



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

FILIADA NA FPA INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA FUNDADA EM 1929  
MEDALHA DE MÉRITO DESPORTIVO

Rua Rodrigo da Fonseca nº 56 C/V – 1250-193 Lisboa; Telefone: 213861811 – Fax: 213860688  
www.aalisboa.com.pt – E-mail: [lisboa@fpalletismo.org](mailto:lisboa@fpalletismo.org)

## COMUNICADO Nº 37 - 2016/17

Lisboa, 3 de Maio de 2017

### *Olímpico Jovem Regional*

13 e 14 de Maio de 2017

Pista Prof. Moniz Pereira

#### Programa de provas do Olímpico Jovem

Jornada	Iniciados Masculinos 2002/2003	Iniciados Femininos 2002/2003	Juvenis Masculinos 2000/2001	Juvenis Femininos 2000/2001
<b>Sábado</b>	80 m 1500m Obstáculos 4 x 80 m Dardo (600gr) Altura	80m 1500m Obstáculos 4x80m Comprimento Peso (3Kg)	100m 800m 2.000m Obstáculos 5.000m Marcha Altura Dardo (700gr) Disco (1,5Kg)	100m 800m 2.000m Obstáculos 5.000m Marcha Comprimento Peso (3Kg)
<b>Domingo</b>	100 m Barreiras 1.000 m Comprimento Peso (4Kg)	1000m 80m Barreiras Altura Dardo (500gr)	300m 3.000m 4x100m 110m Barreiras Comprimento Peso (5Kg)	300m 3.000m 4x100m 100m Barreiras Altura Dardo (500gr) Disco (1Kg)

#### Programa Horário - Sábado 13 Maio 2017

Hora Início	Prova	Escalão	Sexo	Hora Confirmação	Obs.
15:30	80 metros	Iniciados	M	14:45	Séries
	Disco (1,5 Kg)	Juvenis	M		Grupo
	Altura	Juvenis	M		Grupo
	Comprimento	Juvenis	F		Grupo
	Peso (3 Kg)	Iniciados	F		Grupo
15:50	80 metros	Iniciados	F	15:05	Séries
16:15	100 metros	Juvenis	M	15:30	Eliminatórias
16:35	100 metros	Juvenis	F	15:50	Eliminatórias
16:55	800 metros	Juvenis	M	16:10	Séries
	Comprimento	Iniciados	F		Grupo
	Peso (3 Kg)	Juvenis	F		Grupo
17:00	Dardo (600 gr)	Iniciados	M	16:15	Grupo
17:10	800 metros	Juvenis	F	16:25	Séries
17:25	1500m Obstáculos	Iniciados	M	16:40	Séries
17:40	1500m Obstáculos	Iniciados	F	16:55	Séries
	Altura	Iniciados	M		Grupo
17:55	2000m Obstáculos	Juvenis	M	17:10	Séries
18:10	2000m Obstáculos	Juvenis	F	17:25	Séries
18:30	5000m Marcha	Juvenis	M	17:45	Séries
	5000m Marcha	Juvenis	F		Séries
	Dardo (700 gr)	Juvenis	M		Grupo
19:00	100m	Juvenis	M	----	Final
19:10	100m	Juvenis	F	----	Final
19:35	4x80 metros	Iniciados	M	18:50	Séries
19:50	4x80 metros	Iniciados	F	19:05	Séries

**Programa Horário - Domingo 14 Maio 2017**

<b>Hora Inicio</b>	<b>Prova</b>	<b>Escalão</b>	<b>Sexo</b>	<b>Hora Confirmação</b>	<b>Obs.</b>
09:30	3.000m	Juvenis	M	08:45	Séries
	Disco (1Kg)	Juvenis	F		Grupo
	Comprimento	Iniciados	M		Grupo
	Altura	Juvenis	F		Grupo
	Peso (4Kg)	Iniciados	M		Grupo
09:45	3.000m	Juvenis	F	09:00	Séries
10:10	110m Barreiras	Juvenis	M	09:25	Séries
10:25	100m Barreiras	Iniciados	M	09:40	Séries
10:40	100m Barreiras	Juvenis	F	09:55	Séries
10:50	Dardo (500gr)	Iniciados	F	10:05	Grupo
10:55	80m Barreiras	Iniciados	F	10:10	Séries
11:00	Comprimento	Juvenis	M	10:15	Grupo
	Peso (5 Kg)	Juvenis	M		Grupo
11:10	300m	Juvenis	M	10:25	Séries
11:15	Altura	Iniciados	F	10:30	Grupo
11:25	300m	Juvenis	F	10:40	Séries
11:40	1.000 metros	Iniciados	M	10:55	Séries
11:50	1.000 metros	Iniciados	F	11:05	Séries
12:05	4x100 metros	Juvenis	M	11:20	Séries
	Dardo (500g)	Juvenis	F		Grupo
12:20	4x100 metros	Juvenis	F	12:35	Séries

