



XLVI mini olimpíadas concelhias

regulamento
ATLETISMO



CCROF CENTRO DE
CULTURA E RECREIO
DO ORFEÃO DA FEIRA



santa maria da feira
câmara municipal



ATLETISMO

1º - As provas de Atletismo serão realizadas na Pista de Atletismo da Cidade de Lourosa, nos dias 24 e 25 de Junho de 2022. Sendo que a data limite de inscrição é o dia 19 de Maio de 2022.

2º - Poderão participar nesta prova atletas de ambos os sexos nascidos de 2008 a 2019 sendo os escalões agrupados mediante a idade e sexo dos atletas inscritos, **sendo os atletas agrupados nos seguintes escalões:**

- Atl 4** - Crianças nascidas em 2019 – 4 anos;
- Atl 5** - Crianças nascidas em 2018 – 5 anos;
- Atl 6** - Crianças nascidas em 2017 – 6 anos;
- Atl 7** - Crianças nascidas em 2016 – 7 anos;
- Atl 8** - Crianças nascidas em 2015 – 8 anos;
- Atl 9** - Crianças nascidas em 2014 – 9 anos;
- Atl 10** - Crianças nascidas em 2013 – 10 anos;
- Atl 11** - Crianças nascidas em 2012 – 11 anos;
- Atl 12** - Crianças nascidas em 2011 – 12 anos;
- Atl 13** - Crianças nascidas em 2010 – 13 anos;
- Atl 14** - Crianças nascidas em 2009 – 14 anos.
- Atl 15** – Crianças nascidas em 2008 – 15 anos.

3º - As provas de Atletismo serão compostas pelas seguintes disciplinas:

3.1 – O atleta só se poderá inscrever no máximo em 4 disciplinas + estafetas

1º GRUPO

Atl 4 - 40m, S. Comprimento, arremesso de Vortex.

Atl 5 - 40m, S. Comprimento, arremesso de Vortex.

2º GRUPO

Atl 6 - 50m, S. Comprimento, Arremesso de Vortex, 400m e estafetas 4x60m;

Atl 7 - 50m, S. Comprimento, Arremesso de Vortex, 400m e estafetas 4x60m.

3º GRUPO

Atl 8 - 50m, S. Comprimento, Arremesso de Vortex, 600m e estafetas 4x60m;

Atl 9 - 50m, S. Comprimento, Arremesso de Vortex, 600m e estafetas 4x60m.



ATLETISMO

4º GRUPO

Atli 10 - 60m, 60m barreiras, S. Comprimento e Altura, Arremesso de Vortex, 800m, lançamento do peso e estafetas 4x60m;

Atli 11 - 60m, 60m barreiras, S. Comprimento e Altura, Arremesso de Vortex, 800m, lançamento do peso e estafetas 4x60m.

5º GRUPO

Atli 12 - 60m, 60m barreiras, S. Comprimento e Altura, Triplo Salto, 1200m, lançamento do peso e estafetas 4x60m;

Atli 13 - 60m, 60m barreiras, S. Comprimento e Altura, Triplo Salto, 1200m, lançamento do peso e estafetas 4x60m.

6º GRUPO

Atli 14 - 60m, 60m barreiras, S. Comprimento e Altura, Triplo Salto, 1200m, lançamento do peso e estafetas 4x60m.

Atli 15 - 60m, 60m barreiras, S. Comprimento e Altura, Triplo Salto, 1200m, lançamento do peso e estafetas 4x60m.

4º - O horário das provas de pista poderá sofrer alterações de acordo com o número de atletas inscritos em cada prova.

5º - A inscrição nas provas é realizada conforme regulamento geral das Mini Olimpíadas

6º - A inscrição nas provas de estafetas será efetuada no próprio dia da prova.

7º - Nas provas de atletismo, é obrigatório por partes das coletividades a confirmação dos atletas presentes, através de uma reunião técnica com a Comissão Olímpica e os treinadores em que haverá o preenchimento de uma ficha de inscrição para a prova, até 30 minutos antes da realização da 1ª eliminatória da respetiva prova.

8º - No ato de inscrição, cada coletividade, deverá indicar 2 delegados à organização, os quais serão os únicos a poderem representar a respetiva coletividade em qualquer contacto com a organização, durante a realização das provas. De referir, que estes delegados irão ser identificados com um cartão próprio, fornecido pela organização.

9º - Nas provas de velocidade e barreiras, o apuramento é efetuado por eliminatórias.

10º - Nas provas de pista, serão desclassificados os atletas na seguinte situação:

a) Quando o mesmo atleta fizer três falsas partidas.



CCROF
CENTRO DE CULTURA E RECREIO
DE OVAR DA FEIRA



santa maria da feira
câmara municipal



ATLETISMO

b) Ultrapassando o limite da pista prejudicando a prova de outro atleta.

11º - Na prova de **ESTAFETAS**, só é permitida a inscrição de 2 equipas por representação e por grupo.

