



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO
Olímpico Jovem Distrital
Torneio Cais do Moliço
Pista de Atletismo Estádio Municipal de Vagos
8 e 9 de Maio de 2021



CONSIDERAÇÕES A TER NO RETORNO À COMPETIÇÃO O ATLETISMO REGRESSA À PISTA DA EXCELENCIA

- a) Atletas terão que apresentar o termo de responsabilidade.**
- b) Medição de temperatura, desinfeção das mãos à entrada e saída da pista, obrigatório a utilização de máscara, por todos os participantes, exceto durante o aquecimento e competição.**
- c) Espaço de 3 metros entre pessoas durante a prática da competição.
O distanciamento deverá ser sempre maximizado e o período de proximidade entre atletas deverá ser o menor possível.**
- d) Não é permitido o contacto físico quer entre técnicos, funcionários e juízes.**
- e) Salto em comprimento - os atletas só têm direito a dois (2) ensaios no aquecimento.**
- f) Atletas com engenhos próprios/oficiais podem usar durante a competição (pesagem oficial na pista).**
- g) Atletas no concurso de Peso, são os próprios que recolhem os engenhos durante o aquecimento e competição (aquecimento somente 2 ensaios).**
- h) A primeira parte do aquecimento (corrida contínua) deverá ser feita fora da pista, respeitando todas as normas de segurança. A segunda parte (mobilidade) deverá ser feita num local previamente designado.**
- i) Manuseamento de blocos de partida pelo próprio atleta (aquecimento e competição).**
- j) Aconselhamos a todos os Clubes que tenham higienização para os seus atletas.**
- l) Não será permitida a entrada a qualquer participante com temperatura corporal acima de 38º.**
- m) Todos os participantes devem monitorizar a sua temperatura na semana que antecede a competição e, no caso de se encontrarem doentes, com sintomatologia que possa ser associada á infeção por COVID-19, não devem deslocar-se para a competição.**
- n) Proibição de partilha de garrafa de água.**
 - o) A organização não disponibiliza pó de magnésio, ou substância similar, nem pano de limpeza para utilização dos atletas, pelo que os mesmos devem ser portadores do material referido, caso o pretendam utilizar.**
- p) As normas podem ser alteradas conforme ordens da DGS/IPDJ e FPA.**

Sábado, 8

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
15H00	80 Metros	Iniciados	Masc.	Elim.	
	Martelo (3 Kg.)	Iniciados	Fem.	Final	
	Comprimento	Iniciados	Fem.	Final	
15H15	80 Metros	Iniciados	Fem.	Elim.	
15H25	60 metros	Benj.B/Inf.	Masc.	Serie	Torneio
15H40	60 Metros	Benj.B/Inf.	Fem.	Serie	Torneio
15H55	100 Metros	Juvenil	Masc.	Elim.	
16H05	100 Metros	Jun./Se..	Masc.	Serie	Torneio
	S. Altura	Juvenil	Masc.	Final	
16H20	100 metros	Juvenil	Fem.	Elim.	
16H30	100 Metros	Jun./Sen.	Fem.	Serie	Torneio
16H45	800 Metros	Juvenil	Masc.	Serie	
	Comprimento	Juvenil	Fem.	Final	
	Comprimento	Jun./Sen.	Fem	Final	Torneio
	Peso (3 Kg.)	Iniciado	Fem.	Final	
	Peso (3 Kg.)	Juvenil	Fem.	Final	
17H00	800 Metros	Juvenil	Fem.	Serie	
17H15	80 Metros	Iniciado	Masc.	Final	
17H25	80 Metros	Iniciado	Fem.	Final	
17H35	100 Metros	Juvenil	Masc.	Final	
17H45	100 Metros	Juvenil	Fem.	Final	
	Comprimento	Iniciado	Masc.	Final	
	Lanç. de dardo (600 grs.)	Iniciado	Masc.	Final	
17H55	800 M	Iniciado	Masc.	Serie	
18H05	800 M	Jun./Sen.	Masc.	Serie	Torneio
18H15	800 M	Iniciado	Fem.	Serie	
18H30	800 M	Jun./Sen.	Fem.	Serie	Torneio
	S. Altura	Iniciado	Masc.	Final	
	Lanç. de Dardo (700 grs.)	Juvenil	Masc.	Final	
18H40	4.000 M/Mx	Imic.	Masc.	Final	Pista 1/4
	4.000 M/Mx	Inic.	Fem.	Final	Pista 5/8

O programa pode ser ajustado

Domingo, 9

Hora Início	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
09H30	110 Metros/Bar. (0,91)	Juvenil	Masc.	Serie	10 Bar/ 13,72/09,14/14,02
	Lanç. de Dardo (600 grs.)	Juvenil	Fem.	Final	
	Lanç. de Disco (1Kg.)	Iniciado	Masc.	Final	
09H45	100 Metros/Bar. (0,84)	Iniciado	Masc.	Serie	10 Bar./13,00-8,50-10,50
10H00	100 Metros/Bar. (0,76)	Juvenil	Fem	Serie	10 Bar/ 13,00/08,50/10,50
10H15	80 Metros/Bar. (0,76)	Iniciado	Fem.	Serie	8 Barreiras a 12,00/08.00/12,00
10H30	200 Metros	Juvenil	Masc.	Serie	
	S. Altura	Juvenil	Fem.	Final	1,26-1,31-1,36-1,41-1,44-1,47-1,50-1,53-1,56-...
	Lanç. Dardo (500 grs.)	Iniciado	Fem.	Final	
10H45	200 Metros	Juvenil	Fem.	Serie	
10H55	250 Metros	Iniciado	Masc.	Serie	
11H15	250 Metros	Iniciado	Fem.	Serie	
	S. Comprimento	Juvenil	Masc.	Final	
	L. de Peso (4 Kg.)	Iniciado	Masc.	Final	
	L. de Peso (5 Kg.)	Juvenil	Masc.	Final	
11H30	1.500 Metros	Juvenil	Masc.	Serie	
11H45	1.500 Metros	Juvenil	Fem.	Serie	
11H55	1.500 Metros	Iniciado	Masc.	Serie	
12H10	1.500 Metros	Iniciado	Fem.	Serie	

