



## **CAMPEONATO REGIONAL DE INVERNO DE PROVAS COMBINADAS**

### **TORNEIO DE ABERTURA DE PISTA**

**MACHICO – 13 E 14 DE DEZEMBRO DE 2008**

#### **1. REGULAMENTO (Provas Combinadas):**

- 1.1. O Campeonato Regional de Inverno de Provas Combinadas destina-se exclusivamente a atletas das categorias de **juniores** e **seniores**, filiados na AARAM ou no INATEL e com a sua situação devidamente regularizada.
- 1.2. Este campeonato conta para a **Taça da Madeira** (absolutos) nos moldes previstos no regulamento específico dessa competição:
  - 1.2.1. Para efeito de classificação na Taça da Madeira, será elaborada, em cada sexo, uma ordenação conjunta das pontuações obtidas pelos atletas juniores e seniores e serão atribuídos 12, 10, 8, 6, 4, 3, 2 e 1 pontos, respectivamente, aos 1º, 2º...e 8º classificado dessa ordenação conjunta.
- 1.3. Haverá uma classificação individual para cada escalão, elaborada com base na tabela de provas combinadas da IAAF.
- 1.4. Serão atribuídas medalhas aos atletas masculino e feminino que se sagrarem Campeões Regionais de Inverno de Provas Combinadas, nos escalões de juniores e seniores.
- 1.5. As **inscrições** devem ser entregues ou enviadas para a AARAM, em ficha informática própria, **até quinta-feira** (11/Dezembro).
  - 1.5.1. A **confirmação das inscrições** e eventuais **rectificações** serão feitas no secretariado da competição, **até 30 minutos antes do início das provas**.
- 1.6. As alturas de início do salto em altura (M e F) e do salto com vara (M) serão combinadas no local, subindo depois a fasquia de 3 em 3 cm (altura) ou de 10 em 10cm (vara).
- 1.7. Excepcionalmente, será possível a participação extra-competição de atletas juniores e seniores, nos 60m barreiras do Heptatlo.

#### **2. REGULAMENTO (Torneio de Abertura):**

- 2.1. O Torneio de Abertura destina-se aos atletas filiados na AARAM ou no INATEL, com a sua situação devidamente regularizada e nas categorias assinaladas no programa horário.
- 2.2. Os atletas não seniores, poderão participar em duas provas por jornada, num máximo de três no conjunto dos dois dias, respeitando o previsto no Regulamento Geral de Competições para o respectivo escalão.
- 2.3. As **inscrições** devem ser entregues ou enviadas para a AARAM, em ficha informática própria, **até quinta-feira** (11/Dezembro).
  - 2.3.1. A **confirmação das inscrições** e eventuais **rectificações** serão feitas no secretariado da competição, **até 30 minutos antes do início das provas**.



3. PROGRAMA / HORÁRIO:

CAMPEONATO REGIONAL DE PROVAS COMBINADAS / TORNEIO DE ABERTURA

13 / DEZEMBRO – SÁBADO (RG3 + MACHICO)

Início	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
10:00	MARTELO	M	✓					2kg (RG3)
10:20	MARTELO	M	✓					3kg (RG3)
	MARTELO	F		✓	✓			
11:00	MARTELO	M			✓	✓	✓	5, 6 e 7,26kg (RG3)
11:45	MARTELO	M		✓				4kg (RG3)
	MARTELO	F				✓	✓	
15:00	60 M	M				✓	✓	Heptatlo
15:15	60 M BARR.	F				✓	✓	Pentatlo (0,84m)
15:25	COMPRIMENTO	M				✓	✓	Heptatlo
15:30	60 M	F	✓	✓				(torneio de abertura)
15:35	ALTURA	F				✓	✓	Pentatlo – 1,30 (+3cm) →
15:45	60 M	M	✓	✓				(torneio de abertura)
16:00	60 M	F			✓	✓	✓	(torneio de abertura)
16:10	PESO	M				✓	✓	Heptatlo (6 e 7,26kg)
16:15	60 M	M			✓	✓	✓	(torneio de abertura)
16:30	1.000 M	F			✓	✓	✓	(torneio de abertura)
16:35	PESO	F				✓	✓	Pentatlo (4 kg)
16:40	1.000 M	M			✓	✓	✓	(torneio de abertura)
	ALTURA	M				✓	✓	Heptatlo – 1,52m (+3cm) →
17:00	COMPRIMENTO	F				✓	✓	Pentatlo
17:05	300 M	F			✓	✓	✓	(torneio de abertura)
17:20	300 M	M			✓	✓	✓	(torneio de abertura)
17:40	800 M	F				✓	✓	Pentatlo

14 / DEZEMBRO – DOMINGO (MACHICO)

Início	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
10:30	60 M BARR.	M				✓		Heptatlo (0,99m) (+ extra)
	60 M BARR.	M					✓	Heptatlo (1,067m) (+ extra)
11:00	VARA	M				✓	✓	Heptatlo – 2,30m (+10cm) →
12:30	1.000 M	M				✓	✓	Heptatlo