



# Associação de Atletismo R.A. Madeira

## Comunicado de Resultados

Campeonato Regional Jovem (Inf/Ini/Juv/Jun)

RG3/C. D. da Madeira

Funchal/R. Brava

Jornada de: 23 de janeiro de 2016

1690014



### Disco - 1 Kg

(Fem)

#### Final

1ª Carolina Teixeira	00 Juv	GDE	26,79
2ª Milene Jesus	99 Juv	GDE	26,70
3ª Ana Beatriz Gomes	00 Juv	CSM	20,41
4ª Ângela Silva	00 Juv	ADRAP	20,20
5ª Margarida Santos	99 Juv	CSM	19,05
6ª Linda Mendes	00 Juv	ACDSJ	15,25
7ª Petra Fernandes	99 Juv	AJS	15,05
8ª Iara Silva	99 Juv	CSM	10,19



### Martelo - 7,26 Kg

(Masc)

#### Prova Extra

1º Roque Semedo	90 Sen	CPV ADRAP	34,10
-----------------	--------	-----------	-------



### Disco - 1.5 Kg

(Masc)

#### Final

1º J. Leonardo Abreu	99 Juv	ADRAP	38,36
2º Juvenal Figueira	00 Juv	GDE	30,00
3º Luis Teixeira	00 Juv	ADRAP	20,80



### Disco - 1.750 Kg

(Masc)

#### Final

1º Décio Andrade	97 Jun	GDE	41,12
2º Jean Vargas	97 Jun	CSM	17,20



### Disco - 1 Kg

(Fem)

#### Prova Extra

1ª Fátima Ribeiro	91 Sen	GDE	40,36
-------------------	--------	-----	-------



### Disco - 2 Kgs

(Masc)

#### Prova Extra

1º Abel Freitas	96 S23	CSM	26,56
2º João Bonifácio	96 S23	CSM	19,55



### Martelo - 3 Kg

(Fem)

#### Prova Extra

1ª Milene Jesus	99 Juv	GDE	50,11
2ª Linda Mendes	00 Juv	ACDSJ	47,06
3ª Margarida Santos	99 Juv	CSM	27,75



### Martelo - 5 Kg

(Masc)

#### Prova Extra

Juvenal Figueira	00 Juv	GDE	SM
------------------	--------	-----	----



### Martelo - 6 Kg

(Masc)

#### Prova Extra

1º Décio Andrade	97 Jun	GDE	56,87
------------------	--------	-----	-------



# Associação de Atletismo R.A. Madeira

## Comunicado de Resultados

Campeonato Regional Jovem (Inf/Ini/Juv/Jun)

RG3/C. D. da Madeira

Funchal/R. Brava

Jornada de: 24 de janeiro de 2016

1690014



### 60 m Barreiras-0,76

(Fem)

Final		Vento:	Desf: - 0,5
1ª Ema Carvão	01 Ini	AJS	1 0,36
2ª Milena Lucena	02 Ini	GDE	1 0,41
3ª Alexandra Silva	01 Ini	CSM	1 2,04
4ª Natacha Esp. Santo	02 Ini	ADRAP	1 2,88
5ª Clara Costa	02 Ini	GDE	1 2,89
Maria Alves	03 Inf	ADRAP	DST
Diana Andrade	01 Ini	ACDSJ	DST



### Dardo - 400 g

(Fem)

Final			
4ª Maria Alves	03 Inf	ADRAP	9,36
5ª Luísa Santos	03 Inf	ACDSJ	8,87
6ª Anísia Freitas	04 Inf	CSM	8,06
7ª Anastácia Freitas	04 Inf	AJS	8,06
8ª Inês Ornelas	03 Inf	AJS	7,07
9ª Inês Soares	04 Inf	GDE	7,00
10ª Mónica C. Pestana	03 Inf	AJS	6,90
11ª Catarina Figueiredo	04 Inf	CSM	6,48
12ª Rita Abreu	03 Inf	AJS	4,92



### Salto em Altura

(Fem)

Final			
1ª Milena Lucena	02 Ini	GDE	1,45
2ª Alexandra Silva	01 Ini	CSM	1,31
3ª Maria Olim	02 Ini	ADRAP	1,28
4ª Diana Andrade	01 Ini	ACDSJ	1,24
5ª Sofia Ferreira	02 Ini	AJS	1,24
6ª Célia Góis	01 Ini	ADRAP	1,20



