



**FUNCHAL E RIBEIRA BRAVA – 9 E 10 DE FEVEREIRO DE 2013**

**1. REGULAMENTO (rectificado)**

- 1.1. A participação neste campeonato é reservada aos atletas dos escalões de **juvenis, juniores e seniores**, filiados na AARAM ou no INATEL e com a sua situação regularizada.
  - 1.1.1. Atletas estrangeiros filiados na AARAM ou filiados noutras federações e com autorização expressa da FPA, poderão participar, mas sem direito ao título de campeão ou lugares de honra.
- 1.2. Neste campeonato haverá classificação individual, atribuindo-se os **títulos individuais de Campeão Regional Absoluto de Inverno**, e classificação colectiva que designa os **clubes Campeões Regionais de Inverno** (em femininos e masculinos) e, simultaneamente, **qualifica os clubes que serão apoiados para participar nos Campeonatos Nacionais de Clubes de 2013**.
- 1.3. Este campeonato conta para a classificação da **Taça da Madeira** (absolutos).
  - 1.3.1. Para este efeito, serão considerados até dois atletas e duas estafetas por clube, de acordo com o regulamento específico dessa competição.
- 1.4. Todos os clubes filiados na AARAM podem participar com um número ilimitado de atletas e com um máximo de duas estafetas nos 4x400m.
- 1.5. Cada atleta pode participar em duas provas individuais mais a estafeta, não podendo competir em mais de duas provas no mesmo dia.
  - 1.5.1. Se o atleta faltar a alguma prova em que se inscreveu e confirmou a participação, ou não comparecer a uma final para que tenha sido apurado, sem justificação prévia e válida, não será autorizado a participar nas restantes provas.
  - 1.5.2. Os atletas juniores que participem em provas de corrida ou de marcha de distância igual ou superior a 1500m não podem participar noutra prova de corrida ou de marcha nessa jornada, independentemente da ordem de participação nas provas.
  - 1.5.3. Os atletas juvenis que participem em provas de corrida ou de marcha de distância igual ou superior a 300m não podem participar posteriormente em mais nenhuma prova dessa jornada, com excepção da estafeta de 4x100m.
  - 1.5.4. Os atletas juvenis masculinos não podem participar nas provas de lançamento do peso e lançamento do martelo.
- 1.6. Nas corridas de 60m e 60m barreiras, caso haja mais do que oito atletas confirmados, disputar-se-ão **eliminatórias**.
  - 1.6.1. O **apuramento para as finais** far-se-á nos seguintes moldes:
    - 1.6.1.1. Duas ou três eliminatórias – apuram directamente os dois primeiros de cada eliminatória, mais os restantes melhores tempos até completar os oito finalistas.
    - 1.6.1.2. Mais de três eliminatórias – apuram directamente os vencedores de cada eliminatória, mais os restantes melhores tempos até completar os oito finalistas.
- 1.7. As restantes corridas serão realizadas por séries.
  - 1.7.1. As séries serão elaboradas em função das melhores marcas de cada atleta realizadas em 2012 ou 2013, sendo a última série composta pelos atletas com melhores marcas.
- 1.8. As **inscrições** devem ser entregues ou enviadas para a AARAM, em ficha informática própria, **até a quinta-feira** anterior á competição.
  - 1.8.1. A **confirmação das inscrições** e eventuais **rectificações** serão feitas no secretariado da competição, **até 40 minutos antes do início das provas**.



## 2. CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA

- 2.1. No acto de inscrição, **os clubes devem, obrigatoriamente, manifestar a sua intenção de concorrer**, ou não, à **classificação colectiva**.
- 2.2. Para obter classificação colectiva, cada clube terá de classificar um mínimo de 6 atletas do mesmo sexo em, pelo menos, 8 provas do programa.
- 2.3. As equipas poderão ser constituídas por atletas dos escalões de juvenis, juniores e seniores.
- 2.4. Para efeito da classificação colectiva, será considerado, em cada prova, apenas o melhor atleta e a melhor estafeta de cada clube inscrito para a classificação colectiva.
  - 2.4.1. Os restantes atletas e estafetas serão ignorados da classificação colectiva.
- 2.5. Cada atleta poderá participar em duas provas individuais mais uma estafeta, não podendo competir em mais de duas provas no mesmo dia.
- 2.6. Serão atribuídos n, n-1, n-2 (etc.) pontos, respectivamente, aos 1º, 2º, 3º (etc.) classificados em cada prova (“n” corresponde ao nº de clubes inscritos para a competição colectiva em cada sexo).
  - 2.6.1. Considera-se apenas o melhor atleta de cada clube inscrito para a classificação colectiva, ignorando-se os restantes, para este efeito.
- 2.7. Vence, em cada sexo, o clube cuja equipa obtenha a maior pontuação no final do campeonato.

