

REGULAMENTO



1. Apresentação

O 2º Marialva Kids Challenge é um torneio de atletismo infantil com um cariz ambiental inserido na 41ª Seixalíada e decorrerá no **dia 28 de setembro entre as 16.00 e as 18.00h no Parque Urbano da Quinta da Marialva em Corroios**. É organizado pela Associação “A Natureza ensina” com o apoio da Câmara Municipal do Seixal, da Junta de Freguesia de Corroios, da Associação de Atletismo de Setúbal, da Auchan, da Amarsul - Valorização e Tratamento de Resíduos Sólidos S.A., da Simarsul - Saneamento da Península de Setúbal S.A. e da Vita Nativa- Conservação da Natureza. O patrocinador do 2º Marialva Kids Challenge é a clínica OralMed – Medicina Dentária.

Podem participar todos os atletas dos escalões de Benjamins A, Benjamins B e Infantis de ambos os géneros (6 aos 13 anos), federados ou não federados, em representação de clubes, associações ou individualmente.

Escalões	Datas de nascimento (idade)
Benjamins A	Até 2015 (até 9 anos)
Benjamins B	2013/2014 (10-11 anos)
Infantis	2011/2012 (12-13 anos)

Ao longo da tarde haverá momentos de divulgação ambiental seja através da apresentação das entidades parceiras presentes, seja através de algumas informações sobre temas abordados nas provas dos Benjamins A e que nos envolvem a todos.

2. Tipologia da competição, pontuação e provas

2.1. Benjamins A

As provas dos Benjamins A serão realizadas por equipas (com uma classificação por equipas) num circuito de **7 provas** (3 de corrida, 2 de saltos e 2 de lançamentos) **que envolverão os temas ambientais da água, dos resíduos e dos principais animais e plantas do concelho do Seixal**.

Os atletas serão divididos por 6 equipas em que cada uma simboliza um dos animais da região (raposas, flamingos, lagartixas de dedos denteados, sapos corredores, cavalos marinhos e abelhas).

As equipas dos **Benjamins A** serão compostas por elementos do género feminino e do género masculino e serão constituídas por elementos de diferentes clubes/organizações/individuais. Relativamente ao sistema de pontuação, todos os elementos de cada equipa participam e pontuam na atividade. Se x for o número de equipas participantes, então a primeira classificada de cada prova obtém x pontos, a segunda $x-1$ ponto, a terceira $x-2$ pontos e, assim, sucessivamente. No final das 7 provas somam-se os pontos obtidos por cada equipa, sendo vencedora aquela que obtiver mais pontos.

2.2. Benjamins B e Infantis

A competição dos **Benjamins B e dos Infantis** terá **4 provas (2 corridas, um salto, um lançamento)** e haverá uma classificação individual (por escalão e género) para cada uma das provas (1º classificado: x pontos em que x é o número de participantes, 2º classificado: $x-1$ pontos e assim sucessivamente). **No final das 4 provas somam-se os pontos obtidos por cada atleta, sendo vencedor aquele que obtiver mais pontos.** Em caso de igualdade pontual no final o fator de desempate será o nº de 1º lugares, nº de 2º lugares, etc.

Haverá, pelo menos, um monitor por equipa (porta estandarte) que a acompanhará durante todas as atividades, para além da presença de monitores em cada estação. A rotação das equipas pelas estações será realizada de acordo com as instruções da organização, sendo que o número de atletas inscritos poderá levar a alguns ajustamentos.

3. Programa

Hora	Atividade
15.30h	Reunião técnica – organização e identificação das equipas Explicação sumária das atividades a realizar e localização
15.50h	Aquecimento conjunto da responsabilidade da organização
16.00h	Início das atividades
18.00h	Cerimónia de encerramento

Os atletas devem chegar ao local do evento até às 15.20h.

4. Provas por escalão

Benjamins A	Benjamins B e infantis
Mocho procura casa (lançamento frontal)	60m planos (contrarrelógio individual)
Até à última gota (estafeta velocidade e barreiras)	Lançamento do peso - 2kg (dois ensaios)
Aventuras da rã verde (estafeta canguru)	Quádruplo salto (dois ensaios)
O voo da libélula imperador (lançamento vortéx)	600m no parque (corrida)
Separa os resíduos (Corrida vaivém mega)	
Plantas de todos os tamanhos (corre, salta e toca)	
Jogo final da bicharada (Fórmula 1)	

5. Prémios

Benjamins A

→Serão entregues medalhas a todos os participantes.

Benjamins B e Infantis

→Serão entregues medalhas de classificação final aos três primeiros de cada escalão e género e, ainda, medalhas de participação aos restantes atletas.

Será distribuído **material de divulgação** e **brindes de sensibilização ambiental** das empresas **Amarsul** e da **Simarsul**. A **Auchan** fornecerá **kits “Lanche saudável”** a todos os participantes.

6. Inscrições

As inscrições dos atletas (federados ou não federados) devem ser enviadas pelos clubes ou atletas individuais para os seguintes e-mails:

- inscricoes.atletismo@cm-seixal.pt

- anaturezaensina@gmail.com

mencionando o **nome do atleta**, **clube** ou **individual** e a **data de nascimento** do atleta, impreterivelmente até às 23:59 horas da quarta-feira, dia 25 de setembro 2024.

Os dorsais da Seixaliada são específicos pelo que, mesmo os atletas inscritos no TAS também devem, **obrigatoriamente**, fazer a inscrição para os emails acima referidos.

7. Croqui do evento

Benjamins A

Benjamins B + Infantis



A organização reserva-se o direito de efetuar alterações aos locais e à ordem das estações/provas se tal se evidenciar mais benéfico para o decorrer do evento.