### Dardo - 400 g

(Masc)

Final			
1º Henrique Abreu	03 Inf	ADRAP	28,74
2º Igor Sargo	04 Inf	ACDSJ	22,98
3º Tiago Nóbrega	03 Inf	ADRAP	21,36
4º Bruno Faria	03 Inf	AJS	17,50
5º Afonso Camões	04 Inf	CSM	12,22
6º Tomás Serrão	03 Inf	AJS	10,40
7º João R. Pereira	04 Inf	CSM	6,90
8º Leandro R. Rodrigues	04 Inf	AJS	6,53
António Catanho	04 Inf	CSM	SM



### Salto em Comprimento

(Fem)

Final			
1ª Filipa Ferreira	04 Inf	GDE	4,17 +2,6 v
2ª Catarina Sá	03 Inf	ACDSJ	4,10 +0,9
3ª Leonor Abreu	04 Inf	AJS	3,67 +1,3
4ª Ema Gouveia	04 Inf	AJS	3,56 +0,1
5ª Nicole Silva	04 Inf	AJS	3,49 +1,0
6ª Raquel Barros	04 Inf	AJS	3,39 +0,3
7ª Joana Santos	04 Inf	CSM	3,26 +0,8
8ª Anastácia Freitas	04 Inf	AJS	3,13 +0,5
9ª Rita Abreu	03 Inf	AJS	3,01 +0,8
10ª Taísa Silva	04 Inf	CSM	2,96 +0,1
11ª Ana Luísa Catanho	03 Inf	ADRAP	2,95 +0,6
12ª Andreia Vicente	03 Inf	AJS	2,92 +0,3
13ª Inês Ornelas	03 Inf	AJS	2,67 +1,7

#### Marcas Com vento Regulamentar

1ª Filipa Ferreira	04 Inf	GDE	3,95 +0,6
--------------------	--------	-----	-----------



### 50 m Barreiras-0,65

(Fem)

Serie 1				Vento:	Desf: - 1,9
1ª Verónica Simões	04 Inf	AJS	1 1,29		
2ª Cláudia A. Barros	03 Inf	AJS	1 2,09		
3ª Maria Alves	03 Inf	ADRAP	1 2,11		
4ª Beatriz Rodrigues	04 Inf	CSM	1 3,71		
Serie 2				Vento:	Desf: - 1,3
1ª Joana Viveiros	03 Inf	CSM	9,98		
2ª Sara Cardoso	03 Inf	AJS	1 0,62		
3ª Inês Soares	04 Inf	GDE	1 1,11		
4ª Inês Abreu	03 Inf	AJS	1 1,59		
Catarina Sá	03 Inf	ACDSJ	DSQ 168.7.C		



### 60 m Barreiras-0,84

(Masc)

Final		Vento:	Desf: - 0,5
1º Diogo Gonçalves	01 Ini	AJS	9,51
2º João Pedro Buaró	01 Ini	ACDSJ	9,67
3º Énio Figueira	01 Ini	GDE	1 1,71
4º Luís Santos	01 Ini	ADRAP	1 3,07
5º Francisco Duque	01 Ini	ADRAP	1 3,60
6º João Henriques	02 Ini	AJS	1 4,34



### 50 m Barreiras-0,65

(Masc)

Serie 1				Vento:	Desf: - 1,6
1º Flávio Fernandes	03 Inf	AJS	1 0,48		
2º João P. Henriques	04 Inf	ADRAP	1 1,62		
3º António Catanho	04 Inf	CSM	1 3,47		
Serie 2				Vento:	Desf: - 1,2
1º Bruno Pita	03 Inf	ACDSJ	8,25		
2º Tiago Camacho	03 Inf	CSM	8,81		
3º Eduardo Silva	03 Inf	ADRAP	1 2,89		



### Dardo - 400 g

(Fem)

Final			
1ª Inês Abreu	03 Inf	AJS	17,17
2ª Joana Viveiros	03 Inf	CSM	15,48
3ª Andreia Vicente	03 Inf	AJS	9,60



### Dardo - 500 g

(Fem)

Final			
1ª Raquel Ferreira	01 Ini	ACDSJ	28,28



# Associação de Atletismo R.A. Madeira

## Comunicado de Resultados

Campeonato Regional Jovem (Inf/Ini/Juv/Jun)

RG3/C. D. da Madeira

Funchal/R. Brava

Jornada de: 24 de janeiro de 2016

1690014



### Dardo - 500 g

(Fem)

