



JOGOS ESCOLARES DO RIO DE JANEIRO

REGULAMENTO ESPECÍFICO

ATLETISMO

JOGOS ESCOLARES DO RIO DE JANEIRO

JERJ - 2026

Parceria



Federação
de Esportes
Estudantis do
Rio de Janeiro

Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

JERJ 2026

JOGOS ESCOLARES DO RIO DE JANEIRO

SUMÁRIO

CAPÍTULO I – Da Participação	3
CAPÍTULO II – Das Normas Técnicas	4
CAPÍTULO III – Dos Uniformes	9
CAPÍTULO IV – Dos Implementos	10
CAPÍTULO V – Da Premiação	10
CAPÍTULO VI – Da Reunião Técnica	11
CAPÍTULO VII – Da Convocação Atletas e Técnicos Para o JEBS e Jogos da Juventude	11
CAPÍTULO VIII – Das Disposições Gerais	12

Parceria



Federação
de Esportes
Estudantis do
Rio de Janeiro

Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

CAPÍTULO I – Da Participação

Art. 1º - A competição de atletismo dos Jogos Escolares do Rio de Janeiro – JERJ 2026, obedecerá às Regras Oficiais da *World Athletics* - WA, reconhecidas pela Confederação Brasileira de Atletismo - CBAAt, observando-se as adaptações deste Regulamento.

Art. 2º - A competição será realizada para a Categoria A estudantes/atletas nascidos, exclusivamente, nos anos de 2012, 2013 e 2014 (12 a 14 anos) e Categoria B poderão participar da competição atletas nascidos entre 2009, 2010 e 2011 (15 a 17 anos).

§1º Os jogos serão disputados em duas ETAPAS:

Etapa 1 - Regionais, nas 05 Regiões descritas no Regulamento Geral.

Etapa 2 - Final Estadual, preferencialmente na capital do estado.

Art. 3º - Cada Unidade Escolar poderá inscrever 2 (dois) estudantes/atletas por prova.

1º - Cada estudante/atleta poderá participar de, no máximo, 2 (duas) provas individuais.

Parceria



Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

CAPÍTULO II – Das Normas Técnicas

Art. 4º. As provas a serem realizadas são as seguintes:

CATEGORIA A

PROVA	NAIPE	ESPECIFICAÇÕES
Arremesso do peso	Masculino	4 kg
	Feminino	3 kg
Lançamento do dardo	Masculino	600 g
	Feminino	500 g
Lançamento do disco	Masculino	1 kg
	Feminino	750 g
Lançamento do martelo	Masculino	4 kg
	Feminino	3 kg
Salto em altura	Masculino e Feminino	--
Salto em distância	Masculino e Feminino	--
Salto com vara	Masculino e Feminino	--
80m rasos	Masculino e Feminino	--
150m rasos	Masculino e Feminino	--
800m rasos	Masculino e Feminino	--
2.000 m rasos	Masculino e Feminino	--
Marcha atlética	Feminino	3.000m
	Masculino	5.000m

Parceria



Organização

Secretaria de Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

JERJ 2026

JOGOS ESCOLARES DO RIO DE JANEIRO

Corridas com Barreiras*	Feminino	80m
	Masculino	100m
Pentatlo	Feminino	80m sobre barreiras, salto em altura, arremesso de peso, salto em distância e 600m rasos
Hexatlo	Masculino	100m sobre barreiras, salto em distância, arremesso de peso, salto em altura, lançamento de dardo e 800m rasos

1º - Salto em distância, Lançamentos e Arremessos terão 3 tentativas classificando-se o primeiro de cada uma das 5 regiões para final estadual que terão mais 3 tentativas.

2º - As provas de 80m, 150m e barreiras serão feitas por regional e a final estadual com os primeiros colocados de cada Regional.

3º - As provas de 800m, 2.000m, Marcha Atlética, Hexatlo, Pentatlo, Saltos Altura e Salto com Vara competirão todos os atletas das Regional juntos e serão premiados separadamente entre Regional e Estadual.

