



Educação
pelo esporte.
Simples assim.

LIGA ÁGUA NA CAIXA®

REGULAMENTO ATLETISMO 2025



1. Objetivo

Promover o atletismo nas escolas com foco educacional, inclusivo e formativo, despertando o interesse pela modalidade desde a infância até a adolescência por meio de festivais e competições.

2. Categorias e Participação

2.1 - Circuito Brincando de Atletismo (5 a 11 anos)

Formato: participativo, sem caráter competitivo

Atividades: 3 brincadeiras inspiradas no atletismo (ex: minisalto, zigue-zague, arremesso com pelota de espuma)

Premiação: medalha para todos

Objetivo: desenvolver coordenação, noções de competição e espírito esportivo

2.2 - Competição Oficial (Sub-14, Sub-16 e Sub-18)

Idades:

Sub-14: nascidos em 2012-2013

Sub-16: 2010-2011

Sub-18: 2008-2009

Participação: atletas federados e não federados

Formato: competitivo, com baterias e finais conforme o número de inscritos

3. Provas

Podem variar conforme estrutura da escola-sede

Corridas: 60m, 75m ou 100m | 600m, 800m e 1000m

Saltos: distância e altura

Arremessos: peso (geral), pelota (apenas Sub-14)

Revezamento: 4x60m ou 4x75m

4. Tentativas e Classificação

Saltos/Arremessos: até 3 tentativas (conforme cronograma)

Altura: 2 tentativas por medida, eliminado após 2 erros seguidos

Corridas: séries ou finais diretas, conforme inscritos

Classificação: melhor marca válida



Educação
pelo esporte.
Simples assim.

LIGA ÁGUA NA CAIXA®

REGULAMENTO ATLETISMO 2025



5. Premiação

Brincando de Atletismo: medalha para todos

Sub-14 a Sub-18: medalhas para os 3 primeiros em cada prova

Escolas: certificados de participação e/ou destaque coletivo

6. Duração dos Festivais

Máximo de 4 horas

Facilita deslocamento e organização

Professores das escolas acompanham os alunos

7. Inscrições

Realizadas pelas escolas

Cada escola indica um professor responsável

Limite de atletas por escola pode ser aplicado

8. Disposições Gerais

Comissão Técnica coordena o evento (cronograma, locais, resultados e premiação)

Participação exige autorização dos responsáveis

Eventos podem ser remarcados em caso de chuva ou imprevistos

9. Casos Omissos

Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos com base nas regras da World Athletics (WA) e na Norma 12 da Confederação Brasileira de Atletismo (CBAt), respeitando as adaptações necessárias ao contexto escolar e à proposta da Liga.

COORDENAÇÃO LAE / LE2