



## **CAMPEONATO REGIONAL DE JUVENIS**

FUNCHAL E MACHICO – 15 E 16 DE MAIO DE 2010

### **1. NORMAS REGULAMENTARES**

- 1.1. A participação nestes campeonatos é reservada aos atletas dos escalões de **iniciados e juvenis**, 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.
- 1.3. Os atletas poderão participar em **duas provas por jornada, num máximo de três no conjunto das duas jornadas** e respeitando os requisitos do regulamento geral de competições da FPA, que a seguir se enunciam:
  - 1.3.1. Os atletas juvenis que participem em provas de corrida ou marcha de distância igual ou superior a 800 metros, não poderão participar noutra prova de corrida ou de marcha nessa jornada, excepto em corridas até 110m (com ou sem barreiras), desde que disputadas antes.
  - 1.3.2. Os atletas iniciados que participem numa prova de corrida ou marcha com distância igual ou superior a 250m, não podem participar **posteriormente** em mais nenhuma prova dessa jornada.
  - 1.3.3. Os atletas iniciados não poderão participar nas corridas de 3.000 metros, nem de 2.000 metros obstáculos.
- 1.4. Nas corridas inferiores a 200m disputar-se-ão eliminatórias e final, procedendo-se ao apuramento por tempos e classificação.
- 1.5. As corridas de distância igual ou superior a 200m, serão realizadas por séries.
  - 1.5.1. Em caso de empate por tempos em séries separadas, proceder-se-á à respectiva divisão equitativa dos pontos.
  - 1.5.2. As séries serão elaboradas em função das melhores marcas de cada atleta realizadas em 2009 ou 2010, sendo a última série composta pelos atletas com melhores marcas.
- 1.6. O modo de subida das fasquias é definido nas “observações” do programa horário.
- 1.7. Nas provas em que se disputam *eliminatórias* e *final*, caso hajam menos de 6 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 competição.
- 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 assinaladas no programa.



#### 4. CLASSIFICAÇÃO

- 4.1. Haverá classificação individual e colectiva.
- 4.2. Em cada prova só poderão pontuar até um máximo de três (3) atletas por clube, sendo os outros, para efeitos de pontuação, ignorados da classificação.
- 4.3. Serão pontuados os oito (8) 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 seis (6) atletas em competição;
  - 4.4.2. Os atletas devem competir em, pelo menos, oito (8) provas diferentes.
- 4.5. Os clubes que obtenham a maior pontuação, separadamente em masculinos e em femininos, serão considerados vencedores do Campeonato Regional de Juvenis.
- 4.6. A classificação colectiva e individual conta para o PACRAM.

#### 5. PRÉMIOS

- 5.1. Serão atribuídos troféus aos três primeiros clubes classificados em cada sexo.
- 5.2. Serão atribuídas medalhas aos três primeiros de cada prova individual.

#### PROGRAMA / HORÁRIO:

#### **SÁBADO (MANHÃ), 15/MAIO/2010 – FUNCHAL (RG3)**

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
9:15	MARTELO	M		✓	✓			5kg
	PESO (b)	F		✓	✓			3kg (prova da 2ª jornada)
	PESO	F				Extra	Extra	4kg
9:50 (a)	MARTELO	M				Extra	Extra	6kg (Jun) + 7,26kg (Sen)
	MARTELO	M	Extra					3kg
10:30 (a)	MARTELO	F		✓	✓			3kg
	MARTELO	F				Extra	Extra	4kg
11:00 (a)	PESO (b)	M		✓	✓			5kg (prova da 2ª jornada)
11:15 (a)	DISCO	F		✓	✓	Extra	Extra	1kg
11:40 (a)	PESO	M				Extra	Extra	6kg (Jun) + 7,26kg (Sen)
11:50 (a)	DISCO	M		✓	✓			1,5kg
12:30 (a)	DISCO	M				Extra	Extra	1,75kg (Jun) + 2kg (Sen)
	DISCO	M	Extra					750g

