extra	Extra	
12h00	600 M	F	OJ					
12h05	600 M	M	OJ					

Notas: **OJ** – Olímpico Jovem / **CR** – Campeonatos Regionais (do escalão assinalado)

- CAMPEONATOS REGIONAIS:

- Os atletas podem participar em duas provas por dia (individuais ou em estafeta), desde que respeitando as normas do RGC (ver ponto 2.6).