#### Final

2ª Natacha Esp. Santo	02 Ini	ADRAP	18,32
3ª Micaela Jesus	01 Ini	CSM	16,03
4ª Joana Canada	02 Ini	ADRAP	14,40
5ª Leonor Silva	01 Ini	AJS	12,32
6ª Sara Câmara	02 Ini	GDE	11,82



### Salto em Comprimento

(Masc)

#### Final

1º Bruno Pita	03 Inf	ACDSJ	4,65	+ 0,7
2º Manuel Vieira	03 Inf	ADRAP	4,22	+ 0,9
3º Tomás Carvalho	04 Inf	ADRAP	3,74	+ 0,3
4º Afonso Camões	04 Inf	CSM	3,37	+ 0,2
5º Gui Pereira	04 Inf	GDE	3,14	+ 0,4
6º Bruno Faria	03 Inf	AJS	3,04	+ 1,5
7º Jorge Freitas	04 Inf	CSM	3,00	+ 0,2



### Salto em Altura

(Masc)

#### Final

1º João Pedro Buaró	01 Ini	ACDSJ	1,60	
2º Énio Figueira	01 Ini	GDE	1,44	
3º Joel Silva	01 Ini	GDE	1,40	
4º Diogo Ornelas	01 Ini	ADRAP	1,28	
Tiago Freitas	02 Ini	AJS		SM



### Estafeta - 4 x 80 m

(Fem)

#### Final 0

1ª A. J. Serra - A	01 Ini	AJS	4 6,49
<i>catarina pinto (2003) / leonor faria (2002) / sofia ferreira (2002) / ema carvão (2001)</i>			
2ª A. C. D. S. João	01 Ini	ACDSJ	4 8,08
<i>luisa santos (2003) / camila jesus (2001) / raquel ferreira (2001) / marta faria (2004)</i>			
3ª A. D. R. A. Pena	01 Ini	ADRAP	4 9,99
<i>célia góis (2001) / maria olim (2002) / kelly vieira (2001) / ana catanho (2003)</i>			
4ª A. J. Serra - C	03 Inf	AJS	5 1,13
<i>sara cardoso (2003) / cristina freitas (2003) / leonor abreu (2004) / raquel barros (2004)</i>			
5ª C. S. Marítimo	01 Ini	CSM	5 2,87
<i>micaela jesus (2001) / beatriz rodrigues (2004) / joana santos (2004) / valentina sanchez (2001)</i>			
6ª A. J. Serra - B	03 Inf	AJS	5 3,52
<i>verónica simões (2004) / cláudia a. barros (2003) / nicole silva (2004) / ema gouveia (2004)</i>			



### Estafeta - 4 x 80 m

(Masc)

#### Final

1º A. J. Serra	01 Ini	AJS	4 3,94
<i>j. francº henriques (2001) / joão henriques (2002) / tiago freitas (2002) / diogo gonçalves (2001)</i>			
2º A. C. D. S. João	01 Ini	ACDSJ	4 5,64
<i>rúben abreu (2003) / igor sargo (2004) / alex linenburg (2001) / leonardo c fernandes (2002)</i>			
3º G. D. Estreito	01 Ini	GDE	4 7,36
<i>joel silva (2001) / adriano j. gouveia (2001) / marco pestana (2002) / ricardo pestana (2002)</i>			
4º A. D. R. A. Pena	01 Ini	ADRAP	4 9,79
<i>tiago nóbrega (2003) / joão p. henriques (2004) / manuel vieira (2003) / luís santos (2001)</i>			



### 600 metros

(Fem)

#### Final

1ª Catarina Pinto	03 Inf	AJS	1 5 6,36
2ª Filipa Ferreira	04 Inf	GDE	1 5 6,37
3ª Ana Luísa Catanho	03 Inf	ADRAP	2 0 3,35
4ª Ana Catanho	03 Inf	ADRAP	2 1 4,52
5ª Cristina Freitas	03 Inf	AJS	2 1 8,20
6ª Marta Faria	04 Inf	ACDSJ	2 2 2,25
7ª Taísa Silva	04 Inf	CSM	2 3 8,33
8ª Anísia Freitas	04 Inf	CSM	2 4 5,78
9ª Catarina Figueiredo	04 Inf	CSM	3 1 8,74



### Dardo - 600 g

(Masc)