## 3. APURAMENTO PARA O CAMPEONATO NACIONAL DE CLUBES

- 3.1. No final deste campeonato, os 3 clubes mais pontuados em cada sexo poderão ser apoiados na sua participação nos Campeonatos Nacionais de Clubes (em Pista Coberta e ao Ar Livre) desde que, simultaneamente, reúnam as seguintes condições:
  - 3.1.1. Os seus atletas pontuados obtenham as marcas mínimas de pontuação nos Campeonatos Nacionais de Clubes (indicadas mais abaixo) em, pelo menos, 11 das provas do programa.
  - 3.1.2. Os resultados terão de ser obtidos, exclusivamente, por atletas madeirenses ou residentes na Região.

MÍNIMOS DE PONTUAÇÃO DOS CAMPEONATOS NACIONAIS DE CLUBES

CORRIDAS E MARCHA	Sexo	60	200	400	800	1500	3000	60b	Marcha	4x400
	Fem	8"84	28"94	64"54	2'30"00	5'20"00	11'40"00	10"64	19'00"00	4'30"00
	Masc	7"74	25"04	53"44	2'05"00	4'20"00	9'30"00	9"84	29'00"00	3'42"00

CONCURSOS	Sexo	Altura	Vara	Comprim	Triplo	Peso	Martelo	Disco	Dardo
	Fem	1,40	2,00	4,60	9,70	8,50	25,00	23,00	25,00
	Masc	1,70	2,80	5,80	12,00	9,50	28,00	27,00	40,00

## 4. PRÉMIOS

- 4.1. Será atribuído um troféu ao clube vencedor dos campeonatos.
- 4.2. Serão atribuídas medalhas aos vencedores de cada prova individual e na estafeta.

## 5. PROVAS EXTRA-COMPETIÇÃO

- 5.1. São incluídas algumas provas extra-competição para atletas mais jovens.



## Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

### CAMPEONATO REGIONAL ABSOLUTO DE INVERNO 2013

#### 6. PROGRAMA / HORÁRIO:

##### 9 / FEVEREIRO – SÁBADO (FUNCHAL – RG3)

Hora	PROVA	Sexo	Juv	Jn/Sn	Extra	Câmara Chamada	Entrada pista	Obs
10h00	<b>PESO</b>	F	✓	✓	-	-	9h45	4kg
10h30	<b>PESO</b>	M	extra	✓	Juv	-	10h20	7,26kg (Juv-5k – extra)
11h00	<b>MARTELO</b>	F	✓	✓	-	-	10h45	4kg
	MARTELO (EXTRA)	F	-	-	Inf /Inic	-		Prova Extra: Inf-2k /Inic-3k
11h45	<b>MARTELO</b>	M	-	✓	-	-	11h30	7,26kg
	MARTELO (EXTRA)	M	extra	-	Inf/Inic/Jv	-		Prova Extra: Inf-3k / Inic-4k / Juv-5k

