



8º FESTIVAL DE ATLETISMO DE VALDÁGUA
Polidesportivo da Associação Cultural e Recreativa de Valdágua
Prova Integrada no Calendário da Associação de Atletismo de Aveiro
1 de Maio de 2014



REGULAMENTO

1. Horário

Horas	Acontecimento/Prova
9:15	Receção dos participantes e acompanhantes, construção e inscrição das equipas.
9:30	Desfile de todos os participantes, Cerimónia de Abertura e hastear das bandeiras.
9:40	Aquecimento.
9:50	Início das actividades competitivas.
11:30	ESTAFETA BENJAMINS
11:45	Cerimónias Protocolares
11:55	Entrega de Lanche, Convívio Final e Cerimónia de Encerramento

2. Local

Os Jogos têm lugar no recinto polidesportivo da Associação Cultural e Recreativa de Valdágua (ACRVD).

3. Ajuízamento/Acompanhamento

As provas serão ajuizadas por elementos do corpo de juízes da AAA em conjunto com elementos da organização.

4. Participação

Podem participar atletas nascidos entre 2003 e 2007. Podem também participar alunos de escolas em representação das mesmas.

5. Inscrições

São gratuitas e devem ser enviadas **até às 17h30m do dia 29 de Abril, IMPRETERIVELMENTE:**

E-mail: atletismo.valdagua@gmail.com

Associação Cultural e Recreativa de Valdágua
8º Festival de Atletismo – Inscrições
Rua da Ass. Cult. e Recreativa de Valdágua
3880 – 522 VÁLEGA

Telemóveis:

917141487-José Eduardo ou 919483824 – Tiago Maia ou 936267534-Martinho Tavares
FAX(pf): 234 382 469-AAA

As inscrições devem indicar:

Nome e apelido; ano de nascimento; clube e dorsal AAA (para os atletas filiados na AAA).

6. Normas

Este Festival tem carácter competitivo mas é sobretudo lúdico.

Os atletas serão agrupados num só escalão sem distinção de sexos.

As provas serão disputadas por equipas de 4 elementos. Sugere-se que todas as equipas sejam formadas por crianças dos dois sexos e de idades diferentes. Podem ser do mesmo clube ou de clubes diferentes. As equipas mantêm-se durante todo o Festival.

Apoios:





8º FESTIVAL DE ATLETISMO DE VALDÁGUA
Polidesportivo da Associação Cultural e Recreativa de Valdágua
Prova Integrada no Calendário da Associação de Atletismo de Aveiro
1 de Maio de 2014



Disputar-se-ão 3 jogos/provas com 3 ou 4 equipas (12 a 16 crianças) em simultâneo.

7. Classificações/Prémios

Individuais:

Medalhas às 3 primeiras equipas no conjunto das 6 provas. A classificação é obtida através das classificações obtidas nas 6 provas.

A organização oferece um lanche e lembranças a todas as crianças participantes.

Colectivos:

Serão atribuídos prémios de presença para todos os clubes/escolas presentes.

8. Acompanhantes

A ACRVD dispõe de uma bancada coberta e um bar.

9. Outros IMPORTANTE

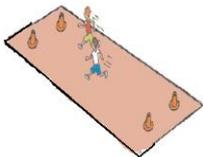
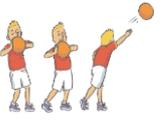
Cada clube/escola deve fazer-se acompanhar de uma bandeira ou similar para ser transportada no desfile inicial e ser depois exposto durante a realização dos jogos.

Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de 4 alfinetes de segurança para fixar o dorsal.

Todos os atletas federados devem fazer-se acompanhar pelos dorsais da A.A.A.

Os casos omissos são da inteira responsabilidade da ACRVD e dos Juizes presentes. O número de tentativas poderá ser ajustado no início da competição. Dada a natureza destas provas não há lugar a recursos.

DESCRIÇÃO DOS JOGOS

<u>Jogo 1</u> CORRIDA DE VELOCIDADE		Após um sinal sonoro, cada criança deverá correr o mais rápido possível, em linha recta, uma distância de 2 vezes ± 15 metros – ida e volta. O colega de equipa parte só depois de tocado. O jogo é disputado por 2 equipas de cada vez. As equipas são seriadas pelos tempos obtidos desde a partida do 1º até à chegada do último.	1 Tentativa
<u>Jogo 2</u> LANÇAMENTO DA BOLA		Da posição de parado, lançar com as duas mãos o mais longe possível uma bola medicinal de 2Kg. O arremesso é medido e o resultado da equipa é obtido pela soma do melhor lançamento de cada um dos seus elementos. (Aconselha-se o lançamento dorsal)	3 Tentativas
<u>Jogo 3</u> PISTA DE OBSTÁCULOS		Percurso de 2 vezes ± 15 metros (ida e volta) os jovens atletas deverão correr o mais rápido possível um percurso de obstáculos. O colega de equipa parte só depois de tocado. O jogo será disputado por 2 equipas em simultâneo. As equipas são seriadas pelos tempos obtidos desde a partida do 1º até à chegada do último.	1 Tentativa

Apoios:





8º FESTIVAL DE ATLETISMO DE VALDÁGUA
Polidesportivo da Associação Cultural e Recreativa de Valdágua
Prova Integrada no Calendário da Associação de Atletismo de Aveiro
1 de Maio de 2014



Jogo 4 PULA PULA		Cada atleta tentará realizar o maior número de saltos laterais durante 10 segundos. A contagem inicia-se após um sinal sonoro. O resultado da equipa será obtido através da soma do número de saltos dos seus elementos.	1 Tentativa
Jogo 5 TIRO AO ALVO		Os atletas lançam, com uma das mãos, um mini-melão de rãguebi, a partir de uma zona de balanço e tentam introduzi-lo num "saco" colocado a cerca de 10 metros de distância e 3 de altura. A introdução vale 3 pontos, os toques na estrutura valem 2 pontos e o atingir o plano da entrada do "saco" 1 ponto. Serão somados os pontos de todos os elementos da equipa.	3 Tentativas
Jogo 6 QUINTEPLO SALTO		Com 5 metros para realizar a corrida de balanço e numa zona de chamada, cada atleta terá de efectuar 5 saltos seguidos com apoios alternados no solo. Cada tentativa será medida, sendo o resultado final obtido pela soma do melhor registo de cada um dos elementos da equipa.	3 Tentativas
ESTAFETA MISTA	Constituição de 3 equipas com igual número de elementos (4, 6, 8, etc.) e numa distribuição tão equilibrada quanto possível. As equipas devem ser mistas: rapazes e raparigas e de clubes diferentes. Este jogo não tem objectivos competitivos. O testemunho será um pequeno ramo de flores. <i>Simbólicamente cada menino(a) oferece flores a um seu companheiro.</i>		

Diretor Técnico – José Eduardo Pinho

Apoios:

