



FUNCHAL E RIBEIRA BRAVA – 18 E 19 DE JANEIRO DE 2014

REGULAMENTO

1. PARTICIPAÇÃO

- 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. Todos os clubes filiados na AARAM podem participar com um número ilimitado de atletas dos escalões de juvenis, juniores e seniores.
 - 1.2.1. A participação nas estafetas é limitada ao máximo de duas por clube e não é permitida a constituição de estafetas com atletas individuais ou de diferentes clubes.
- 1.3. Cada atleta pode participar em duas provas por dia, num máximo de 3 provas nos dois dias.
- 1.4. Os atletas **juvenis e juniores**, devem respeitar os requisitos do Regulamento Geral de Competições da FPA, que a seguir se enunciam:
 - 1.4.1. Os atletas juniores que participem em provas de corrida ou de marcha de distância igual ou superior a 1500m não podem participar noutra corrida ou prova de marcha na mesma jornada.
 - 1.4.2. 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 exceção da estafeta de 4x100m.
 - 1.4.3. Os atletas juvenis masculinos não podem participar nas provas de lançamento do peso e lançamento do martelo.
- 1.5. Nas corridas inferiores a 200m, caso haja mais do que oito atletas confirmados, disputar-se-ão **eliminatórias** (caso contrário, a final disputar-se-á no horário previsto para as eliminatórias).
 - 1.5.1. O **apuramento para as finais** far-se-á nos seguintes moldes:
 - 1.5.1.1. Duas ou três eliminatórias – apuram directamente os dois primeiros de cada eliminatória, mais os restantes melhores tempos até completar os oito finalistas.
 - 1.5.1.2. Mais de três eliminatórias – apuram directamente os vencedores de cada eliminatória, mais os restantes melhores tempos até completar os oito finalistas.
- 1.6. As corridas de distância igual ou superior a 200m serão disputadas por séries.
 - 1.6.1. Os atletas serão ordenados em função dos seus melhores tempos realizados na anterior e na corrente época, sendo a última série composta pelos atletas com melhores marcas.
 - 1.6.2. A classificação é ordenada em função do tempos realizados por cada atleta, independentemente da série em que participa.
- 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. PARTICIPAÇÃO EXTRA-COMPETIÇÃO

- 2.1. Será permitida a participação extra-competição nas provas e escalões expressamente designados no programa horário.

3. INSCRIÇÕES

- 3.1. As **inscrições** devem ser entregues ou enviadas para a AARAM, em ficha informática própria, **até a quinta-feira** anterior á competição.
- 3.2. A **confirmação das inscrições** e eventuais **rectificações** serão feitas no secretariado da competição, **até 30 minutos antes do início das provas**.

4. CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL

- 4.1. Este campeonato atribui os títulos de **Campeão Regional Absoluto de Inverno** em cada prova individual e na estafeta.
- 4.2. Este campeonato atribui também os **títulos individuais** de Inverno de **Sub-23** aos atletas melhor classificados em cada prova individual e que façam 22 anos ou menos no ano em que se realiza a competição.

5. CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA

- 5.1. Este campeonato designa os **clubes Campeões Regionais de Inverno** (em femininos e masculinos).
- 5.2. Para obter classificação colectiva, cada clube terá de classificar um mínimo de 6 atletas do mesmo sexo em, pelo menos, 8 provas do programa.
- 5.3. As equipas poderão ser constituídas por atletas dos escalões de juvenis, juniores e seniores.
- 5.4. A pontuação é atribuída a cada resultado com base no valor de pontuação da Tabela IAAF 2011.
- 5.5. Para efeito da classificação colectiva, serão considerados os resultados dos dois melhores atletas em cada prova individual e a melhor estafeta de cada clube.
- 5.5.1. Os atletas individuais e restantes atletas e estafetas de cada clube serão ignorados da classificação colectiva.
- 5.5.2. Para efeitos de pontuação coletiva, são considerados em cada prova os melhores resultados dos dois melhores atletas de cada clube, independentemente de terem sido realizados em eliminatórias ou em finais (por exemplo, se um atleta faz melhor resultado na eliminatória do que na final, conta o resultado da eliminatória).
- 5.6. Vence, em cada sexo, o clube cuja equipa obtenha o maior somatório de pontos no final do campeonato.
- 5.6.1. Em caso de empate, vence o clube com maior número de títulos individuais (se o empate persistir, vence o clube com maior número de segundos lugares, e assim sucessivamente).

6. PRÉMIOS

- Será atribuído um troféu ao clube vencedor dos campeonatos.
- Serão atribuídas medalhas aos campeões absolutos nas provas individuais e na estafeta.
- Serão atribuídas medalhas aos campeões de sub-23 nas provas individuais.



Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

CAMPEONATO REGIONAL ABSOLUTO DE INVERNO

PROGRAMA / HORÁRIO:

18 / JANEIRO – SÁBADO (FUNCHAL – RG3)

Hora	PROVA	Sexo	Juv	Jn/Sn	Extra	Câmara Chamada	Entrada pista	Obs
9h45	DISCO a)	F	1k	1k	Sen	-	9h30	1 kg
10h30	DISCO a)	M	1,5k	1,75k	Sen	-	10h15	Juv-1,5k; Jun-1,75k; Sen-2kg
10h30	PESO	F	4k	4k	-	-	10h15	4kg
11h15	PESO	M	extra 5k	7,26k	Juv	-	11h00	7,26kg (Juv-5k – extra)
11h15	MARTELO	F	4k	4k	-	-	11h00	4kg
	MARTELO (EXTRA)	F	-	-	Inf/Inic	-		Prova Extra: Inf-2k /Inic-3k
12h00	MARTELO	M	-	7,26k	-	-	11h45	7,26kg
	MARTELO (EXTRA)	M	extra 5k	-	Inf/Inic/Jv	-		Prova Extra: Inf-3k / Inic-4k / Juv-5k

a) Dado não ser ainda possível utilizar as instalações do CDM para o efeito, a prova de Disco será excepcionalmente considerada, para efeitos de participação, como prova da segunda jornada.

18 / JANEIRO – SÁBADO (RIBEIRA BRAVA)

Hora	PROVA	Sexo	Juv	Jn/Sn	Extra	Câmara Chamada	Entrada pista	Obs
15h00	60 M – ELIM.	F	✓	✓	-	14h45	14h50	Eliminatórias
	VARA	M	✓	✓	-	14h30	14h35	2,50 (+15) → 4,15 (+10)
	COMPRIMENTO (EXTRA)	F	-	-	Inf/Inic	14h35	14h40	
15h10	60 M – ELIM.	M	✓	✓	-	14h55	15h00	Eliminatórias
15h25	60M (EXTRA)	F	-	-	Inf/Inic	15h10	15h15	
15h35	60M (EXTRA)	M	-	-	Inf/Inic	15h20	15h25	
15h45	60 M – FINAL	F	✓	✓	-	15h30	15h35	
15h55	60 M – FINAL	M	✓	✓	-	15h40	15h45	
16h00	COMPRIMENTO	F	✓	✓	-	15h35	15h40	
16h05	5.000 M MARCHA	F	✓	✓	-	15h50	15h55	
	5.000 M MARCHA	M	✓	✓	-			
16h40	ALTURA	F	✓	✓	-	16h10	16h15	1,24 (+4) → 1,48 (+3)
	ALTURA (EXTRA)	F+M	-	-	Inf/Inic			1,16 (+4) → 1,48 (+3)
16h50	400 M	F	✓	✓	-	16h25	16h30	
	400 M	M	✓	✓	-	16h35	16h40	
	COMPRIMENTO	M	✓	✓	-	16h25	16h30	
17h00	600 M (EXTRA)	F	-	-	Inf	16h45	16h50	
17h05	600 M (EXTRA)	M	-	-	Inf	16h50	16h55	
17h15	1.500 M	F	✓	✓	-	17h00	17h05	
17h25	1.500 M	M	✓	✓	-	17h10	17h15	
17h35	1500 M (EXTRA)	F	-	-	Inic	17h20	17h25	
17h45	1500 M (EXTRA)	M	-	-	Inic	17h30	17h35	



Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

CAMPEONATO REGIONAL ABSOLUTO DE INVERNO

19 / JANEIRO – DOMINGO (RIBEIRA BRAVA)

Hora	PROVA	Sexo	Juv	Jn/Sn	Extra	Câmara Chamada	Entrada pista	Obs
10h00	ALTURA	M	✓	✓	-	9h30	9h35	1,46 (+4) → 1,78 (+3)
	60 M BARR. - ELIM.	F	✓	✓	-	9h45	9h50	5b - 13+8,5m / 0,84 m
10h10	60 M BARR. - ELIM.	M	✓	✓	-	9h55	10h00	5b - 13,72+9,14m / 1,067 m
10h15	TRIPLO	F	✓	✓	-	9h55	10h00	Tábua: 9m (ou 8m)
10h20	50M BARR. (EXTRA)	F	-	-	Inf	10h05	10h10	5b - 11+7m / 0,65m
10h30	50M BARR. (EXTRA)	M	-	-	Inf	10h15	10h20	5b - 11+7m / 0,65m
	DARDO	F	✓	✓	-	10h05	10h10	600g
10h40	60 M BARR. - FINAL	F	✓	✓	-	10h25	10h30	5b - 13+8,5m / 0,84 m
10h45	60 M BARR. - FINAL	M	✓	✓	-	10h30	10h35	5b - 13,72+9,14m / 1,067 m
10h55	200 M	F	✓	✓	-	10h40	10h45	
11h05	200 M	M	✓	✓	-	10h50	10h55	
11h10	VARA	F	✓	✓	-	10h35	10h40	2,00 (+15) → 2,90 (+10)
	VARA (EXTRA)	F+M	-	-	Inf/Inic			1,85 (+15) → 2,90 (+10)
	TRIPLO	M	✓	✓	-	10h45	10h50	Tábua: 11m
11h20	800 M	F	✓	✓	-	11h05	11h10	
11h30	800 M	M	✓	✓	-	11h15	11h20	
	DARDO	M	✓	✓	-	11h05	11h10	800 g
11h40	3.000 M	F	✓	✓	-	11h25	11h30	
11h55	COMPRIMENTO (EXTRA)	M	-	-	Inf/Inic	11h30	11h35	
12h00	3.000 M	M	✓	✓	-	11h45	11h50	
12h20	250 M (EXTRA)	F	-	-	Inic	12h05	12h10	
12h25	250 M (EXTRA)	M	-	-	Inic	12h10	12h15	
12h35	4x 400 M	F	✓	✓	-	12h20	12h25	
12h45	4x 400 M	M	✓	✓	-	12h30	12h35	