



Comunicado nº. 25/2026

10 de Abril de 2026

## TORNEIO OLÍMPICO JOVEM DISTRITAL

A Associação de Atletismo de Beja com o apoio logístico da Câmara Municipal de Beja e integrado no programa do Torneio Olímpico Jovem Nacional, vai realizar no dia **02 e 03 de Maio de 2026** na Pista de Atletismo do Complexo Desportivo Fernando Mamede em Beja, o **Torneio Olímpico Jovem Distrital**.

O programa Horário é o seguinte:

02 de Maio de 2026 (sábado)			
14H30	Concentração		
15H00	80 METROS	Sub 16 Fem	
15H00	LANÇ. MARTELO	SUB 16 MASC/FEM	4kg/3kg
15H00	LANÇ. DARDO	SUB 16 + SUB 18 FEM	500g/500g
15H10	80 METROS	SUB 16 MASC	
15H15	SALTO COM VARA	SUB 16 MASC/FEM	Início a 1,70m
15H30	200 METROS	SUB 18 FEM	
15H40	200 METROS	SUB 18 MASC	
15H50	300 M/BARR	SUB 16 FEM	0.76
16H00	300 M/BARR	SUB 16 MASC	0.76
16H15	COMPRIMENTO	SUB 16 + SUB 18 FEM	Tábua a definir
16H15	SALTO EM ALTURA	SUB 16 FEM + SUB 18 MASC	Início a 1,10/1,30
16H15	1.500 METROS	SUB 16 MASC	
16H30	1.500 METROS	SUB 16 FEM	
16H45	1.500 M/OBST	SUB 16 MASC/FEM	0.76/0.76
17H00	800 METROS	SUB 18 MASC/FEM	
17H00	LANÇ. DARDO	SUB 16 MASC	600g
17H15	COMPRIMENTO	SUB 16 MASC	Tábua a definir
17H20	3.000 M/MARCHA	SUB 16 + SUB 18 MASC/FEM	



03 de Maio de 2026 (domingo)			
15H30	Concentração		
16H00	80 M/BARR	SUB 16 FEM	0.76
16H00	LANÇ. PESO	SUB 16 M/F + SUB 18 MASC	4kg/3kg; 5kg
16H00	SALTO EM ALTURA	SUB 16 MASC	Início a 1,20
16H10	100 M/BARR	SUB 18 FEM	0.76
16H20	100 M/BARR	SUB 16 MASC	0.84
16H30	110 M/BARR	SUB 18 MASC	0.91
16H45	300 METROS	SUB 16 FEM	
16H55	300 METROS	SUB 16 MASC	
17H00	LANÇ. DISCO	SUB 16 MASC/FEM	1kg/750g
17H00	TRIPLO SALTO	SUB 16 MASC/FEM	Tábua a 7/9m*
17H10	800 METROS	SUB 16 MASC/FEM	

\*a decidir no local

#### **NORMAS REGULAMENTARES:**

- 1 - Podem participar atletas federados em representação de um clube ou a título individual.
- 2 - Os atletas federados utilizam o dorsal da época.
- 3 - Cada atleta pode realizar o máximo de 3 provas distribuídas pelas Jornadas, não podendo realizar mais de 2 provas numa jornada.
- 4 - Nos concursos cada atleta tem direito a 4 ensaios.
- 5 - Os atletas Sub14, podem participar nas provas do escalão de Sub16, respeitando o RGC. O escalão Sub14, só participa na Fase Distrital.
- 6 - Regras de participação:
  - 6.1 - Aos atletas do **escalão de Sub18** não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova de distância igual ou superior a 300m, podendo, no entanto, participar noutras provas (concursos ou corridas, incluindo qualquer percurso em estafetas), desde que respeitando o definido na alínea seguinte:  
Os atletas do escalão de Sub18 que participem em provas de distância igual ou superior a 1.500m não podem, posteriormente no mesmo dia, participar noutras provas de corrida ou de marcha, sendo esta limitação extensiva às provas de estafetas.
  - 6.2 - Aos atletas do **escalão de Sub16** não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova de distância igual ou superior a 300m, podendo, no entanto, participar noutras provas (concursos ou corridas, incluindo qualquer percurso em estafetas), desde que respeitando o definido na alínea seguinte:  
Os atletas do escalão de Sub16 que participem em provas de distância igual ou superior a 800m não podem, posteriormente no mesmo dia, participar noutras provas de corrida ou de marcha, sendo esta limitação extensiva às provas de estafetas.
  - 6.3 - Aos atletas do **escalão de Sub14** não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova de distância igual ou superior a 150m, podendo, no entanto, participar noutras provas (concursos ou corridas, incluindo qualquer percurso em estafetas),



desde que respeitando o definido na alínea seguinte:

Os atletas do escalão de Sub14 que participem em provas de distância igual ou superior a 600m não podem, posteriormente no mesmo dia, participar noutras provas de corrida ou de marcha, sendo esta limitação extensiva às provas de estafetas.

17. Os atletas do escalão de Sub-14, para além das provas para o seu escalão etário, poderão participar em provas das competições do escalão de Sub-16, com exceção das seguintes:

PISTA
300m (individual ou estafeta), 300m barreiras, 1.500m Obstáculos, 4.000m Marcha atlética, Triplo Salto

7 - Haverá classificação coletiva, contando os 8 primeiros classificados em cada prova.

8 - Prémios:

Medalhas aos 3 primeiros classificados em cada prova. Trofeu às 3 melhores equipas.

A classificação coletiva, será conjunta com todas as jornadas efetuadas do Torneio.

9 – Esta competição servirá de apuramento para o Torneio Olímpico Jovem Nacional, que se irá realizar em Albufeira a 30 e 31 de maio de 2026. Serão selecionados os atletas dos escalões de Sub16 e Sub18.

Ser vencedor na Fase Distrital, não implica que seja convocado para a Fase Final. A seleção será feita com base no ranking, assiduidade nas provas e horário de participação no nacional.

**10 - INSCRIÇÕES:** Devem ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt> impreterivelmente até às **23:59 horas da quinta-feira dia 30.04.2026.**

As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 12:00 horas de sexta-feira e terminam 1 Hora antes do início da atividade em <https://fpacompeticoes.pt/> sendo necessário que cada clube ou atleta faça o seu login para o efeito. Os atletas poderão também fazer a confirmação da sua prova através do seu número de documento de identificação.

**Nota: O programa horário poderá sofrer alterações, em função do número de juizes disponíveis no dia da competição e das inscrições realizadas.**

Diretor de Competição – Jorge Aniceto  
Diretor de Reunião – Alexandra Lindeza

A Associação de Atletismo de Beja