#### Final

1º Alex Linenburg	01 Ini	ACDSJ	38,64
2º Francisco Duque	01 Ini	ADRAP	23,57
3º Diogo E. Fernandes	01 Ini	AJS	20,28
4º Adriano J. Gouveia	01 Ini	GDE	19,78



### 600 metros

(Masc)

#### Final

1º Tiago Camacho	03 Inf	CSM	1 4 9,74
2º Eduardo Silva	03 Inf	ADRAP	1 5 2,38
3º Flávio Fernandes	03 Inf	AJS	1 5 6,43
4º Rúben Abreu	03 Inf	ACDSJ	1 5 8,19
5º Tomás Carvalho	04 Inf	ADRAP	2 0 6,52
6º Gui Pereira	04 Inf	GDE	2 1 5,56
7º João R. Pereira	04 Inf	CSM	2 3 8,84



### 800 metros

(Fem)

#### Final

1ª Ana Ferreira	02 Ini	GDE	2 4 1,76
2ª Camila Jesus	01 Ini	ACDSJ	2 5 5,17



# Associação de Atletismo R.A. Madeira

## Comunicado de Resultados

Campeonato Regional Jovem (Inf/Ini/Juv/Jun)

RG3/C. D. da Madeira

Funchal/R. Brava

Jornada de: 24 de janeiro de 2016

1690014



### 800 metros

(Fem)

#### Final

3ª Leonor Faria	02 Ini	AJS	3 0 3,60
4ª Valentina Sanchez	01 Ini	CSM	3 5 9,25
5ª Kelly Vieira	01 Ini	ADRAP	4 2 6,86



### 800 metros

(Masc)

#### Final

1º Diogo E. Fernandes	01 Ini	AJS	2 2 4,82
2º Diogo Ornelas	01 Ini	ADRAP	2 2 5,97
3º J. Francº Henriques	01 Ini	AJS	2 3 6,05
4º Ricardo Pestana	02 Ini	GDE	2 4 5,84
5º Marco Pestana	02 Ini	GDE	2 5 5,04
6º Leonardo C Fernandes	02 Ini	ACDSJ	3 1 1,40



### 60 m Barreiras-0,76

(Fem)

#### Prova Extra

1ª Tatiana Silva	00 Juv	ACDSJ	Vento: Desf: - 1,2 9,37
------------------	--------	-------	----------------------------



### 60 m Barreiras-0,84

(Fem)

#### Prova Extra

1ª Cláudia Fernandes	97 Jun	AJS	Vento: Desf: - 1,2 1 0,80
----------------------	--------	-----	------------------------------



### 60 m Barreiras-0,91

(Masc)

#### Prova Extra

1º José Teixeira	99 Juv	GDE	Vento: Desf: - 1,9 1 0,79
2º Diogo Silva	00 Juv	AJS	1 1,36



### 60 m Barreiras-1,067

(Masc)

#### Prova Extra

1º Ulisses Tavares	92 Sen	CPV ADRAP	Vento: Desf: - 1,9 9,16
--------------------	--------	-----------	----------------------------



### 3.000 metros

(Fem)

#### Prova Extra

1ª Rute Soares	99 Juv	AJS	1 2 0 8,94
----------------	--------	-----	------------



### 200 metros

(Fem)

#### Prova Extra

1ª Tatiana Silva	00 Juv	ACDSJ	Vento: Desf: - 2,0 2 7,57
2ª Micaela Santos	99 Juv	GDE	2 9,26
3ª Joana C. Gonçalves	99 Juv	ACDSJ	2 9,50



### 200 metros

(Masc)



### 200 metros

(Masc)

#### Prova Extra

1º João Duarte	99 Juv	ACDSJ	Vento: Desf: - 1,9 2 4,01
2º Rodolfo Alves	76 V35	AJS	2 5,37
3º Diogo Silva	00 Juv	AJS	2 8,20
4º Fernando Teles	51 V60	IND-M	2 9,55

### Clube Participantes

### Participações

### Nr. Atletas

		F	M	T	F	M	T
<b>PORTUGAL</b>							
<b>ASSOCIACAO ATLETISMO DA R.A. MADEIRA</b>		Federado					
ACDSJ	A C D S JOÃO R BRAVA	14	10	24	10	8	18
ADRAP	A D R ÁGUA DE PENA	14	18	32	10	14	24
AJS	A C D JARDIM SERRA	30	16	46	25	12	37
CSM	C S MARÍTIMO	19	12	31	13	8	21
GDE	G DESP ESTREITO	15	14	29	10	10	20
<b>ASSOCIACAO ATLETISMO DA R.A. MADEIRA</b>		Popular					
IND-M	IND-M		1	1		1	1

