



CAMPEONATO REGIONAL DE CLUBES

RIBEIRA BRAVA – 15 E 16 DE JULHO DE 2011

1. NORMAS REGULAMENTARES

- 1.1. Este campeonato é de participação livre para qualquer clube filiado na AARAM e com a sua situação regularizada.
- 1.2. Neste campeonato haverá apenas classificação colectiva (não são atribuídos títulos individuais).
 - 1.2.1. **Os clubes terão de manifestar previamente a sua intenção de participar colectivamente no campeonato.**
- 1.3. Cada clube poderá fazer-se representar por um número ilimitado de atletas dos escalões de juvenis, juniores e seniores.
- 1.4. Cada atleta pode participar em duas (2) provas por dia, num máximo de três (3) provas, desde que, pelo menos, uma delas seja uma estafeta.
- 1.5. Os atletas juvenis e juniores, devem respeitar os requisitos do Regulamento Geral de Competições da FPA, que a seguir se enunciam:
 - 1.5.1. Os atletas que participem numa prova de corrida ou marcha com distância igual ou superior a 800m (juvenis) ou 1500m (juniores), não podem participar noutra corrida ou prova de marcha na mesma jornada, excepto em corridas até 110m (com ou sem barreiras), desde que disputadas antes.
 - 1.5.2. Os atletas juvenis não poderão participar nas corridas de 5.000m e 3.000m obstáculos, nem nos lançamentos de Peso (masculino) e Martelo (masculino).
- 1.6. Todas as corridas serão disputadas por séries.
 - 1.6.1. Os atletas serão ordenados em função dos seus melhores tempos realizados durante as duas últimas épocas, sendo a última série composta pelos atletas com melhores marcas.
 - 1.6.1.1. Sendo possível, procurar-se-á que, pelo menos, o melhor atleta de cada clube em competição corra na melhor série.
 - 1.6.2. A classificação é ordenada em função do tempos realizados por cada atleta – em caso de empate em séries diferentes, os pontos serão repartidos equitativamente.
- 1.7. Nos lançamentos e saltos horizontais, haverá lugar a 3 ensaios para todos os concorrentes, mais 3 ensaios suplementares para os concorrentes com as 8 melhores marcas.
- 1.8. O modo de subida das fasquias é definido nas “observações” do programa horário.

2. INSCRIÇÕES

- 2.1. Os clubes devem comunicar à AARAM a sua intenção de participar colectivamente e enviar as respectivas inscrições, em ficha informática própria, **até quarta-feira (13/Julho)**.
- 2.2. A **confirmação das inscrições** e eventuais **rectificações** serão feitas no secretariado da competição, **até 40 minutos antes do início de cada prova**.
- 2.3. As inscrições de atletas individuais ou de outros clubes também devem ser enviadas para a AARAM, em ficha informática própria, **até a quarta-feira (13/Julho)**.



Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

CAMPEONATO REGIONAL DE CLUBES – 2011

RIBEIRA BRAVA – 15 E 16 DE JULHO DE 2011

3. CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA

- 3.1. Para obter classificação colectiva, uma equipa terá de classificar um mínimo de seis (6) atletas do mesmo sexo em, pelo menos, oito (8) provas do programa.
- 3.2. Para efeito de classificação colectiva, será considerado, em cada prova, apenas um atleta ou uma estafeta por cada clube que participa colectivamente.
 - 3.2.1. Para este efeito, os restantes atletas do mesmo clube, os atletas de outros clubes que não concorram colectivamente e outros atletas individuais serão ignorados da classificação.
- 3.3. Em cada prova será atribuído ao 1º lugar o número de pontos igual ao número de clubes que manifestaram previamente a intenção de participar colectivamente, sendo atribuído menos um ponto ao 2º classificado e assim sucessivamente (exemplo: 5 clubes – 1º → 5º = 5, 4, 3, 2, 1pts).

4. PARTICIPAÇÃO EXTRA-COMPETIÇÃO COLECTIVA

- 4.1. Todos os atletas dos clubes que concorrem colectivamente para além do seu melhor representante em cada prova, consideram-se participantes extra-competição.
- 4.2. Os atletas que participam extra-competição competem em igualdade de condições com os demais, excepto pelo facto de não pontuarem para a classificação colectiva.
- 4.3. Para que a competição não seja prejudicada, a participação extra-competição (atletas individuais, atletas de outros clubes e a partir do 2º atleta de um clube que participa colectivamente) pode ser limitada por mínimos de participação em algumas provas.
 - 4.3.1. Assim, os clubes que concorrem colectivamente, não podem inscrever mais do que um atleta sem mínimos nas provas indicadas na tabela seguinte.