Parceria



Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

JERJ 2026

JOGOS ESCOLARES DO RIO DE JANEIRO

CATEGORIA B

PROVAS	FEMININO	MASCULINO
Velocidade e Meio Fundo	100, 200, 400, 800, 3.000 metros	
Corridas c/ barreiras	100 metros – 10 barreiras com altura de 0,762m e a distância da saída até a primeira barreira será de 13,00m, entre as barreiras será de 8,50m e da última barreira até a chegada será de 10,50m.	110 metros – 10 barreiras com altura de 0,914m e a distância da saída até a primeira barreira será de 13,72m, entre as barreiras será de 9,14m e da última barreira até a chegada será de 14,02m.
Saltos	Altura, distância e triplo	
Arremesso e Lançamentos	Peso (3 kg), Disco (1 kg) e Dardo (500g)	Peso (5 kg), Disco (1,5kg) e Dardo (700g)
Combinadas	Pentatlo 1º dia: 100m c/bar, Salto em Altura e Arremesso de Peso 2º dia: Salto em Distância e 800m	Pentatlo 1º dia: 110m c/bar, Salto em Altura e Arremesso de Peso 2º dia: Salto em Distância e 800m
Marcha Atlética	3.000 metros	5.000 metros

4º - As provas de 100m, 200m, 400m e Barreiras serão feitas por regional e a final estadual com os primeiros colocados de cada região.

Parceria



Organização

Secretaria de Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

JERJ 2026

JOGOS ESCOLARES DO RIO DE JANEIRO

5º - As provas de 800m, 3.000m, Marcha Atlética, Pentatlo, Saltos Altura competirão todos os atletas das regiões juntos e serão premiados separadamente entre Regional e Estadual.

6º- Salto em distância, Salto triplo, Lançamentos e Arremessos terão 3 tentativas classificando-se o primeiro de cada Regional para final estadual, que terão mais 3 tentativas.

7º- Nas provas de pista, será permitida somente uma largada falsa, sem desqualificar os estudantes/atletas. Desta forma, o estudantes/atletas que realizarem uma largada falsa será advertido com cartão amarelo. Toda largada falsa posterior será motivo para desqualificação.

Art. 5º - Para as provas de Pentatlo e Hexatlo será utilizada a tabela de provas combinadas de acordo com a Regra da Modalidade.

Art. 6º - Nas provas de campo (Arremesso do peso, Lançamento do Dardo, Lançamento do Disco, Lançamento do Martelo, Salto em Distância), serão realizadas 3 (três) tentativas classificando-se o primeiro de cada Regional para final estadual, que terão mais 3 tentativas.

Art. 7º. Os estudantes/atletas deverão confirmar as provas com antecedência de 1 (uma) hora e comparecer à Câmara de Chamada até 30 minutos antes da prova de entrada na área de competição, apresentando os documentos obrigatórios definidos no Regulamento Geral.

Art. 8º. Caberá à coordenação da competição a confecção de séries, grupos de qualificação, sorteios de raias, ordem de largada e ordem de tentativas para as

Parceria



Federação
de Esportes
Estudantis do
Rio de Janeiro

Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

JERJ 2026

JOGOS ESCOLARES DO RIO DE JANEIRO

diversas provas, dentro do disposto nas regras da WA e da estrutura da pista de competição.

Art. 9º. Quando não houver número de atletas para compor as séries semifinais a prova será realizada como final no horário das semifinais.

Art. 10º. A competição será realizada em pista de atletismo, com pelo menos 6 (seis) raias e construída com piso sintético.

Art. 11º. Nas provas de campo, os atletas podem utilizar seus próprios implementos, sendo sua aferição de responsabilidade da equipe de arbitragem da competição.

Parágrafo único. Deverá ser entregue pelo atleta ou treinador interessado com pelo menos 1 (uma) hora de antecedência na câmara de chamada.

Art. 12º. A competição será realizada em 2 dias e 4 etapas, conforme segue:

1º dia	Manhã – 1ª etapa	Tarde – 2ª etapa
2º dia	Manhã – 3ª etapa	Tarde – 4ª etapa

Parceria



Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

SEÇÃO I – Das Especificações das Corridas com Barreiras

Especificações	Masculino	Feminino
Distância	100m	80m
Altura de barreiras	0,84m	0,76m
Distância da linha de largada à 1ª barreira	13m	12m
Distância entre as barreiras	8,5m	8m
Distância entre a última barreira e a linha de chegada	10,5m	12m
Número de barreira	10	8

CAPÍTULO III – Dos Uniformes

Art. 13º. O atleta deverá comparecer ao local de competição, com antecedência, e, devidamente uniformizado. Para ter condição de participação, antes do início de cada prova, deverá apresentar sua credencial à equipe de arbitragem.