### Totais de participações individuais + estafetas

92	68
71	53
163	121

### Participação por Escalão

### Participações

### Nr. Atletas

	F	M	T	F	M	T
Infantis	47	29	76	31	19	50
Iniciados	27	25	52	23	20	43
Juvenis	16	8	24	12	6	18
Juniores	1	3	4	1	2	3
Sub23		2	2		2	2
Seniores	1	2	3	1	2	3
Veteranos M35		1	1		1	1
Veteranos M60		1	1		1	1

### Totais de participações individuais + estafetas

92	68
71	53
163	121

### Legendagem de Observações Codificadas

DSQ	Desqualificado
DST	Desistiu
RR	Recorde Regional
SM	Sem Marca





## Campeonato Regional Jovem de Inverno - 2016

## FEMININOS

Nº Total de Atletas

81

Clubes:	CSM	AJS	GDE	ADRAP	ACDSJ		
Pontuação:	<b>91 p</b>	<b>77 p</b>	<b>66 p</b>	<b>57 p</b>	<b>48 p</b>		
Classificação:	<b>1º</b>	<b>2º</b>	<b>3º</b>	<b>4º</b>	<b>5º</b>		
Provas	Escalão	Pts	Pts	Pts	Pts	Pts	
60 m	Jv/Jun	3	2	4	1	5	
300 m	Jv/Jun	5	3	2	4		
1 500 m	Jv/Jun	4	5		3		
5 000 m Marcha	Jv/Jun	3	4		5		
Comprimento	Jv/Jun	4	5	3	2		
Altura	Jv/Jun	4	0	2	3	5	
Martelo	Jv/Jun	4	2	5	3		
Peso	Jv/Jun	5	2	4	3		
<b>1ª Jornada (9/jan)</b>		<b>32 p</b>	<b>23 p</b>	<b>20 p</b>	<b>24 p</b>	<b>10 p</b>	<b>0 p</b>
60 m Barr.	Jv/Jun	2	3	5		4	
200 m	Jv/Jun	3	2	4	1	5	
800 m	Jv/Jun	3	5	4	2		
3 000 m	Jv/Jun	4	5				
Vara	Jv/Jun	5					
Triplo	Jv/Jun	3	5			4	
Dardo	Jv/Jun	4			5		
4 x 400 m	Jv/Jun	5					
<b>2ª Jornada (10/jan)</b>		<b>29 p</b>	<b>20 p</b>	<b>13 p</b>	<b>8 p</b>	<b>13 p</b>	<b>0 p</b>
Disco	Jv/Jun	4	1	5	3	2	
Peso	Inic						
Peso	Inf						
<b>3ª Jornada (23/Jan)</b>		<b>4 p</b>	<b>1 p</b>	<b>5 p</b>	<b>3 p</b>	<b>2 p</b>	<b>0 p</b>
60 m Barr.	Inic	3	5	4	2	0	
800 m	Inic	2	3	5	1	4	
Altura	Inic	4	1	5	3	2	
Dardo	Inic	3	2	1	4	5	
4 x 80 m	Inf/Inic	2	5		3	4	
50 m Barr.	Inf	5	4	3	2	0	
600 m	Inf	1	5	4	3	2	
Comprimento	Inf	2	3	5	1	4	
Dardo	Inf	4	5	1	3	2	
<b>4ª Jornada (24/Jan)</b>		<b>26 p</b>	<b>33 p</b>	<b>28 p</b>	<b>22 p</b>	<b>23 p</b>	<b>0 p</b>
60 m	Inic						
1 500 m	Inic						
Comprimento	Inic						
3 000 m Marcha	Inf/Inic						
60 m	Inf						
1 000 m	Inf						
Altura	Inf						
<b>5ª Jornada (30/jan)</b>		<b>0 p</b>	<b>0 p</b>	<b>0 p</b>	<b>0 p</b>	<b>0 p</b>	<b>0 p</b>
<b>Classificação Colectiva</b>							
		Pontua o melhor atleta de cada clube em cada prova ( 1 estafeta )					
		Ao 1º de cada prova são atribuídos tantos pontos quantos os clubes participantes (este ano: 5, 4, 3, 2, 1 )					
		Os clubes devem apresentar pelo menos <b>8 atletas</b> diferentes no campeonato					
		Os clubes devem participar em, pelo menos, <b>10 provas</b> diferentes					
<b>Nº de Atletas por clube:</b>		<b>20</b>	<b>25</b>	<b>11</b>	<b>15</b>	<b>10</b>	
<b>Nº de Provas por clube:</b>		<b>26</b>	<b>23</b>	<b>18</b>	<b>21</b>	<b>15</b>	