Mínimos de Participação

(apenas para atletas que participam **Extra-Competição**)

FEMININOS		MASCULINOS	
Prova	Mínimo	Prova	Mínimo
Comprimento	4,20	Comprimento	5,30
Disco	22,00	Disco	26,00
Dardo	22,00	Dardo	34,00
Peso	8,00	Peso	9,50
		100 m	12,50
		200 m	25,50
		400 m	56,50

5. PRÉMIOS

- Serão atribuídos troféus aos clubes vencedores em cada sexo.
- Serão atribuídas medalhas aos elementos constituintes das equipas vencedoras em cada sexo, assim como aos respectivos técnicos e dirigentes (até um máximo de 20 medalhas).

Nota: Os prémios serão entregues apenas aos atletas, técnicos e dirigentes que compareçam à respectiva cerimónia protocolar.



Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

CAMPEONATO REGIONAL DE CLUBES – 2011

RIBEIRA BRAVA – 15 E 16 DE JULHO DE 2011

PROGRAMA / HORÁRIO:

SEXTA, 15/JULHO/2011 – RIBEIRA BRAVA

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
	3.000 M MARCHA	F			✓	✓	✓	
	5.000 M MARCHA	M			✓	✓	✓	
19:30	ALTURA	F			✓	✓	✓	1,24 (+4) → 1,44 (+3) → 1,62 (+2)
	MARTELO	F			✓	✓	✓	4 kg
	MARTELO	F	Extra					2 kg
	MARTELO	M		Extra				4 kg
19:40	COMPRIMENTO	M			✓	✓	✓	
19:50	PESO	M				✓	✓	7,26 kg
20:10	100 M	F			✓	✓	✓	
20:20	100 M	M			✓	✓	✓	
20:30	VARA	M			✓	✓	✓	2,70 (+30) → 3,30 (+15) → 4,05 (+10)
	1.500 M	F			✓	✓	✓	
20:40	1.500 M	M			✓	✓	✓	
	COMPRIMENTO	F			✓	✓	✓	
20:45	MARTELO	M				✓	✓	7,26 kg
	MARTELO	F		Extra	Extra			3 kg
20:50	400 M	F			✓	✓	✓	
21:00	400 M	M			✓	✓	✓	
21:10	3.000 M OBST.	F				✓	✓	0,76 m
21:15	PESO	F			✓	✓	✓	4 kg
21:30	4x 100 M	F			✓	✓	✓	
21:40	4x 100 M	M			✓	✓	✓	
21:50	5.000 M	F				✓	✓	
	5.000 M	M				✓	✓	



Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

CAMPEONATO REGIONAL DE CLUBES – 2011

RIBEIRA BRAVA – 15 E 16 DE JULHO DE 2011

PROGRAMA / HORÁRIO (CONTINUAÇÃO):

SÁBADO, 16/JULHO/2011 – RIBEIRA BRAVA

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
19:00	ALTURA	M			✓	✓	✓	1,45 (+5) → 1,80 (+3) → 1,98 (+2)
	DISCO	M			✓	✓	✓	2 kg
	4x 80 M	M	Extra	Extra				
19:10	80 M	F	Extra	Extra				
19:15	80 M	M	Extra	Extra				
19:25	3.000 M	F			✓	✓	✓	
19:30	TRIPLO	F			✓	✓	✓	Tábua: 8m
19:40	3.000 M	M			✓	✓	✓	
19:45	DARDO	F			✓	✓	✓	600 g
20:00	100 M BARR.	F			✓	✓	✓	0,84 m
20:15	110 M BARR.	M			✓	✓	✓	1,067 m
20:30	DISCO	F			✓	✓	✓	1 kg
	VARA	F			✓	✓	✓	2,00 (+15) → 2,75 (+10) → 3,25 (+5)
	800 M	F			✓	✓	✓	
20:40	800 M	M			✓	✓	✓	
20:45	TRIPLO	M			✓	✓	✓	Tábua: 11m
20:50	400 M BARR.	F			✓	✓	✓	0,76 m
21:00	400 M BARR.	M			✓	✓	✓	0,91 m
21:10	200 M	F			✓	✓	✓	
21:15	DARDO	M			✓	✓	✓	800 g
21:20	200 M	M			✓	✓	✓	
21:30	3.000 M OBST.	M				✓	✓	0,91 m
21:45	4x 400 M	F			✓	✓	✓	
21:55	4x 400 M	M			✓	✓	✓	