

Olimpíada da Melhor Idade

Regulamento

1. *Das Categorias*

Todos os jogos serão para ambos os sexos masculino e feminino com faixa etária a partir dos 55 anos.

Divisão das categorias:

55 à 59 anos (azul)

60 à 64 anos (laranja)

65 à 69 anos (vermelho)

70 anos mais (verde)

2. *Das Inscrições*

Todos os atletas deverão estar dentro da idade mínima permitida;

Todos os atletas devem estar devidamente inseridos na ficha de cadastro geral;

Será permitido a inclusão de novos atletas até 30 minutos antes do início das olimpíadas;

Todos os atletas devem assinar o termo de responsabilidade e de liberação de utilização de sua imagem e som aos organizadores do evento.

3. *Das Penalidades*

Será penalizado com exclusão e a perda de 10 pontos o atleta e a equipe que cometer alguma agressão física ou verbal a qualquer participante do evento;

A equipe perderá 10 pontos se algum atleta participar de alguma modalidade sem estar devidamente inscrito na ficha de cadastro geral;

Obs.: Todas as infrações e penalidades no evento serão apuradas e julgadas pela comissão organizadora.

4. *Das Modalidades*

Corrida de Revezamento

Equipe composta por 4 atletas, cada um percorrerá a distância de 100 m com o bastão, passando para o próximo integrante.

O Atleta não poderá sair de sua raia exceto nos casos em que o bastão caia e ele tenha que apanhá-lo.

A passagem deverá ser realizada em uma área de 10m, previamente demarcada, o não cumprimento incorrerá na desclassificação da equipe.

Será declarada vencedora a equipe em que o primeiro atleta receber o bastão novamente;

Os casos omissos serão resolvidos pela comissão técnica do evento.

Categorias e distâncias

55 à 59 anos 100m

60 à 64 anos 75m

65 á 69 anos 50m
70 anos mais 25m

Peteca

A **dupla** terá o o tempo de **3 minutos** para realizar o máximo de toques na peteca sem que ela bata no chão;
Caso ela bata no chão será reiniciado a contagem do “zero”;
Servirá para critério de pontuação o maior valor adquirido na sequência de passes.

Bola ao Cesto

Equipe composta por **4 atletas c.**

As duas equipes deverão se posicionar em lados opostos da quadra;
Duas bolas de basquete deverão ser posicionadas no centro da quadra.
Serão chamados um representante de cada equipe simultaneamente, estes deverão apanhar a bola e arremessa-la á cesta, aquele que fizer a cesta primeiro marcará ponto para sua equipe.
Haverá apenas uma rodada, a equipe que pontuar mais vezes será declarada vencedora.
Não haverá distancia pré determinada o arremesso será livre.

Chute a Gol

Equipe composta por **4 atletas por categoria;**
Cada atleta terá direito a um chute a gol;
A equipe que converter em gol o maior número de chutes será declarada vencedora.
As equipes poderão ser mista;

Voleibol Adaptado

Equipe composta por **5 atletas por categoria;**
A bola será lançada pelo grupo iniciante, através da organização coletiva, no intuito de arremessar a bola para o outro lado da quadra, como se fosse um saque.
O grupo do outro lado deverá receber a bola com as mãos, sem deixá-la cair no chão, como acontece no voleibol, em seguida devem lançá-la de volta sempre por cima da rede, visando fazer com que a bola toque o chão do lado oposto.
Qualquer um dos dois grupos que não conseguir receber a bola e deixar com que a mesma toque seu lado da quadra, será considerado ponto para a equipe oposta;
As partidas serão divididas em 2 sets de 9 pontos e 1 set (tie-break) de 5 pontos;

Lançamento de Pelotas

Equipe de **2 atletas por categoria;**
O objetivo desta prova é arremessar a pelota o mais distante possível.
A pelota consiste em uma bola de tênis ou outra esfera similar, reutilizada e preenchida com areia, pesando aproximadamente 150g
Espaços: Para a realização desta prova é necessário um grande espaço horizontal plano com cerca de 100m de comprimento. Os primeiros 10m serão destinados para aceleração

do participante, após essa distância uma linha (com giz, fita crepe, areia...) será traçada delimitando a área para lançamento. A partir da linha limite, o restante da área será sinalizado a cada 10m com um cone, pratinho ou outro objeto, e a cada metro com algum outro objeto a fim de facilitar a marcação da distância lançada.

São necessárias duas pessoas na organização, uma para verificar se o participante queimou o lançamento (pisou na linha de demarcação) e outra para verificar a distância lançada (primeiro toque da pelota no chão). Caso ocorra a queima o lançamento não será validado. O melhor resultado deve ser convertido em ponto para definição do vencedor.

Gincana

Serão jogos de estafeta com variações de atividades.

Corrida de zigue-zague

Engatinhar

Levar e trazer bola ou objetos

Jogos surpresas

Jogos de mesa

Equipe de **2 atletas por categoria;**

Regras próprias

Dama

Dominó

Xadrez

Melhor Torcida

Critérios

- Coreografia
- Canto
- Adereço

5. Das Pontuações

Colocação	Pontuação
1º	10 pontos
2º	08 pontos
3º	07 pontos
4º	06 pontos
5º	05 pontos
6º	04 pontos
7º	03 pontos
8º	02 pontos
9º	01 pontos