



## **1. NORMAS REGULAMENTARES**

- 1.1. A participação nestes campeonatos é reservada aos atletas filiados na AARAM ou no INATEL e com a sua situação regularizada.
- 1.2. Cada clube poderá fazer-se representar por várias estafetas.
- 1.3. Não é permitida a inscrição de equipas de estafetas constituídas por atletas individuais ou por atletas de diferentes clubes.
- 1.4. Os atletas podem participar nas estafetas do seu escalão e/ou nas estafetas do escalão imediatamente superior (por exemplo: atletas iniciados podem participar nos iniciados e nos juvenis).
  - 1.4.1. Os atletas **juvenis** também poderão participar nas estafetas de seniores.
  - 1.4.2. Os atletas benjamins B de última época (nascidos em 2006) podem participar na estafeta de 4x 60m para infantis.
- 1.5. No respeito pelo Regulamento Geral de Competições, os atletas **infantis, iniciados, juvenis e juniores** não poderão fazer mais do que duas provas no mesmo dia.
- 1.6. Todas as estafetas serão disputadas por séries.
  - 1.6.1. As séries serão elaboradas agrupando na última série as equipas principais dos clubes melhor classificados nas respetivas Taças.

## **2. CLASSIFICAÇÃO PARA AS TAÇAS ( INFANTIS, INICIADOS, JOVENS, TAÇA DA MADEIRA E MADEIRA A CORRER )**

### **2.1. Taça da Madeira e Taça Jovem da Madeira**

#### 2.1.1. Provas:

- **Taça da Madeira** - Estafeta Sueca (100+200+300+400m); Estafeta Olímpica (100+200+400+800m); 4x1500m.
- **Taça Jovem - Juvénis**: Estafeta Sueca (100+200+300+400m) e 4x100m; **Juniores**: 4x100m e 4x400m

2.1.2. Serão pontuadas até 2 equipas por clube da seguinte forma: N+2, N, N-2, N-3... respetivamente à 1ª equipa, 2ª equipa, 3ª equipa, 4ª equipa, etc. – sendo N igual ao número de equipas classificadas em cada prova.

2.1.3. Somadas as pontuações obtidas pelas equipas dos clubes no conjunto das três provas, ordena-se a classificação dos clubes, que serão pontuados na jornada da Taça da Madeira da seguinte forma: 16, 14, 12, 10, 8, 6, 4, 2 do 1º ao 8º clube e 2 pontos aos seguintes com, pelo menos, uma equipa classificada.

### **2.2. Taça de Iniciados e Taça de Infantis:**

2.2.1. Provas: **Taça de Iniciados** - 4x80m; **Taça de Infantis** – 4x60m.

2.2.2. Serão pontuadas até 2 equipas por clube da seguinte forma: N, N-1, N-2, N-3... respetivamente à 1ª equipa, 2ª equipa, 3ª equipa, 4ª equipa, etc. – sendo N igual ao número de equipas classificadas em cada prova.

2.2.3. Somadas as pontuações obtidas pelas equipas dos clubes no conjunto das três provas, ordena-se a classificação dos clubes, que serão pontuados na jornada da Taça da Madeira da seguinte forma: 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2 e 1 pontos do 1º ao 8º clube e 1 ponto aos seguintes com, pelo menos, uma equipa classificada.



## CAMPEONATO REGIONAL DE ESTAFETAS

### 2.3. Madeira a Correr:

2.3.1. Prova: 4x1500m

2.3.2. É atribuída a cada equipa uma pontuação correspondente à percentagem do seu tempo relativamente ao tempo da equipa vencedora.

2.3.3. Para a classificação coletiva do *Madeira a Correr* é considerada a melhor pontuação de cada clube e multiplicada por 3.

### 3. PARTICIPAÇÃO EXTRA COMPETIÇÃO

3.1. Será permitida a participação extra competição nas provas e escalões expressamente assinalados no programa.

### 4. PRÉMIOS

4.1. Serão atribuídas medalhas aos elementos que compõem as três primeiras equipas nas estafetas para infantis e iniciados e às equipas vencedoras nas estafetas dos restantes escalões.

4.2. Serão também atribuídas medalhas aos elementos que compõem as melhores equipas constituídas exclusivamente por atletas veteranos (Estafeta Sueca / Estafeta Olímpica / 4x1500m).

### 5. INSCRIÇÕES

5.1. As inscrições serão efetuadas junto do secretariado no dia das provas. São estipulados dois períodos para aceitação / validação das inscrições:

5.1.1. 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.

