

Lançamento do Peso

REGULAMENTO



A) Escalões

1. Os atletas participantes estarão divididos 2 (duas) provas distintas: Escalão A masculino e Escalão A feminino.

2. Pertencem ao Escalão A todos os alunos que frequentem o terceiro ou o quarto ano do 1º Ciclo do Ensino Básico.

B) Equipamento Desportivo

Os participantes deverão ser apresentar-se com equipamento adequado à prática da modalidade, nomeadamente sapatilhas e vestuário leve e confortável.

C) Júri

1. O júri de provas será composto por dois elementos

2. As suas atribuições abrangerão a supervisão de toda a competição, nomeadamente:

a) Chamada dos atletas para o início da prova.

b) Validação e medição do início dos lançamentos.

c) Ordenamento dos resultados e sua afixação.

D) Logística do Lançamento

1. O lançamento é efectuado a partir de uma zona de lançamento (quadrado com 4 m².)
2. Os atletas iniciarão o lançamento ao sinal do júri.
3. Todos os concorrentes têm direito a efectuar três lançamentos.
4. A classificação final obtém-se através da melhor marca efectuada por casa atleta.
5. Os lançamentos são medidos desde a marca mais próxima feita pelo peso no solo, até à parte interna do círculo, ao longo de uma linha que termina no centro do círculo.
6. O peso é colocado próximo do queixo e é lançado do ombro apenas com uma mão, não podendo passar para trás da linha dos ombros.
7. O lançamento é nulo quando:
 - O atleta toca, com qualquer parte do corpo, fora do círculo;
 - O atleta abandona o círculo pela parte anterior (lado do lançamento) ou antes de o peso ter chegado ao solo;
 - O atleta larga incorrectamente o peso no círculo de lançamento;
 - O engenho cai fora do espaço compreendido entre as margens internas das linhas que limitam o espaço de queda.

E) Casos Omissos

Os casos omissos e as dúvidas resultantes da aplicação deste regulamento específico serão analisados e decididos pela organização.

A inscrição considera-se efectuada com a entrega da ficha de inscrição, devidamente preenchida e aceite pela organização.

Fase “Jogos de Quelfes na Escola”

- Competição aberta a todos os alunos
- Serão apurados para os Jogos de Quelfes os dois primeiros classificados de cada escalão (feminino e masculino).
- Esta fase insere-se no âmbito do desporto escolar, realizando-se as provas na respectiva escola, excepto Brancanes e Marim que, por falta de recinto adequado, se deslocarão, respectivamente, à EB1 de Quelfes e à EB1 n.º 6.

Fase “Jogos de Quelfes – Quelfes 2011”

- Na prova de lançamento do peso, cada escola será representada nos Jogos de Quelfes – Quelfes 2011, por 4 alunos (dois elementos masculinos e dois elementos femininos), correspondentes aos dois primeiros classificados de cada escalão.