**Regulamento do Olímpico Jovem Regional**

- 1. Participação:** de atletas dos escalões assinalados, filiados na época 2016/2017, em representação de clubes, escolas/agrupamentos de escolas igualmente filiados ou como individuais.
- 2. Inscrições para atletas da AAL:** devem ser efetuadas em ficha própria, entregue no secretariado, até 45 minutos antes da respetiva prova, ficando desde já confirmados para a mesma. Devem indicar o número do dorsal da época, nome, sexo, escalão, clube, bem como a prova em que pretendem participar.
- 3. Inscrições/outras Associações:** os pedidos têm de ser efetuados até quatro dias antes da competição.
- 4. Nota importante:** o atleta que não apresentar o dorsal atribuído pela AAL para a época em curso e ou dos atletas de outras associações que já participaram e foi atribuído dorsal, e que requeiram novo dorsal, têm uma despesa de **2.50€ por dorsal.**
- 5. Classificação:** haverá apenas classificação individual para cada escalão/sexo.
- 6. Prémios:** serão atribuídas medalhas aos 3 primeiros atletas classificados em cada uma das provas do Olímpico Jovem, dos escalões de Iniciados e Juvenis.
- 7. Altura inicial e progressão da fasquia no Salto em Altura:**
  - **Iniciados Femininos:** 1,15 m, sobe de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas, e posteriormente de 3 em 3 cm;
  - **Iniciados Masculinos:** 1,20 m, sobe de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas, e posteriormente de 3 em 3 cm;
  - **Juvenis Femininos:** 1,20 m, sobe de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas, e posteriormente de 3 em 3 cm;
  - **Juvenis Masculinos:** 1,35 m, sobe de 5 em 5 cm até ficarem 3 atletas, e posteriormente de 3 em 3 cm;
- 8. Normas Regulamentares de acordo com o Regulamento Geral de Competições da FPA e o Regulamento Especifico do Olímpico Jovem.**
  - 8.1.** Os atletas poderão apenas participar nas provas do seu escalão.
  - 8.2.** Cada atleta pode realizar o máximo de 3 provas, não podendo ser todas na mesma jornada.
  - 8.3.** Os atletas poderão ainda realizar uma 4ª prova, desde que esta seja a estafeta, e não realizem mais de duas provas por jornada. (este ponto não está considerado no regulamento da final nacional do OJ 2017)
  - 8.4.** Nos concursos, todos os atletas efetuarão 4 ensaios.
  - 8.5.** Nas estafetas, poderão participar uma equipa por clube. Não é permitida a inscrição de equipas de estafetas constituídas por atletas individuais.
  - 8.6.** O atleta Iniciado que participe nos 1.500 m Obstáculos, não poderá participar nos 1.000m (regra apenas para a final do O.J.);
  - 8.7.** O atleta Iniciado que participe numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 250 m, não poderá participar em mais nenhuma corrida, prova de marcha ou concurso dessa jornada que venha a ter lugar posteriormente, com exceção da estafeta de 4x80m, podendo participar noutra que se realize antes.

**8.8.** O atleta Iniciado, que estiver a participar num concurso, que ainda não tenha terminado e o suspenda para participar numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 250 m, não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização da corrida ou prova de marcha.

**8.9.** O atleta Juvenil, que participe numa corrida ou prova de marcha, de distância igual ou superior a 300 m, não poderá participar em mais nenhuma corrida, prova de marcha ou concurso dessa jornada que venha a ter lugar posteriormente, com exceção da estafeta de 4x100 m, podendo participar noutra que se realize antes.

**8.10.** O atleta Juvenil, que estiver a participar num concurso que ainda não tenha terminado, e o suspenda para participar numa prova de corrida ou de marcha, com distância igual ou superior a 300 m, não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização da corrida ou prova de marcha.

**9.** O horário das provas não prevê interrupções e pretende respeitar as sequências acima mencionadas, na presunção de que alguns ajustes ao horário possam eventualmente ser realizados. Qualquer alteração do horário previsto, será comunicada aos clubes, atletas e treinadores.

Os casos omissos ou eventuais alterações ao presente Regulamento serão resolvidos e promovidas pela Organização, ouvido o Diretor Técnico Regional.

**Critérios de seleção para a Final Nacional:** A participação no Regional do Olímpico Jovem é de carácter obrigatório, no entanto os vencedores não estão automaticamente selecionados. A seleção da A.A. Lisboa para o Olímpico Jovem Nacional, a realizar em Braga nos dias 3 e 4 de Junho de 2017, será definida em função de:

1. Da distribuição mais vantajosa para a Seleção, tendo em conta o programa de provas e o regulamento específico do Olímpico Jovem da responsabilidade da FPA.
2. Das classificações e resultados obtidos no Olímpico Jovem Regional.
3. Dos resultados e classificações obtidas em competições realizadas em data próxima do Olímpico Jovem Regional.
4. Da regularidade competitiva e dos resultados obtidos em anteriores Seleções Regionais.

***Notas do regulamento específico da final nacional do OJ 2017:***

- Na final Nacional, a AAL pode apresentar o máximo de 33 atletas.
- Cada atleta pode realizar o máximo de 3 provas, nelas se incluindo as estafetas, não podendo ser todas na mesma jornada.

A lista preliminar será divulgada a 19 de Maio de 2017.

A seleção final da AAL será divulgada no dia 26 de Maio de 2017.

**A Direção**