Os clubes podem organizar a equipa com atletas apenas dos dois anos de idade inferiores (anos de nascimento), desde que esses atletas não tenham participado na estafeta do seu escalão.

a) A inscrição das equipas terá que ser feitas obrigatoriamente até 60 minutos antes da realização da primeira prova do respetivo escalão e sexo. A inscrição será válida para todas as eliminatórias e finais. Cada equipa pode inscrever quatro atletas, mais dois suplentes, não sendo permitida a troca de atletas entre as equipas da mesma representação. Se se verificar esta infração a equipa será automaticamente desclassificada.

12º - Na prova de **SALTO EM COMPRIMENTO**, poderão participar atletas de ambos os sexos e de todos os escalões etários.

a) Os atletas poderão efetuar três saltos, sendo considerado para efeito de classificação final o melhor salto.

b) No caso de empate, entre dois ou mais atletas, ter-se-á em conta o 2º melhor salto, e se o empate subsistir o 3º melhor.

c) Serão considerados saltos nulos sempre que o atleta:

- Ultrapassar o limite da tábua de chamada com o pé.
- Após o salto voltar atrás sem ter saído da caixa de salto.

13º - Na prova de **TRIPLO SALTO**, poderão participar atletas de ambos os sexos e dos escalões ATL 12, 13, 14 e 15.

a) Os atletas poderão efetuar três saltos, sendo considerado para efeito de classificação final o melhor salto.

b) No caso de empate, entre dois ou mais atletas, ter-se-á em conta o 2º melhor salto, e se o empate subsistir o 3º melhor.

c) Serão considerados saltos nulos sempre que o atleta:

- Ultrapassar o limite da tábua de chamada com o pé.
- Após o salto voltar atrás sem ter saído da caixa de salto.

14º - Na prova de **SALTO EM ALTURA** ter em conta:

a) Os atletas poderão efetuar três saltos em cada altura da fasquia.

b) Cada atleta poderá fazer apenas e só um salto para aquecimento, com a fasquia

- colocada à altura mínima de competição em cada escalão.
- c) A fasquia subirá de 5 em 5 cm até serem apurados os 3 últimos atletas, a partir daí subirá de 3 em 3 cm, até ser apurado o vencedor, que escolherá a altura a que efetuará os últimos saltos. A fasquia começará nas seguintes alturas:
- Escalão ATL 10 (masc. e fem.) 75 cm
 - Escalão ATL 11 (masc. e fem.) 75 cm
 - Escalão ATL 12 (masc. e fem.) 75 cm
 - Escalão ATL 13 (masc. e fem.) 85 cm
 - Escalão ATL 14 (masc.) 115 cm
 - Escalão ATL 14 (fem.) 105 cm
 - Escalão ATL 15 (masc.) 115 cm
 - Escalão ATL15 (fem.) 105 cm
- d) Serão classificados nulos os saltos à peixe e de pés juntos.
- e) É considerada tentativa falhada sempre que o atleta entrar na zona delimitada pelos postes e pela perpendicular da fasquia (tocar no colchão ou na fasquia).
- f) Em caso de empate e com as tentativas esgotadas, a classificação será determinada em função dos saltos anteriores, ou seja, beneficiará o atleta que tenha transposto a altura mais elevada, utilizando o menos número de tentativas. Se o empate subsistir, o desempate será apurado com base no número total de derrubes ao longo de todo o concurso.

15º - Na prova de **LANÇAMENTO DO PESO**, poderão participar atletas de ambos os sexos, e dos escalões:

- | | | |
|-----------------------------|-----------|------|
| a) Escalões ATL 10 e 11 | Masculino | 2 kg |
| Escalões ATL 12 e 13 | Masculino | 3 kg |
| Escalões ATL 14 e ATL 15 | Masculino | 4 kg |
| Escalões ATL 10, 11, 12, 13 | Feminino | 2 kg |
| Escalões ATL 14 e ATL 15 | Feminino | 3 kg |
- b) Cada atleta poderá efetuar três lançamentos dentro do círculo de lançamento;
- c) Ao ser lançado o peso terá de cair na faixa de lançamento, marcada no solo, com abertura de 45 graus;
- d) Serão nulos os lançamentos em que o peso ultrapasse a linha dos ombros para trás, abandonar a zona de lançamento antes do peso ter tocado o solo, quando o atleta sair pela frente do círculo de lançamento depois de o ter efetuado;
- e) No caso de haver dois ou mais atletas com a mesma marca será considerado o



ATLETISMO

segundo melhor lançamento e se necessário o terceiro.

16º - Na prova de **ARREMESSO DE VORTEX**, poderão participar atletas de ambos os sexos dos escalões ATL 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 e 11

- a) Só serão válidos os arremessos efetuados por cima do ombro;
- b) Durante o lançamento o atleta não deverá tocar com o corpo, o solo para lá da linha;
- c) No caso de haver dois ou mais atletas com a mesma marca será considerado o segundo melhor lançamento e se necessário o terceiro;

17º - Em caso de protesto, as associações têm obrigatoriamente de o fazer por escrito, até 30 minutos após o término da prova em questão. Este protesto será alvo de análise pela comissão olímpica que decidirá o deferimento ou não do protesto.

18º - Os casos omissos serão resolvidos pela Comissão Olímpica.



ATLETISMO





feira 2023



CCROF
CENTRO DE
CULTURA E RECREIO
DO ORREÃO DA FEIRA



santa maria da feira
câmara municipal