O programa pode ser ajustado

Regulamento Olímpico Jovem Distrital

1	Este torneio destina-se a atletas dos escalões de iniciados e juvenis em representação de Clubes e Escolas com sede na área de jurisdição da Associação de Atletismo de Aveiro.
2	Cada clube/Escola pode inscrever um número ilimitado de atletas em cada escalão
3	Cada atleta só pode participar nas provas previstas para o seu escalão etário
4	Os atletas só poderão participar em 2 (duas) provas por dia, num máximo de 4 (quatro) provas no conjunto das duas jornadas.
5	Os atletas iniciados que participem numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 250 metros, não poderão participar em mais nenhuma corrida, prova de marca ou concurso dessa jornada que se venha a realizar posteriormente, podendo participar noutras que se realizem antes. No caso de o atleta participar num concurso que ainda não tenha terminado, quando o atleta realiza uma prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 250 metros, o atleta não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização da corrida. No caso de o atleta participar na eliminatória de uma corrida de velocidade ou de barreiras que se realize antes de uma prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 250 metros em que o atleta participe, se o atleta for apurado para a final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final.
6	Os atletas do escalão de juvenil que participem em corridas ou provas de marcha com distância igual ou superior a 300 metros, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha nessa jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas, com exceção da estafeta de 4x100. No caso de um atleta participar numa eliminatória de uma prova de corrida ou concurso, que se realize antes da corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 300 metros em que participa, não poderá participar nos ensaios que ainda faltem no concurso ou na final que se realiza após esta prova.
7	Os atletas não filiados que se classifiquem nos 5 (cinco) primeiros lugares de cada prova deverão fazer prova de idade, apresentando para o efeito o respetivo bilhete de identidade ou bilhete de cidadão.
8	São elaboradas classificações individuais e coletivas, separadas por género, sendo esta última de acordo com o seguinte esquema de pontuação de cada prova: 8,7,6,5,4,3,2,1.
9	Nas corridas em que se disputem eliminatórias e finais, as classificações individuais serão elaboradas considerando-se em primeiro lugar as classificações individuais dos participantes na final (ou dos apurados para a mesma). As classificações seguintes serão elaboradas através dos resultados obtidos nas eliminatórias. No caso de haver igualdade de tempos em eliminatórias diferentes, é classificado à frente o atleta que tiver obtido o melhor tempo eletrónico (lido em milésimos) e se mesmo assim o empate subsistir, os atletas serão considerados empatados, procedendo-se à repartição de pontos.
10	Nas corridas disputadas por séries, sem final, as classificações individuais serão elaboradas em função dos tempos obtidos. No caso de haver igualdade de tempos em séries diferentes, é classificado à frente o atleta que tiver obtido o melhor tempo eletrónico (lido em milésimos) e se mesmo, os atletas serão considerados empatados, procedendo-se à repartição de pontos.
11	As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE (fpacompeticoes.pt) até às 18 horas de Quinta-feira que antecede a competição. Todos os Clubes/Técnicos ou atletas terão de fazer a confirmação na corrida ou concurso até 60 minutos antes do início da prova, após o qual não haverá possibilidade de o fazer.
12	Prémios: medalhas aos 3 (três) primeiros de cada prova. Taças às 3 (três) primeiras equipas (masculinas e femininas)
13	Apresentação: corridas: 10 minutos, Concursos: 20 minutos antes do horário de início da prova
14	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
15	DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro. Serão penalizados os atletas sem o dorsal original.

TORNEIO CAIS DO MOLIÇO

Regulamento

1	A Associação de Atletismo de Aveiro leva a efeito o Torneio Cais do Moliço.
2	Esta competição destina-se a atletas filiados. A participação de atletas filiados em outras Associações Distritais é condicionada ao parecer da Direção Técnica Distrital, devendo os respetivos pedidos ser enviados para a Associação de Atletismo de Aveiro até Às 12 horas de quinta-feira que antecede a competição.
3	Os atletas da Associação de Atletismo de Aveiro devem apresentar-se com o dorsal atribuído para a época de 2021.
4	As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE (fpacompeticoes.pt) até às 18 horas de Quinta-feira que antecede a competição. Todos os Clubes/Técnicos ou atletas terão de fazer a confirmação na corrida ou concurso até 60 minutos antes do início da prova, após o qual não haverá possibilidade de o fazer.
5	Apresentação na câmara de chamada: corridas 10´ e concursos 20´ do horário previsto.
6	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
7	DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação Atletismo de Aveiro. Serão penalizados os atletas sem o dorsal original.
8	Neste Torneio apenas haverá classificação individual.