



**REGULAMENTO**

**1. PARTICIPAÇÃO**

- 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 dos escalões de iniciados e juvenis.
  - 1.2.1. A participação nas estafetas é limitada ao máximo de duas por clube em cada prova e não é permitida a constituição de estafetas com atletas individuais ou de diferentes clubes.
- 1.3. Cada atleta pode participar em 2 provas por dia num máximo de 4 provas no conjunto dos 3 dias de competição.
- 1.4. Os atletas **iniciados e juvenis**, devem respeitar os requisitos do Regulamento Geral de Competições da FPA, que a seguir se enunciam:
  - 1.4.1. Os atletas que participem em provas de corrida ou marcha de distância igual ou superior a 300 metros, não poderão participar posteriormente em nenhuma outra prova dessa jornada, com exceção da estafeta de 4x100m.
  - 1.4.2. Os atletas iniciados não poderão participar nas corridas de 3.000 metros, nem de 2.000 metros obstáculos.
- 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 diretamente 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 diretamente 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 – 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. As inscrições serão efetuadas junto do secretariado no dia das provas. São estipulados dois períodos para aceitação / validação das inscrições:
  - 2.1.1. Para as provas que tenham início nos primeiros 30 minutos do programa horário, as inscrições terão de ser efetuadas em ficha própria, impreterivelmente, até 30 minutos antes do início da competição.
  - 2.1.2. Para as restantes provas, as inscrições devem ser feitas até ao início da competição.

**3. CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL**

- 3.1. Este campeonato atribui os títulos de **Campeão Regional de Juvenis** em cada prova individual e nas estafetas.



## **CAMPEONATO REGIONAL DE JUVENIS**

---

### **4. CLASSIFICAÇÃO COLETIVA**

- 4.1. Este campeonato designa os **clubes Campeões Regionais de Juvenis** (em femininos e masculinos).
- 4.2. Para que possam obter classificação colectiva num dos sexos, os clubes devem:
  - 4.2.1. Apresentar um mínimo de seis (6) atletas em competição;
  - 4.2.2. Os atletas devem competir em, pelo menos, oito (8) provas diferentes.
- 4.3. Em cada prova pontuam os dois (2) melhores atletas e duas (2) estafetas por clube.
  - 4.3.1. Para este efeito, os restantes atletas do mesmo clube e outros atletas individuais serão ignorados da classificação.
- 4.4. Serão pontuados os oito (8) primeiros em cada prova.
  - 4.4.1. Serão atribuídos 8, 6, 5, 4, 3, 2, 1 e 1 pontos, respectivamente, aos 1º, 2º...e 8º classificado de cada prova.
- 4.5. Vence, em cada sexo, o clube cuja equipa obtenha o maior somatório de pontos no final do campeonato.
  - 4.5.1. 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).

### **5. PRÉMIOS**

- Serão atribuídos troféus aos clubes vencedores em cada sexo.
- Serão atribuídas medalhas aos campeões juvenis nas provas individuais e nas estafetas.

### **6. PARTICIPAÇÃO EXTRA COMPETIÇÃO**

- 6.1. Será permitida a participação extra competição nas provas e escalões expressamente assinalados no programa e, sempre que possível, correrão em séries separadas.

### **7. CÂMARA DE CHAMADA**

- Consideram-se os seguintes tempos de acesso à câmara de chamada e entrada em pista:
  - Corridas – 15 e 10 minutos antes da hora de prova
  - Altura – 25 e 20 minutos antes da hora da prova
  - Vara – 35 e 30 minutos antes da hora da prova
  - Outros concursos – 20 e 15 minutos antes da hora da prova



