



## REGULAMENTO

# Torneio "Kids Athletics" Eléctrico Futebol Clube

### Artigo 1º.

#### (Organização)

1. A organização do **Torneio "Kids Athletics" Eléctrico Futebol Clube** é uma iniciativa da Seção de Atletismo do Eléctrico Futebol Clube, com o apoio da Câmara Municipal de Ponte de Sor e com a colaboração da Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre (AADP).

2. A realizar no dia **01 de fevereiro de 2025**, no Estádio Municipal de Ponte de Sor pelas 10:00 horas.

3. O evento será organizado no formato - "Fórmula 4" - com equipas mistas até um máximo de 6/7 elementos por equipa num total de 6 equipas (pode alterar a forma mediante o número de inscritos).

Num primeiro momento serão realizados 1 corrida de velocidade/barreiras, 1 salto e 1 lançamento.

No segundo momento será realizado a Corrida Fórmula 1 que se realiza com um máximo de 2 equipas em simultâneo.

### Artigo 2º

#### (Objetivo)

1. Um evento, que visa a promoção do Atletismo no seio do Distrito de Portalegre para atletas filiados na FPA e com o principal objetivo de combater o abandono precoce da modalidade nesta região.

## **Seção de Atletismo do Eléctrico Futebol Clube**

### **Artigo 3º**

#### **(Inscrições)**

1. As inscrições dos Atletas devem ser feitas pelos Clubes ou Atletas Individuais através da página [fpacompeticoes.pt](http://fpacompeticoes.pt) .
2. Os atletas devem fazer a inscrição, impreterivelmente até as **23h59** de **30 de janeiro** (**quarta-feira**).

### **Artigo 4º.**

#### **(Escalões participantes)**

Para o **Torneio "Kids Athletics" Eléctrico Futebol Clube** estarão abertos aos seguintes escalões:

- Filiados com 6 anos de idade (2019)
- Benjamins A Masc. e Fem. (2016, 2017 e 2018)
- Benjamins B Masc. e Fem. (2014 e 2015)

### **Artigo 9º**

#### **(Secretariado)**

1. O secretariado terá como horário de abertura as 09h00 às 10H00.
2. Durante o horário de funcionamento do secretariado será possível fazer inscrições.

### **Artigo 10º**

#### **(Duração)**

1. O evento terá uma duração máxima de 2 horas, com o formato “Fórmula 4” – 1 provas de corridas de velocidade/barreiras, 1 provas de salto, 1 provas de lançamento e para finalizar uma corrida de resistência (Fórmula 1).

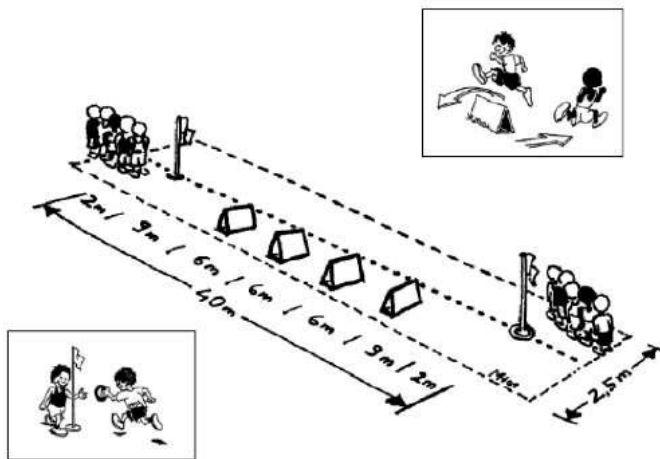
## Seção de Atletismo do Eléctrico Futebol Clube

### Artigo 11º

#### (Eventos)

#### 1. Vai - Vem de Velocidade/ Barreiras

**Descrição:** Corrida de estafetas combinando distâncias de velocidade e barreiras



**Procedimentos:** O equipamento é instalado como a imagem e são necessárias duas pistas. A primeira pista a ser percorrida é a das barreiras e em seguida a pista livre para sprint realizando uma passagem de testemunho com a mão esquerda. O evento termina quando todos os elementos tiverem realizado as duas pistas

**Pontuação:** A classificação é feita pelo melhor tempo de realização da estação.

**Materiais:** 4 barreiras, 2 postes/cones e 1 cronómetro.

**Assistentes:** Um assistente por equipa com função de controlar o decurso e regular o evento, controlar o tempo e registar os tempos no cartão de evento.

## Seção de Atletismo do Eléctrico Futebol Clube

### 2. Salto em Comprimento

**Descrição:** Salto em comprimento com reduzida corrida de balanço e com zonas de queda.



**Procedimentos:** O participante inicia corrida de balanço em zona marcada no chão com 10m de comprimento e executa com um impulso frontal numa marca no chão (fita 50cm) para as áreas de queda marcadas com arcos ou cones.

**Pontuação:** Área 1=1 ponto, área 2=2 pontos e assim sucessivamente.

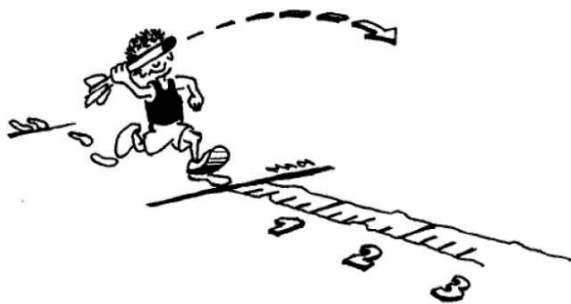
A melhor de 3 tentativas entra para o somatório da equipa. A soma de cada um dos melhores resultados individuais é a pontuação total da equipa

**Materiais:** Cones, Arcos e fita de marcação

**Assistentes:** um assistente por equipa com função de controlar e regular o procedimento e registar as marcas no cartão de evento.