##### 9 / FEVEREIRO – SÁBADO (RIBEIRA BRAVA)

Hora	PROVA	Sexo	Juv	Jn/Sn	Extra	Câmara Chamada	Entrada pista	Obs
15h00	<b>60 M – ELIM.</b>	F	✓	✓	-	14h45	14h50	Eliminatórias
	<b>VARA</b>	M	✓	✓	-	14h30	14h35	2,65 (+15) → 4,15 (+10)
15h10	<b>DARDO</b>	M	✓	✓	-	14h40	14h45	800 g
	<b>60 M – ELIM.</b>	M	✓	✓	-	14h55	15h00	Eliminatórias
15h20	<b>COMPRIMENTO</b>	F	✓	✓	-	14h50	14h55	
15h25	60M (EXTRA)	F	-	-	Inf/Inic	15h10	15h15	
15h35	60M (EXTRA)	M	-	-	Inf/Inic	15h20	15h25	
15h45	<b>60 M – FINAL</b>	F	✓	✓	-	15h30	15h35	
15h55	<b>60 M – FINAL</b>	M	✓	✓	-	15h40	15h45	
16h00	DARDO (EXTRA)	F+M	-	-	Inf/Inic	15h35	15h40	Inf: 400g / Inic: F-500g / M-600g
16h05	<b>1.500 M</b>	F	✓	✓	-	15h55	15h55	
16h15	<b>1.500 M</b>	M	✓	✓	-	16h00	16h05	
16h25	<b>ALTURA</b>	F	✓	✓	-	16h00	16h05	1,28 (+4) → 1,48 (+3)
	ALTURA (EXTRA)	F+M	-	-	Inic			1,20 (+4) → 1,48 (+3)
16h30	<b>COMPRIMENTO</b>	M	✓	✓	-	16h05	16h10	
16h30	<b>400 M</b>	F	✓	✓	-	16h15	16h20	
16h40	<b>400 M</b>	M	✓	✓	-	16h25	16h30	
16h50	<b>DARDO</b>	F	✓	✓	-	16h25	16h30	600g
16h55	600 M (EXTRA)	F	-	-	Inf	16h40	16h45	
17h05	600 M (EXTRA)	M	-	-	Inf	16h50	16h55	
17h15	<b>3.000 M MARCHA</b>	F	✓	✓	-	17h00	17h05	
	<b>5.000 M MARCHA</b>	M	✓	✓	-			



# Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

## CAMPEONATO REGIONAL ABSOLUTO DE INVERNO 2013

### 10 / FEVEREIRO – DOMINGO (RIBEIRA BRAVA)

Hora	PROVA	Sexo	Juv	Jn/Sn	Extra	Câmara Chamada	Entrada pista	Obs
10h00	<b>DISCO</b>	F	✓	✓	-	9h30	9h35	1 kg
	<b>ALTURA</b>	M	✓	✓	-	9h30	9h35	1,46 (+4) → 1,78 (+3)
	60M BARR. (EXTRA)	M	-	-	Inic	9h45	9h50	13,00+8,00 / 0,84m (5b)
10h10	<b>60 M BARR.</b>	F	✓	✓	-	9h55	10h00	13+8,5 / 0,84 m
10h20	<b>60 M BARR.</b>	M	✓	✓	-	10h05	10h10	13,72+9,14 / 1,067 m
10h30	<b>TRIPLO</b>	F	✓	✓	-	10h05	10h10	Tábua: 9m (ou 8m)
	60M BARR. (EXTRA)	F	-	-	Inic	10h15	10h20	12,00+7,50 / 0,76m (6b)
10h50	<b>DISCO</b>	M	✓	✓	-	10h25	10h30	2 kg
10h45	<b>200 M</b>	F	✓	✓	-	10h30	10h35	
10h55	<b>200 M</b>	M	✓	✓	-	10h40	10h45	
11h10	<b>3.000 M</b>	F	✓	✓	-	10h55	11h00	
	<b>VARA</b>	F	✓	✓	-	10h35	10h40	1,85 (+15) → 2,90 (+10)
	VARA (EXTRA)	F+M	-	-	Inf/Inic			1,85 (+15) → 2,90 (+10)
11h20	<b>800 M</b>	F	✓	✓	-	11h05	11h10	
11h30	<b>800 M</b>	M	✓	✓	-	11h15	11h20	
	<b>TRIPLO</b>	M	✓	✓	-	11h05	11h10	Tábua: 11m
11h40	<b>3.000 M</b>	M	✓	✓	-	11h25	11h30	
	DISCO (EXTRA)	F	-	-	Inf/Inic	11h15	11h20	Inf: 600g / Inic: 750g
	DISCO (EXTRA)	M	-	-	Inf/Inic			Inf: 750g / Inic: 1kg
12h00	250 M (EXTRA)	F	-	-	Inic	11h45	11h50	
12h10	250 M (EXTRA)	M	-	-	Inic	12h05	12h00	
12h20	<b>4x 400 M</b>	F	✓	✓	-	12h05	12h10	
12h30	<b>4x 400 M</b>	M	✓	✓	-	12h15	12h20	