**CAMPEONATO REGIONAL DE JUVENIS**

**PROGRAMA / HORÁRIO – RETIFICADO:**

**QUARTA, 20/MAIO/2014 – RIBEIRA BRAVA**

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
19h30	<b>ALTURA</b>	F		✓	✓	Extra	Extra	1,16 (+4) → 1,36 (+3)
	<b>COMPRIMENTO</b>	M		✓	✓	Extra	Extra	
	<b>100 M – ELIM.</b>	F		✓	✓			Eliminatórias
19h40	<b>100 M – ELIM.</b>	M		✓	✓			Eliminatórias
19h45	<b>DARDO</b>	F		✓	✓	Extra	Extra	500g (extra: 600g)
19h50	<b>100 M</b>	F				Extra	Extra	
20h00	<b>100 M</b>	M				Extra	Extra	
20h10	<b>100 M – FINAL</b>	F		✓	✓			<b>Final</b>
20h15	<b>100 M – FINAL</b>	M		✓	✓			<b>Final</b>
20h30	<b>2.000 M OBST.</b>	F		-	✓			0,76m
	<b>VARA</b>	M		✓	✓	Extra	Extra	2,10 (+15) → 3,00 (+10)
20h35	<b>COMPRIMENTO</b>	F		✓	✓	Extra	Extra	
20h45	<b>DARDO</b>	M		✓	✓			700g (extra: 800g)
20h40	<b>300 M</b>	F		✓	✓	Extra	Extra	
20h50	<b>300 M</b>	M		✓	✓	Extra	Extra	
21h00	<b>2.000 M OBST.</b>	M		-	✓			0,84m
21h10	<b>1.500 M</b>	F		✓	✓			
21h20	<b>1.500 M</b>	M		✓	✓			
21h30	<b>4x 100 M</b>	F		✓	✓	Extra	Extra	
21h40	<b>4x 100 M</b>	M		✓	✓	Extra	Extra	
21h50	<b>1.500 M</b>	M				Extra	Extra	
22h00	<b>1.500 M</b>	F				Extra	Extra	

**SÁBADO, 23/MAIO/2015 – FUNCHAL (RG3)**

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
10h00	<b>MARTELO</b>	M		✓	✓			5 kg
11h00	<b>PESO</b>	F		✓	✓			3 kg
11h40	<b>PESO</b>	M		✓	✓			5 kg
12h00	<b>MARTELO</b>	F		✓	✓			3 kg
	<b>MARTELO</b>	M	Extra					3 kg



**CAMPEONATO REGIONAL DE JUVENIS**

**QUARTA, 27/MAIO/2015 – RIBEIRA BRAVA**

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
18h50	<b>5.000 M MARCHA</b>	F		✓	✓	Extra	Extra	
	<b>5.000 M MARCHA</b>	M		✓	✓	Extra	Extra	
19h30	<b>100 M BARR.</b>	F		✓	✓			10b – 13,00+8,50/0,76m
	<b>ALTURA</b>	M		✓	✓	Extra	Extra	1,25 (+5) → 1,55 (+3)
	<b>DISCO</b>	M		✓	✓	Extra	Extra	1,5kg (extra: Jun-1,75k / Sen-2k)
19h35	100 M BARR.	F				Extra	Extra	10b – 13,00+8,50/ <b>0,84m</b>
19h45	<b>110 M BARR.</b>	M		✓	✓			10b – 13,72+9,14/0,91m
	<b>TRIPLO</b>	F		✓	✓	Extra	Extra	Tábua: 8m
19h50	110 M BARR.	M				Extra	Extra	10b – 13,72+9,14/ <b>1m e 1,067m</b>
20h00	<b>3.000 M</b>	F		-	✓			
20h15	<b>200 M</b>	F		✓	✓	Extra	Extra	
20h25	<b>200 M</b>	M		✓	✓	Extra	Extra	
20h30	<b>DISCO</b>	F		✓	✓	Extra	Extra	1 kg
20h35	<b>VARA</b>	F		✓	✓	Extra	Extra	1,85 (+15) → 2,30 (+10)
	<b>800 M</b>	F		✓	✓	Extra	Extra	
20h40	<b>TRIPLO</b>	M		✓	✓	Extra	Extra	Tábua: 10m
20h45	<b>800 M</b>	M		✓	✓	Extra	Extra	
20h55	<b>300 M BARR.</b>	F		✓	✓			7b – 50+35 / 0,76m
21h05	<b>300 M BARR.</b>	M		✓	✓			7b – 50+35 / 0,84m
21h15	<b>3.000 M</b>	M		-	✓			
21h30	<b>ESTAFETA SUECA</b>	F		✓	✓			100+200+300+400m
21h40	<b>ESTAFETA SUECA</b>	M		✓	✓			100+200+300+400m
21h50	5.000 M	F+M				Extra	Extra	