ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE ÉVORA
Bairro da Cruz da Picada – Lote 5 – R/C – DTº
7000-772 ÉVORA
TEL. / FAX 266708425
Mail: ass.atletismo.evora@sapo.pt
www.atletismo-evora.pt | www.facebook.com/AtletismoEvora | www.instagram.com/associacaodeatletismodeevora/

FINAL DISTRITAL TORNEIO OLIMPICO JOVEM 2025

ÉVORA, 09 DE ABRIL DE 2026 | COMUNICADO Nº 23 / 2026
ORGANIZAÇÃO: ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE ÉVORA
APOIO: CAMARA MUNICIPAL DE VENDAS NOVAS

PROGRAMA HORÁRIO - 09 de Maio 2026 – Sábado – Concentração 14:00Horas

E. NA PISTA	HORAS	PROVA	ESCALÃO	SEXO
14:40 H	**15:00**	Altura	Juvenis - Sub18 + Absolutos	Masculinos
14:40 H	**15:00**	Martelo 4 Kg	Iniciados - Sub16 + Absolutas	Masculinos
14:40 H	**15:00**	Comprimento (Tábua 3m)	Juvenis - Sub18 + Absolutas	Femininos
14:50 H	**15:00**	80M	Iniciados - Sub16	Femininos
15:05 H	**15:15**	80M	Iniciadas - Sub16	Masculinos
15:20 H	**15:30**	200M	Juvenis - Sub18 + Absolutas	Femininos
15:35 H	**15:45**	200M	Juvenis - Sub18 + Absolutos	Masculinos
15:35 H	**16:00**	Vara	Iniciados - Sub16	Masculinos
15:40 H	**16:00**	Dardo 500g	Iniciados - Sub16	Femininos
15:40 H	**16:00**	Dardo 600g	Iniciados - Sub16 + Absolutas	Masculinos
15:50 H	**16:10**	Comprimento	Iniciados - Sub16	Masculinos
16:00 H	**16:10**	300M Barreiras (0,76)	Iniciadas - Sub16	Femininos
16:10 H	**16:20**	300M Barreiras (0,76)	Iniciados - Sub16	Masculinos
16:10 H	**16:30**	Altura	Iniciadas - Sub16	Femininos
16:10 H	**16:30**	Martelo 3 kg	Iniciadas - Sub16	Femininos
16:10 H	**16:30**	Peso 5 Kg	Juvenis - Sub18	Masculinos
16:50 H	**17:00**	1500M	Iniciadas - Sub16 + Absolutas	Femininos
17:05 H	**17:15**	1500M	Iniciados - Sub16 + Absolutos	Masculinos
16:55 H	**17:15**	Comprimento	Iniciadas - Sub16	Femininos
17:20 H	**17:30**	800M	Juvenis - Sub18 + Absolutas	Femininos
17:30 H	**17:40**	800M	Juvenis - Sub18 + Absolutos	Masculinos
17:45 H	**17:55**	1500M Obstáculos (0,76)	Iniciadas - Sub16	Femininos
17:45 H	**17:55**	1500M Obstáculos (0,76)	Iniciados - Sub16	Masculinos
18:05 H	**18:20**	Estafeta 4x80M	Iniciadas/Iniciados - Sub16	F / M

PROGRAMA HORÁRIO - (10 de Maio 2026 - Domingo)

E. NA PISTA	HORAS	PROVA	ESCALÃO	SEXO
08:50 H	**09:00**	3000M Marcha	Iniciados - Sub16 + Juvenis Sub18	Masculinos
08:50 H	**09:00**	3000M Marcha	Iniciadas - Sub16 + Juvenis Sub18	Femininos
08:50 H	**09:10**	Disco 1 Kg	Iniciados - Sub16 + Absolutas	Masculinos
08:50 H	**09.10**	Disco 750g	Iniciadas – Sub16	Femininos
08:45 H	**09:10**	Vara	Iniciadas - Sub16	Femininos
08:50 H	**09:10**	Altura	Iniciados - Sub16	Masculinos
08:50 H	**09:10**	Peso 3kg	Iniciadas - Sub16	Femininos
09:50 H	**10:00**	800M	Iniciados - Sub16 + Absolutos	Masculinos
09:50 H	**10:00**	800M	Iniciadas - Sub16 + Absolutas	Femininos
10:05 H	**10:15**	110M Bar (0,91)	Juvenis - Sub18	Masculinos
10:20 H	**10:30**	100M Bar (9,76)	Juvenis - Sub18	Femininos
10:10 H	**10:30**	Dardo 500g	Juvenis - Sub18	Femininos
10:10 H	**10:30**	Triplo	Iniciadas - Sub16	Femininos
10:10 H	**10:30**	Triplo	Iniciados - Sub16	Masculinos
10:35 H	**10:45**	100M Bar (0,84)	Iniciados - Sub16	Masculinos
10:25 H	**10:45**	Peso 4kg	Iniciados - Sub16 + Absolutas	Masculinos
10:50 H	**11:00**	80M Bar (0,76)	Iniciadas – Sub16	Femininos
11:05 H	**11:15**	300M	Iniciados - Sub16	Masculinos
11:20 H	**11:30**	300M	Iniciadas - Sub16	Femininos
11:30 H	**11:45**	Estafeta Medley 100m/200m/300m/400m	Juvenis - Sub18 F / M / F / M	Femininos Masculinos