**Notas:** a) O horário poderá ser ajustado, pelos juízes, no local;

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



**PROGRAMA / HORÁRIO** (CONTINUAÇÃO):

**SÁBADO (TARDE), 15/MAIO/2010 – MACHICO**

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
16:00	<b>100 M BARR.</b>	F		✓	✓			10b – 13,00+8,50/0,76m – Elim.
16:15	<b>ALTURA</b>	F		✓	✓	Extra	Extra	1,17 (+4) → 1,41 (+3)
	<b>110 M BARR.</b>	M		✓	✓			10b – 13,72+9,14/0,91m – Elim.
16:25	110 M BARR.	M				Extra	Extra	<b>Extra:</b> 1,00 (jun) + 1,067 (sen)
16:35	<b>100 M</b>	F		✓	✓	Extra	Extra	Eliminatórias
16:45	<b>100 M</b>	M		✓	✓			Eliminatórias
16:55	100 M	M				Extra	Extra	
17:00	<b>TRIPLO</b>	M		✓	✓			Tábua: 9 e/ou 11m
	TRIPLO	M				Extra	Extra	Tábua: 11m
17:10	<b>100 M BARR.</b>	F		✓	✓			10b – 13,00+8,50/0,76m – <b>Final</b>
17:20	<b>110 M BARR.</b>	M		✓	✓			10b – 13,72+9,14/0,91m – <b>Final</b>
17:30	<b>100 M</b>	F		✓	✓			<b>Final</b>
17:35	<b>100 M</b>	M		✓	✓			<b>Final</b>
17:45	<b>VARA</b>	M		✓	✓	Extra	Extra	2,10 (+15) → 3,00 (+10)
	<b>2.000 M OBST.</b>	F			✓	Extra	Extra	0,76m
	<b>2.000 M OBST.</b>	M			✓			0,76m
18:00	<b>TRIPLO</b>	F		✓	✓			Tábua: 7 e/ou 9m
	TRIPLO	F				Extra	Extra	Tábua: 9m
18:10	<b>300 M</b>	F		✓	✓			
18:20	<b>300 M</b>	M		✓	✓			
18:30	400 M	M				Extra	Extra	
18:40	<b>1.500 M</b>	F		✓	✓	Extra	Extra	
18:50	<b>1.500 M</b>	M		✓	✓			
19:00	1.500 M	M				Extra	Extra	
19:10	<b>5.000 M MARCHA</b>	F		✓	✓	Extra	Extra	
	<b>5.000 M MARCHA</b>	M		✓	✓	Extra	Extra	



**PROGRAMA / HORÁRIO** (CONTINUAÇÃO):

**DOMINGO, 16/MAIO/2010 – MACHICO**

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
10:00	3.000 M	F			✓	Extra	Extra	
	ALTURA	M		✓	✓	Extra	Extra	1,30 (+5) → 1,55 (+3)
	COMPRIMENTO	F		✓	✓	Extra	Extra	Tábua: 3m
10:20	3.000 M	M			✓			
10:30	DARDO	F		✓	✓	Extra	Extra	600g
10:40	200 M	F		✓	✓	Extra	Extra	
10:50	200 M	M		✓	✓			
11:00	200 M	M				Extra	Extra	
	VARA	F		✓	✓	Extra	Extra	1,80 (+20) → 2,20 (+10)
11:15	COMPRIMENTO	M		✓	✓	Extra	Extra	Tábua: 3m
	300 M BARR.	F		✓	✓			7b – 50+35/0,76m
11:30	300 M BARR.	M		✓	✓			7b – 50+35/0,84m
	DARDO	M		✓	✓			700g
	DARDO	M				Extra	Extra	800g
11:45	400 M BARR.	M				Extra	Extra	10b – 45+35/0,91m
12:00	800 M	F		✓	✓	Extra	Extra	
12:10	800 M	M		✓	✓			
12:15	800 M	M				Extra	Extra	