



CAMPEONATO REGIONAL DE JUNIORES

RIBEIRA BRAVA – 20 E 21 DE JUNHO DE 2009

1. NORMAS REGULAMENTARES

- 1.1. A participação neste campeonato é reservada aos atletas dos escalões de **juvenis e juniores**, filiados na AARAM ou no INATEL e com a sua situação regularizada.
- 1.2. Cada clube poderá fazer-se representar por um número ilimitado de atletas em cada prova individual e por várias estafetas.
- 1.3. Não é permitida a inscrição de equipas de estafetas constituídas por atletas individuais ou por atletas de diferentes clubes.
- 1.4. Os atletas poderão participar em **duas provas por jornada, num máximo de quatro no conjunto das duas jornadas, desde que uma delas seja a estafeta de 4x100m** e respeitando os requisitos do regulamento geral de competições da FPA, que a seguir se enunciam:
 - 1.4.1. Os atletas **juniores** que participem numa prova de corrida ou marcha com distância igual ou superior a 1500m, ou **juvenis** que participem numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 800m, não podem participar em mais nenhuma prova de corrida ou de marcha nessa jornada, excepto em corridas até 110m (com ou sem barreiras), desde que disputadas antes
 - 1.4.2. Os atletas **juvenis** não poderão participar nas corridas de 5.000m, nem de 3.000m obstáculos.
- 1.5. Nas corridas de distância inferior a 200m disputar-se-ão eliminatórias e final, procedendo-se ao apuramento por tempos e classificação.
- 1.6. As corridas de distância igual ou superior a 200m, serão realizadas por séries.
 - 1.6.1. Em caso de empate por tempos em séries separadas, proceder-se-á à respectiva divisão equitativa dos pontos.
 - 1.6.2. As séries serão elaboradas em função das melhores marcas de cada atleta realizadas em 2008 ou 2009, sendo a última série composta pelos atletas com melhores marcas.
- 1.7. O modo de subida das fasquias é definido nas “observações” do programa horário.
- 1.8. Nas provas em que se disputam *eliminatórias* e *final*, caso hajam menos de 9 atletas confirmados, realiza-se a prova no horário previsto para as Eliminatórias.

2. INSCRIÇÕES

- 2.1. As **inscrições**, devem ser entregues ou enviadas para a AARAM, em ficha informática própria, **até a quinta-feira** anterior à respectiva competição (18 de Junho).
- 2.2. A **confirmação das inscrições** e eventuais **rectificações** serão feitas no secretariado da competição, **até 30 minutos antes do início das provas**.

3. PARTICIPAÇÃO EXTRA-COMPETIÇÃO

- 3.1. Será permitida a participação extra-competição nas provas e escalões assinalados no programa.



4. CLASSIFICAÇÃO

- 4.1. Haverá classificação individual e colectiva.
- 4.2. Em cada prova só poderão pontuar até um máximo de **dois atletas ou uma estafeta por clube**, sendo os outros, para efeitos de pontuação, considerados como atletas individuais.
- 4.3. Serão pontuados os 8 (oito) primeiros em cada prova.
 - 4.3.1. Serão atribuídos 9, 7, 6, 5, 4, 3, 2 e 1 pontos, respectivamente, aos 1º, 2º...e 8º classificado de cada prova.
- 4.4. Para que possam obter classificação colectiva num dos sexos, os clubes devem:
 - 4.4.1. Apresentar um mínimo de 8 (oito) atletas em competição;
 - 4.4.2. Os atletas devem competir em, pelo menos, 8 (oito) provas diferentes
- 4.5. Os clubes que obtenham a maior pontuação, separadamente em masculinos e em femininos, serão considerados vencedores do Campeonato Regional de Juniores.

5. PRÉMIOS

- 5.1. Será atribuído um troféus aos clubes vencedores em cada sexo.
- 5.2. Será atribuída uma medalha ao primeiro classificado de cada prova individual.

