

### REGULAMENTO

#### 1. PARTICIPAÇÃO

- 1.1. A participação neste Campeonato é aberta a toda a população com idade mínima de 18 anos feitos durante o ano de 2018 (juniores e seniores).
- 1.2. Os clubes podem participar com um número ilimitado de atletas.
- 1.3. Dada a participação habitualmente elevada neste campeonato, os atletas serão distribuídos por várias séries.
  - 1.3.1. O programa prevê a possibilidade de realização de 7 séries.
  - 1.3.2. O número de séries poderá variar em função da quantidade de atletas que efetuarem a pré-inscrição.
  - 1.3.3. Os atletas serão distribuídos de forma a constituir séries tão homogêneas quanto possível. Para o efeito serão considerados os seguintes critérios:
    - 1.3.3.1. Melhor tempo aos 10.000m (em 2017 ou 2018).
    - 1.3.3.2. Média da pontuação no *Madeira a Correr 2017/2018*.
  - 1.3.4. As duas primeiras séries (série 1 e 2) serão abertas a atletas femininos e masculinos e destinadas a atletas que realizem tempos, previsivelmente, superiores a 45 minutos.

#### 2. INSCRIÇÕES

- 2.1. Haverá uma pré-inscrição, que deve ser enviada para a sede da AARAM até a **segunda-feira** anterior à prova (5/março), a fim de serem elaboradas e publicadas as séries.
- 2.2. No dia da sua prova os atletas terão de confirmar a sua presença, junto do secretariado, até 30 minutos antes da respectiva série.
- 2.3. Com o objetivo de prevenir pré-inscrições que, posteriormente, não se traduzem em participação efetiva na prova – o que pode resultar na previsão de séries desnecessárias ou em assimetrias na sua distribuição – aos atletas que façam a sua pré-inscrição e não compareçam, nem apresentem uma justificação atendível, será aplicada uma taxa de 2,5€ para que possa participar na prova seguinte do Madeira a Correr.

#### 3. CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL

- 3.1. Este campeonato atribui os **títulos individuais** feminino e masculino de **Campeão Regional Absoluto de 10.000m**.
  - 3.1.1. Para a atribuição destes títulos, apenas serão considerados os atletas filiados na AARAM.
- 3.2. Para além das classificações para a *Taça da Madeira* e *Madeira a Correr* (de acordo com os respetivos regulamentos) este campeonato não tem classificação coletiva própria.

#### 4. PRÉMIOS

- 4.1. Serão atribuídas medalhas aos três primeiros absolutos (masculinos e femininos).
- 4.2. Serão atribuídas medalhas aos melhores veteranos em cada categoria e sexo.
- 4.3. Outros prémios de eventuais patrocinadores são indicados em documento de informações.

#### 5. PROGRAMA / HORÁRIO

##### SÁBADO, 10/MAR/2018 – RIBEIRA BRAVA (RECTIFICADO)

| Hora  | PROVA                     |                 | Sexo       |
|-------|---------------------------|-----------------|------------|
| 14h30 | 10 000 M                  | Série 3         | Fem + Masc |
| 15h35 | 10 000 M                  | Série 4         | Masc       |
| 16h30 | 10 000 M                  | Série 5         | Masc       |
| 17h20 | 10 000 M                  | Série 6 - elite | Fem        |
| 18h15 | 10 000 M                  | Série 7 - elite | Masc       |
| 19h00 | <b>Entrega de Prémios</b> |                 |            |

#### Notas:

- Com exceção das séries “elite” (Fem e Masc) em todas as restantes séries serão utilizados os **tapetes** do sistema de cronometragem das provas de estrada para auxiliar no controlo de voltas, pelo que os atletas devem utilizar o seu **chip** das provas do Madeira a Correr.