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE ÉVORA
Bairro da Cruz da Picada — Lote 5 — R/C — DTº
7000-772 ÉVORA
TEL. / FAX 266708425
Mail: ass.atletismo.evora@sapo.pt
www.atletismo-evora.pt | www.facebook.com/AtletismoEvora | www.instagram.com/associacaodeatletismodeevora/

REGULAMENTO

1 – PROGRAMA DE PROVAS

ESCALÃO	DIA	SEXO	PROVAS
SUB16 2011/2012	1º	F	80m, 1500m, 300m bar, 1500m Ob. 4x 80m Altura, Comprimento, Dardo 500g, Martelo 3kg
		M	80m, 1500m, 300m bar. 1500m Ob. 4x 80m Vara, Comprimento, Dardo 600g, Martelo 4kg
	2º	F	300m, 800m, 3000m marcha, 80m bar. Vara, Triplo, Disco 750g, Peso 3kg
		M	300m, 800m, 3000m marcha, 100m bar. Altura, Triplo, Disco 1kg, Peso 4kg)
SUB18 2009/2010	1º	F	200m, 800m, Comprimento
		M	200m, 800m, Altura
	2º	F	100m Bar, Dardo 500g, 3000m marcha + Estafeta Medley 100 e 300m
		M	110m Bar, Peso 5kg, 3000m marcha + Estafeta Medley 200 e 400m

2– PARTICIPAÇÃO - Atletas Filiados na época 2025/2026.

2.1 - Os Atletas podem fazer um máximo de 3 Provas individuais + a Estafeta, mas não podem fazer as 3 provas na mesma jornada.

2.2 **- Aos atletas Sub16** e **Sub18** não é permitida a participação no mesmo dia em mais que uma prova individual de corrida ou marcha de distância igual ou superior a 300m. **Os atletas Sub16** que participem em provas de distância igual ou superior a 800m não podem posteriormente participar em mais nenhuma prova de marcha ou corrida incluindo a estafeta**. Os atletas Sub18** que participem em provas de distância igual ou superior a 1500m não podem posteriormente participar em mais nenhuma prova de marcha ou corrida incluindo a estafeta.

3 – INSCRIÇÕES/CONFIRMAÇÕES

As Inscrições são feitas através da Plataforma FPA Competições até às **23:59 horas de 4ª feira dia 06/05/2026.** As confirmações são feitas através Plataforma FPA Competições e estão disponíveis a partir das 17,00 horas de 6ª feira dia 08/05/2026 até 90 minutos antes do início de cada Jornada da Competição.

4 – CONCURSOS
(COMPRIMENTO, TRIPLO SALTO, DARDO, PESO, DISCO E MARTELO)

Cada Atleta, tem direito a fazer 4 Ensaios.

5 – ALTURA – (início das fasquias com incrementos de 5 em 5cm)

Sub16 Femininos – a 1,10m | Sub16 Masculinos – a 1,25m

6 – VARA

O Inicio e o incremento da fasquia será acordado em reunião Técnica. em função do nível dos atletas inscritos e da capacidade/possibilidade do material do setor de salto.

7 – CÂMARA DE CHAMADA - ENTRADAS NA PISTA

A entrada na pista é feita através da câmara de chamada no horário estipulado.

8 – PRÉMIOS

Medalhas para os três primeiros de cada prova escalão e sexo.
Absolutos e Absolutas, são provas extra.

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE ÉVORA
Bairro da Cruz da Picada — Lote 5 — R/C — DTº
7000-772 ÉVORA
TEL. / FAX 266708425
Mail: ass.atletismo.evora@sapo.pt
www.atletismo-evora.pt | www.facebook.com/AtletismoEvora | www.instagram.com/associacaodeatletismodeevora/

9 – CERIMÓNIAS PROTOCOLARES

Solicita-se a colaboração de todos para que as cerimónias protocolares decorram com a dignidade que o momento exige.

Na cerimónia à imagem do que acontece nas provas Nacionais os atletas devem apresentar-se com o equipamento do clube, devidamente calçados, não sendo permitida a utilização de chinelos no pódio.

10 – SELECÇÃO REGIONAL OLIMPÍCO JOVEM 2026 – Sub16 e Sub18

A Seleção Regional para o Nacional, a realizar a 30 e 31 de maio, em Albufeira é da responsabilidade do Diretor Técnico Regional.

A vitória numa prova(s) deste torneio, não significa que o atleta esteja automaticamente selecionado. Serão considerados também outros aspetos, tais como participações ao longo da época e a distribuição pelo conjunto das provas no interesse individual e coletivo.

11 – OMISSÕES

Serão resolvidas em conformidade com o Regulamento Geral Competições da FPA.

DTR: João Ferrão