1º. A responsabilidade dos uniformes (vestimenta de competição) dos atletas será do (s) seu (s) técnico (s) inscrito (s) no evento.

- Em todas as provas, os atletas devem usar um uniforme que esteja limpo e possa ser utilizado de modo a não sofrer objeções.
- O uniforme deve ser feito de material que não seja transparente, mesmo se molhado.
- Um atleta não deve usar uniforme que possa dificultar a visão dos árbitros.

Parceria



Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

CAPÍTULO IV – Dos Implementos

Parágrafo único – Nas provas de velocidade a organização irá dispor dos blocos de partida, de acordo com as regras vigentes. Os estudantes/atletas que eventualmente recusarem a utilizar o equipamento, poderão descartá-lo, mas deverão largar na posição agachada.

Art. 14º - Os implementos devem obedecer às Regras Oficiais da World Athletics WA.

Parágrafo único - No caso da utilização de implementos pessoais nas provas de lançamentos e arremessos, os mesmos deverão ser aferidos e devem estar à disposição de todos os estudantes/atletas participantes. Estes implementos deverão ser apresentados até 1 (uma) hora antes do início da prova, em local designado pelo Comissão Organizadora.

Art. 15º - A competição será realizada em pista de atletismo de piso sintético, com 6 (seis) raias no mínimo.

CAPÍTULO V – Da Premiação

Art. 16º - Serão premiados os 1º, 2º e 3º por região e 1º, 2º e 3º Estaduais por naipe.

Art. 17º - A premiação ocorrerá no término das respectivas provas finais e no mesmo local da competição.

Parceria



Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

Art. 18º - Para a cerimônia de premiação, os estudantes/atletas deverão usar os uniformes oficiais de sua equipe e tênis, não sendo permitida a utilização de bonés e óculos de sol.

CAPÍTULO VI – Da Reunião Técnica

Art. 19º. A reunião técnica da modalidade será realizada conforme o Cronograma Oficial do JERJ, de maneira remota, a ser divulgado posteriormente no Boletim Oficial. Durante as reuniões técnicas será apresentado a condução da competição, programação da modalidade e outros assuntos relacionados à modalidade, sem a possibilidade de qualquer alteração deste regulamento.

CAPÍTULO VII – Da Convocação Atletas e Técnicos para o JEBS e Jogos da Juventude

Art. 20º - Categoria A: classificam-se os primeiros de cada prova e os segundos colocados com melhores índices técnicos para as provas em aberto.

Art. 21º - Categoria B: classificam-se os 11 melhores índices técnicos, pois são 13 provas e apenas 11 vagas para a fase nacional.

Art. 22º - Será convocado no masculino na Categoria A o técnico com o maior número de atletas classificados para a fase nacional. Na Categoria B, o técnico será definido exclusivamente pela Comissão Organizadora do JERJ.

Parceria



Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO

JERJ 2026

JOGOS ESCOLARES DO RIO DE JANEIRO

1º- Será convocada no feminino na Categoria A a técnica com o maior número de atletas classificadas para a fase nacional. Na Categoria B, a técnica será definido exclusivamente pela Comissão Organizadora do JERJ

Art. 23º. Em caso de desistência do do atleta primeiro colocado, o segundo atleta colocado assumirá a posição.

CAPÍTULO VIII – Das Disposições Gerais

Art. 24º. Nas hipóteses de conflito entre o Regulamento Geral do JERJ e este Regulamento Específico, prevalecerá o Regulamento Específico da modalidade.

Art. 25º. Os casos omissos serão decididos pela Comissão Organizadora, com o suporte do coordenador da respectiva modalidade.

Art. 26º - Somente haverá substituição para professores/técnicos e deverá estar de acordo com as regras do Regulamento Geral.

Parceria



Federação
de Esportes
Estudantis do
Rio de Janeiro

Organização

Secretaria de
Esporte e Lazer



GOVERNO DO ESTADO
RIO DE JANEIRO