PROGRAMA / HORÁRIO:

SÁBADO (MANHÃ), 20/JUNHO/2009 – FUNCHAL (RG3 E BARREIROS)

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
9h45	MARTELO	F			✓	✓	Extra	4kg (Extra: 4k-Sen) – RG3
	MARTELO	F	Extra					2k-Inf – RG3
	MARTELO	M		Extra				4k-Inic – RG3
10h45	MARTELO	M			✓	✓	Extra	6kg (Extra: 7k-Sen) – RG3
	MARTELO	F		Extra				3k-Inic – RG3
	MARTELO	M	Extra					3k-Inf – RG3
12h00	PESO *	F			✓	✓	Extra	4kg (Extra: 4k-Sen) – Barreiros
12h30	PESO *	M			✓	✓	Extra	6kg (Extra: 7k-Sen) – Barreiros

Nota: * Para efeitos de contabilização do número de provas por jornada, considera-se o **lançamento do peso** como uma prova da 2ª jornada (Domingo).



CAMPEONATO REGIONAL DE JUNIORES

PROGRAMA / HORÁRIO (CONTINUAÇÃO):

SÁBADO (TARDE), 20/JUNHO/2009 – RIBEIRA BRAVA

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
16h00	100 M	F		Extra	✓	✓	Extra	Eliminatórias
16h10	100 M	M		Extra	✓	✓	Extra	Eliminatórias
16h15	VARA	F		Extra	✓	✓	Extra	1,90 (+15) → 2,50 (+10)
16h30	COMPIMENTO	M			✓	✓	Extra	Tábua: 3m
	400 M BARR.	F			✓	✓	Extra	10b – 45+35/0,76m
16h45	400 M BARR.	M			✓	✓	Extra	10b – 45+35/0,91m
17h00	DISCO	M			✓	✓	Extra	1,75kg (extra: 2k-Sen)
	100 M	F			✓	✓		Final
17h10	100 M	M			✓	✓		Final
17h20	1.500 M	F		Extra	✓	✓	Extra	
17h30	1.500 M	M		Extra	✓	✓	Extra	
	ALTURA	M		Extra	✓	✓	Extra	1,41 (+5) → 1,76 (+3)
17h40	3.000 M OBST.	F				✓	Extra	0,76m
17h45	TRIPLO	F			✓	✓	Extra	Tábua: 9m
18h00	400 M	F			✓	✓	Extra	
18h10	400 M	M			✓	✓	Extra	
18h20	5.000 M	M				✓	Extra	
18h30	DISCO	F		Extra	✓	✓	Extra	1kg
18h40	4x 100 M	F			✓	✓	Extra	
18h50	4x 100 M	M			✓	✓	Extra	
19h00	10.000 M MARCHA	F			✓	✓	Extra	
	10.000 M MARCHA	M			✓	✓	Extra	



CAMPEONATO REGIONAL DE JUNIORES

PROGRAMA / HORÁRIO (CONTINUAÇÃO):

DOMINGO, 21/JUNHO/2009 – RIBEIRA BRAVA

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
9h50	3.000 M OBST.	M				✓	Extra	
10h00	COMPRIMENTO	F		Extra	✓	✓	Extra	Tábua: 3m
	DARDO	F		Extra	✓	✓	Extra	600g
10h10	3.000 M	F			✓	✓	Extra	
	VARA	M		Extra	✓	✓	Extra	2,55 (+15) → 3,60 (+10)
10h25	3.000 M	M			✓	✓	Extra	
10h40	100 M BARR.	F			✓	✓	Extra	10b – 13,00+8,50/0,84m - Eliminatórias
10h55	110 M BARR.	M			✓	✓	Extra	10b – 13,72+9,14/1,00m - Eliminatórias
11h00	ALTURA	F		Extra	✓	✓	Extra	1,20 (+4) → 1,44 (+3)
	DARDO	M			✓	✓	Extra	800g
11h10	TRIPLO	M			✓	✓	Extra	Tábua: 11m
	800 M	F		Extra	✓	✓	Extra	
11h20	800 M	M		Extra	✓	✓	Extra	
11h30	200 M	F		Extra	✓	✓	Extra	
11h40	200 M	M		Extra	✓	✓	Extra	
11h55	100 M BARR.	F			✓	✓		0,84m – FINAL
12h05	110 M BARR.	M			✓	✓		1,00m – FINAL
12h20	4x 400 M	F			✓	✓	Extra	
12h30	4x 400 M	M			✓	✓	Extra	