8. Explicação dos desafios/provas

Benjamins A

1) Mocho procura casa - lançamento frontal/bandeja

Jogo dedicado ao mocho galego que faz o seu ninho em buracos de árvores, paredes/ muros/construções

A partir da posição do lançamento de bandeja o atleta lança uma bola medicinal de 1 kg tentando acertar na zona/alvo mais alto/longínquo em 5 alvos a alturas crescentes (1/... / 5 pontos). Com duas voltas (após todos concluírem a primeira) somam-se todas as pontuações individuais das 1ª e 2ª volta (1 a 10 pontos por atleta).

Objetivo: lançar o mais alto possível.

2) Até à última gota - Estafeta combinada barreiras e velocidade.

Subordinado ao tema da água o jogo pretende sensibilizar para a importância do seu uso cuidado

A prova é realizada em estafeta em que cada atleta transporta um pequeno recipiente (testemunho), percorre uma pista com barreiras (15 cm) no sentido “ida”, enche o recipiente com água (num alguidar) e regressa em sprint (plano) despejando a água transportada para uma proveta gigante e passando o testemunho (vazio) ao próximo colega. A prova é cronometrada e termina assim que a proveta estiver cheia. A prova é realizada duas vezes (contando o melhor tempo para a pontuação).

Objetivo: encher a proveta o mais rápido possível sem desperdiçar água

3) Aventuras da rã verde – Saltos em estafeta “canguru”

Trata-se do anfíbio mais comum em Portugal e consegue saltar mais de 2 metros.

Cada equipa tenta alcançar a maior distância, que resulta do somatório dos vários saltos dos elementos que compõem a equipa. O segundo atleta, salta do sítio onde ficou o primeiro, e assim sucessivamente. A distância final de todos os saltos é o resultado final da equipa na prova, contando para a classificação a melhor das duas tentativas.

Objetivo: saltar horizontalmente o mais longe possível.

4) O voo da libélula imperador - lançamento vortéx

É a maior libélula do país, conseguindo voar a mais de 30km/h e até voar para trás.

Com uma corrida de balanço curta e uma zona de chamada cada atleta lançará o vortéx (simbolizará a libélula) o mais longe possível. Os pinos colocados no chão estabelecem a pontuação. Há uma segunda volta (após todos concluírem a primeira) e para a equipa somam-se todas as pontuações individuais das 1ª e 2ª volta.

Objetivo: lançar o mais longe (horizontalmente) possível.

5) Separa os resíduos - Corrida vaivém mega

Para separar os resíduos que produzimos em casa não é necessário correr... exceto neste jogo!

Trata-se de uma estafeta de corrida vaivém em que a equipa tem que realizar o transporte de 6 objetos/resíduos (lata, papel, plástico...) do início ao fim do percurso e colocá-lo no ecoponto correto. O percurso está dividido no número de trajetos equivalente ao número de atletas por equipa. Cada atleta percorre uma parte do trajeto recebendo o objeto-testemunho num lado e entregando no lado oposto. A prova é realizada duas vezes e cronometrada. Por cada resíduo bem separado tiram-se 3 segundos ao tempo final. Considera-se o melhor tempo obtido das 2 voltas.

Objetivo: separar corretamente resíduos através de uma estafeta com corrida.

6) Plantas de todos os tamanhos - corre, salta e toca.

A enorme diversidade do mundo das plantas também se percebe pela variedade das suas dimensões. 5 plantas/5 tamanhos.

O objetivo passa por cada atleta conseguir saltar o mais alto possível, tocando com a mão nos níveis assinalados (Musgo, Tomilho Sadense, Zimbro Galego, Medronheiro e Pinheiro Bravo) a diferentes alturas (5 níveis). Com uma pequena corrida de balanço cada atleta começará sempre da altura mais baixa (musgo) para a mais alta. Se conseguir tocar no 1º salta novamente tentando acertar no 2º e assim sucessivamente até ao 5º. Há uma segunda volta (após todos concluírem a primeira) e, para a equipa, somam-se todas as pontuações individuais das 1ª e 2ª volta (0 a 10 pontos por atleta).

Objetivo: saltar verticalmente o mais alto possível.

7) Jogo da bicharada – Fórmula 1

Jogo final com todas as equipas em regime de estafeta

Procedimento: O percurso tem cerca de 150m de extensão e está dividido em diversas habilidades, cambalhota à frente, corrida de velocidade plana, corrida sobre barreiras, corrida com slalom, passagem por obstáculos, entre outros. O primeiro de cada equipa começa ao sinal combinado e passará o testemunho ao colega seguinte numa zona de transmissão.

Objetivo: entregar o testemunho o mais rapidamente possível.

Benjamins B e Infantis

1) Lançamento peso

O objetivo é lançar o engenho (2kg) o mais longe possível a partir do local definido. O peso pode ser lançado da posição de força, com deslocamento para trás, com passo e rotação ou em translação. Cada jovem lança duas vezes (em cada uma das voltas), contando para a classificação, o melhor lançamento de cada.

2) Salto quádruplo (bounds)

O objetivo é cada elemento atingir a maior distância através de 4 saltos sequenciais (esq/dir/esq/dir ou dir/esq/dir/esq). Haverá uma corrida de balanço com uma chamada marcada e a distância será medida. Cada atleta terá duas tentativas e para a classificação individual contará o melhor resultado obtido.

3) 60m planos

Os 60m planos desenvolvem-se em sistema de contrarrelógio (um atleta de cada vez).

4) 600m no Parque

Corrida de cerca de 600m em relva com classificação individual.