### 3. Lançamento do Vórtex/Dardo

**Descrição:** com o braço armado lançar o vortex ou dardo para crianças



**Procedimentos:** O participante lança o vortex numa área de 5 metros com uma curta corrida de balanço para a zona de queda.

**Pontuação:** cada lançamento é pontuado tendo em conta as áreas de queda Zona 1=1 ponto, Zona 2= 2 pontos e assim sucessivamente. O melhor de 2 lançamentos conta para a pontuação total da equipa.

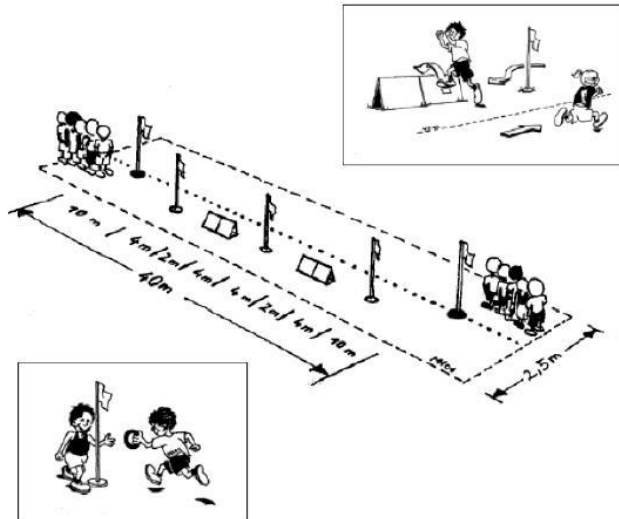
**Materiais:** Dardos de espuma/Turbo Jav

**Assistentes:** 2 assistentes por equipa com função de controlar e regular, controlar a distância onde o dardo aterra, transportar o dardo de novo para a linha de lançamento e registar a pontuação no cartão de evento.

## Seção de Atletismo do Eléctrico Futebol Clube

### 4. Vai - Vem de velocidade/Barreiras/Slalom

**Descrição:** Corrida de estafetas combinando distâncias de velocidade, barreiras e Slalom.



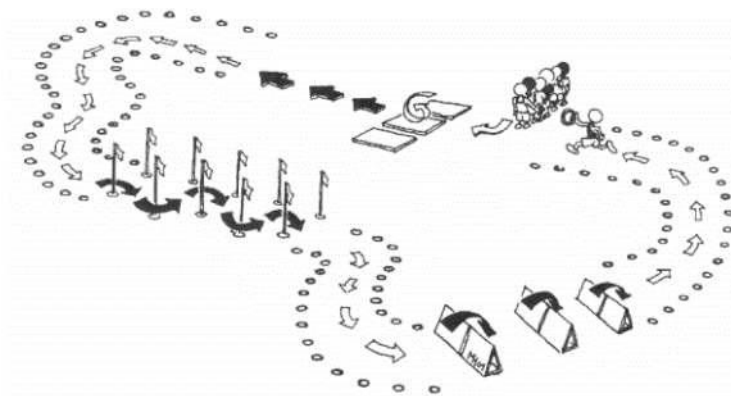
**Procedimentos:** O equipamento é instalado como a imagem e são necessárias duas pistas. A primeira pista a ser percorrida é a das barreiras slalom, e em seguida a pista livre para sprint realizando uma passagem de testemunho com a mão esquerda. O evento termina quando todos os elementos tiverem realizado as duas pistas

**Pontuação:** A classificação é feita pelo melhor tempo de realização da estação.

**Materiais:** 2 barreiras, 5 postes/cones e 1 cronómetro.

**Assistentes:** Um assistente por equipa com função de controlar o decurso e regular o evento, controlar o tempo e registar os tempos no cartão de evento.

### 5. Corrida “Fórmula 1”



**Procedimentos:** A corrida de fórmula 1 é uma atividade multifacetada que combina o rolamento à frente, sprint, slalom e trespassem barreiras/muros, num circuito com distância máxima de 70m.

## **Seção de Atletismo do Eléctrico Futebol Clube**

**Pontuação:** É apurado o melhor tempo tendo em conta o tempo total de todos os elementos da equipa.

### **Artigo 12º.**

#### **(Classificações)**

1. Será estabelecida uma classificação coletiva, pelo resultado obtido no conjunto das provas realizadas.

### **Artigo 13º.**

#### **(Cerimónia de entrega de Prémios)**

1. A cerimónia de entrega de prémios será realizada após o término do evento
2. Prémios de participação a todos os atletas.

### **Artigo 14º.**

#### **(Direitos de Imagem)**

1. A aceitação do presente regulamento traduz, obrigatoriamente, que o praticante autoriza a organização da prova à gravação total ou parcial da sua participação na mesma.
2. Pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a sua imagem para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas (toda a comunicação social, internet, fotografia, vídeo, cartazes, etc.) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitaria que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica ou em espécies.