5.1.2. Para as restantes provas, as inscrições podem ser feitas até ao início da competição.

5.1.3. Dada a previsível elevada participação na prova de **4x1500m**, os clubes devem enviar a constituição das suas equipas para esta prova até 4ª feira (26/abril).

### PROGRAMA / HORÁRIO:

SEXTA, 28 DE ABRIL – RIBEIRA BRAVA

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
19h30	100 M	F			Extra	Extra	Extra	Prova extra
19h40	100 M	M			Extra	Extra	Extra	Prova extra
19h50	<b>4x 80 M</b>	F	✓	✓				Taça Iniciados
20h00	<b>4x 80 M</b>	M	✓	✓				Taça Iniciados
20h15	<b>4x 100 M</b>	F		✓	✓			Taça Jovem
20h25	<b>4x 100 M</b>	M		✓	✓			Taça Jovem
20h40	<b>4x 400 M</b>	F			✓	✓		Taça Jovem
20h50	<b>4x 400 M</b>	M			✓	✓		Taça Jovem
21h05	<b>EST. OLÍMPICA</b> (100+200+400+800M)	F			✓	✓	✓	Taça da Madeira
21h20	<b>EST. OLÍMPICA</b> (100+200+400+800M)	M			✓	✓	✓	Taça da Madeira



## Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

### CAMPEONATO REGIONAL DE ESTAFETAS

#### SÁBADO, 29 DE ABRIL – FUNCHAL (RG3)

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
10h00	MARTELO	F+M	Extra					Prova extra: <b>2 / 3 kg</b>
	PESO	F		Extra	Extra			Prova extra: <b>3 kg</b>
	PESO	M		Extra				Prova extra: <b>4 kg</b>
10h40	PESO	F				Extra	Extra	Prova extra: <b>4 kg</b>
	PESO	M			Extra	Extra	Extra	Prova extra: <b>5 / 6 / 7,26 kg</b>
10h50	MARTELO	F		Extra	Extra			Prova extra: <b>3 kg</b>
	MARTELO	M		Extra				Prova extra: <b>4 kg</b>
11h20	PESO	F+M	Extra					Prova extra: <b>2 / 3 kg</b>
11h40	MARTELO	F				Extra	Extra	Prova extra: <b>4 kg</b>
	MARTELO	M			Extra	Extra	Extra	Prova extra: <b>5 / 6 / 7,26 kg</b>

#### SÁBADO, 29 DE ABRIL – RIBEIRA BRAVA

Hora	PROVA	Sexo	Inf	Inic	Juv	Jun	Sen	Obs
16h30	QUÁDRUPLO B	M		Extra				Prova extra - Tábua: 11 e/ou 13m
	<b>4x 60 M</b>	F	✓					Taça Infantis
16h40	<b>4x 60 M</b>	M	✓					Taça Infantis
16h55	<b>4x 100 M</b>	F			✓	✓		Taça Jovem
17h05	<b>4x 100 M</b>	M			✓	✓		Taça Jovem
17h15	VARA EM DISTÂNCIA	F+M	Extra					Prova extra – Chamada: -75cm / Encaixe: +1m
17h20	<b>EST. SUECA</b> (100+200+300+400M)	F		✓	✓			Taça Jovem
17h30	<b>EST. SUECA</b> (100+200+300+400M)	M		✓	✓			Taça Jovem
17h40	<b>EST. SUECA</b> (100+200+300+400M)	F			✓	✓	✓	Taça da Madeira
17h50	<b>EST. SUECA</b> (100+200+300+400M)	M			✓	✓	✓	Taça da Madeira
18h05	<b>4x 1500 M</b>	F			✓	✓	✓	Taça da Madeira / Madeira a Correr
18h15	QUÁDRUPLO A	F+M	Extra					Prova extra - Tábua: 8 e/ou 10m
	QUÁDRUPLO B	F		Extra				Prova extra - Tábua: 8 e/ou 10m
18h35	<b>4x 1500 M – s.1</b>	M			✓	✓	✓	Taça da Madeira / Madeira a Correr
19h00	<b>4x 1500 M – s.2</b>	M			✓	✓	✓	

**Notas:** A segunda série masculina de 4x1500m será realizada apenas se houver mais de 20 equipas inscritas.

Na **série 1** de 4x1500m participam prioritariamente as equipas principais dos clubes classificados até ao 8º lugar na *Taça da Madeira e/ou no Madeira a Correr*.

**Quádruplo A** (Infantis) – 4 apoios alternados (EDED ou DEDE) e corrida limitada a 18m

**Quádruplo B** (Iniciados) – 2+2 apoios sucessivos (EEDD ou DDEE) e corrida limitada a 25m