## Campeonato Regional Jovem de Inverno - 2016

## MASCULINOS

Nº Total de Atletas

69

Clubes:		ADRAP	CSM	AJS	GDE	ACDSJ	
Pontuação:		<b>88 p</b>	<b>68 p</b>	<b>67 p</b>	<b>66 p</b>	<b>44 p</b>	
Classificação:		<b>1º</b>	<b>2º</b>	<b>3º</b>	<b>4º</b>	<b>nc</b>	
Provas	Escalão	Pts	Pts	Pts	Pts	Pts	
60 m	Jv/Jun	2	3	5	1	4	
300 m	Jv/Jun	3	4	5	2		
1 500 m	Jv/Jun	3	2	4	5		
5 000 m Marcha	Jv/Jun				5		
Comprimento	Jv/Jun	5	4	2	3		
Vara	Jv/Jun	5	4				
Martelo	Jv/Jun	4	3		5		
Peso	Jv/Jun	5	2	3	4		
<b>1ª Jornada (9/jan)</b>		<b>27 p</b>	<b>22 p</b>	<b>19 p</b>	<b>25 p</b>	<b>4 p</b>	<b>0 p</b>
60 m Barr.	Jv/Jun	5	4	2	3		
200 m	Jv/Jun	2	3	5	1	4	
800 m	Jv/Jun	2	5	3	4		
3 000 m	Jv/Jun	3		4	5		
Altura	Jv/Jun	5	3,5	3,5	2		
Triplo	Jv/Jun	5	4				
Dardo	Jv/Jun	5	4	2	3		
4 x 400 m	Jv/Jun		5				
<b>2ª Jornada (10/jan)</b>		<b>27 p</b>	<b>29 p</b>	<b>20 p</b>	<b>18 p</b>	<b>4 p</b>	<b>0 p</b>
Disco	Jv/Jun	4	3		5		
Peso	Inic						
Peso	Inf						
<b>3ª Jornada (23/Jan)</b>		<b>4 p</b>	<b>3 p</b>	<b>0 p</b>	<b>5 p</b>	<b>0 p</b>	<b>0 p</b>
60 m Barr.	Inic	2		5	3	4	
800 m	Inic	4		5	3	2	
Altura	Inic	3			4	5	
Dardo	Inic	4		3	2	5	
4 x 80 m	Inf/Inic	2		5	3	4	
50 m Barr.	Inf	2	4	3		5	
600 m	Inf	4	5	3	1	2	
Comprimento	Inf	4	3	1	2	5	
Dardo	Inf	5	2	3		4	
<b>4ª Jornada (24/Jan)</b>		<b>30 p</b>	<b>14 p</b>	<b>28 p</b>	<b>18 p</b>	<b>36 p</b>	<b>0 p</b>
60 m	Inic						
1 500 m	Inic						
Comprimento	Inic						
3 000 m Marcha	Inf/Inic						
60 m	Inf						
1 000 m	Inf						
Altura	Inf						
<b>5ª Jornada (30/jan)</b>		<b>0 p</b>	<b>0 p</b>	<b>0 p</b>	<b>0 p</b>	<b>0 p</b>	<b>0 p</b>
<b>Classificação Colectiva</b>		Pontua o melhor atleta de cada clube em cada prova ( 1 estafeta ) Ao 1º de cada prova são atribuidos tantos pontos quantos os clubes participantes (este ano: 5, 4, 3, 2, 1 ) Os clubes devem apresentar pelo menos <b>8 atletas</b> diferentes no campeonato Os clubes devem participar em, pelo menos, <b>10 provas</b> diferentes					
<b>Nº de Atletas por clube:</b>		<b>21</b>	<b>12</b>	<b>15</b>	<b>14</b>	<b>7</b>	
<b>Nº de Provas por clube:</b>		<b>24</b>	<b>19</b>	<b>19</b>	<b>21</b>	<b>11</b>	