

## DOCUMENTO FINAL

### (Alterações aprovadas nas Reuniões de Clubes em 9, 21 e 22 de Outubro de 2019)

Após discussão nas reuniões de clubes para aprovação do calendário da corrente época, ficou aprovado o quadro competitivo a vigorar em 2019/2020 nos moldes expostos de forma resumida neste documento.

Foram aprovadas as seguintes alterações:

1. Alterar o regulamento dos CR Absolutos de inverno nos seguintes termos:
  - Cada atleta pode participar em 2 provas e 1 estafeta, não podendo fazer mais de 2 no mesmo dia;
2. São retiradas as provas de Disco, Dardo e Martelo para juvenis e juniores do programa dos CR de Jovens de inverno.
3. São acrescentadas as provas de Disco, Dardo e Martelo para juvenis e juniores (com engenhos e classificações separadas) ao programa dos CR de Lançamentos Longos.
4. O sistema de pontuação dos CR de Juniores passa a ser o seguinte:
  - 1º- 8p; 2º- 6p; 3º- 5p; 4º- 4p; 5º- 3p; 6º- 2p; 7º e 8º- 1p.
5. As provas do Olímpico Jovem deixam de contar para a Taça Jovem da Madeira; Taça de Iniciados e Taça de Infantis.
6. O número de provas consideradas para classificação no *Trail Madeira 2019/2020* são as seguintes: Trail Curto – 8 provas; Trail Longo – 6 provas; Trail Ultra – 3 provas; Coletiva – 7 provas.

As **competições coletivas** têm a configuração expressa no quadro seguinte:

Competições Coletivas	
Campeonatos	Outros Troféus
→ Campeonatos Regionais Absolutos de Verão <sup>1</sup>	→ Troféu “Madeira a Correr”
→ Campeonatos Regionais Absolutos de Inverno <sup>1</sup>	→ Troféu “Mini Madeira a Correr”
→ Campeonatos Regionais de Jovens de Inverno	→ Troféu “Trail Madeira”
→ Campeonatos Regionais de Juniores	→ Taça da Madeira (absolutos)
→ Campeonatos Regionais de Juvenis	→ Taça Jovem da Madeira
→ Campeonatos Regionais de Iniciados	→ Taça de Iniciados
→ Campeonatos Regionais de Infantis	→ Taça de Infantis
→ Campeonatos Regionais de Corta-Mato (todos os escalões)	→ Taça de Benjamins
→ Campeonatos Regionais de Estrada (infantis a absolutos)	
→ Campeonatos Regionais de Montanha (juniores e absolutos)	
→ Campeonatos Regionais de Meia Maratona (absolutos)	
→ Campeonatos Regionais de Trail (absolutos)	
→ Campeonatos Regionais de Trail Ultra (absolutos)	

Em todos os campeonatos são atribuídos também os **títulos individuais** dos respectivos escalões etários.

Para efeitos de atribuição de **outros títulos individuais**, são disputados ainda os seguintes campeonatos:

- Campeonatos Regionais de Estafetas (Inf/Inic/Juv/Jun/Abs)
- Campeonatos Regionais de Provas Combinadas (Juv/Jun/Abs)
- Campeonatos Regionais de Provas Combinadas de Inverno (Juv/Jun/Abs)
- Campeonatos Regionais de 10.000m (Abs)
- Campeonatos Regionais de Lançamentos de Inverno (Juv/Jun/Abs)

Em provas de pista até 31 de Dezembro, cada atleta competirá no seu escalão atual, com exceção dos iniciados de 2º ano, que poderão competir nos CR de Provas Combinadas de Inverno para juvenis.

Nas páginas seguintes é apresentado um **resumo** das características e regulamentos propostos para os Campeonatos, Taças e Troféus acima mencionados.

<sup>1</sup> Atribui também os títulos individuais relativos ao escalão de Sub-23.

## Taça da Madeira (Absolutos)

Jornada		Competição	Classificação da Jornada	Pontuação da Jornada	Observações
1	1 dez	CR Estrada	Coletiva do próprio CR	Até 80 classificados: 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1 Mais de 80 classificados: 12,11,10,9,8,7,6,5,4,3,2,1...1	Contam apenas os clubes federados com classificação coletiva.
2	21-22 dez	CR P.Combinadas de Inverno	Somatório das pontuações individuais (tab. Provas Comb.) Até 2 atletas por clube.	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam todos os clubes com, pelo menos, um atleta classificado.
3	11-12 jan	CR Absoluto de Inverno	Coletiva do próprio CR	24,21,18,15,12,9,6,3...3	Contam apenas os clubes com classificação coletiva.
4	9 fev	CR Corta-Mato	Coletiva do próprio CR	Até 80 classificados: 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1 Mais de 80 classificados: 12,11,10,9,8,7,6,5,4,3,2,1...1	Contam apenas os clubes federados com classificação coletiva.
5	15 e 22 fev	CR Lançamentos	Somatório das pontuações individuais (tab. IAAF) Até 2 atletas por clube/prova.	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam todos os clubes com, pelo menos, dois atletas classificados.
6	26 e 29 fev	CR 10.000m	N+2, N, N-2, N-3, N-4... (N = nº atletas classificados) Até 3 atletas por clube.	Até 80 classificados: 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1 Mais de 80 classificados: 12,11,10,9,8,7,6,5,4,3,2,1...1	Contam todos os clubes federados com, pelo menos, dois atletas classificados.
7	22 mar	CR Montanha	Coletiva do próprio CR	Até 80 classificados: 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1 Mais de 80 classificados: 12,11,10,9,8,7,6,5,4,3,2,1...1	Contam apenas os clubes federados com classificação coletiva.
8	5 e 18 abr	CR Estafetas	N+2, N, N-2, N-3, N-4... (N = nº equipas participantes) Até 2 equipas por clube/prova.	16,14,12,10,8,6,4,2...2	Contam todos os clubes federados com, pelo menos, uma equipa classificada.
9	25-26 abr	CR P.Combinadas	Somatório das pontuações individuais (tab. Provas Comb.) Até 2 atletas por clube.	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam todos os clubes com, pelo menos, um atleta classificado.
10	30-31 mai	CR Absoluto de Verão	Coletiva do próprio CR	32,28,24,20,16,12,8,4...4	Contam apenas os clubes com classificação coletiva.
Regulamento	<p>Classificam-se na Taça da Madeira todos os clubes que pontuem em, pelo menos, <u>três jornadas</u>, com um total de, pelo menos, <u>7 atletas seniores diferentes</u> (não necessariamente na mesma jornada).</p> <p>Em cada competição serão designadas as condições específicas de participação (número de atletas que podem participar e número de provas que cada atleta pode realizar).</p> <p>Em cada jornada, é elaborada uma classificação da jornada de acordo com as regras de classificação coletiva do respetivo campeonato. Quando o campeonato não tenha classificação coletiva própria aplicam-se as regras definidas na coluna “Classificação da Jornada” (ver acima).</p> <p>A partir da classificação da Jornada, será atribuída uma <u>pontuação de jornada</u> nos seguintes moldes:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Campeonatos de provas combinadas e de lançamentos: <b>8,7,6,5,4,3,2,1...1pts</b></li><li>- Campeonatos simples (Estrada, Corta-Mato, Montanha e 10.000m): <b>8,7,6,5,4,3,2,1...1pts</b> (ou <b>12,11,10,9,8,7,6,5,4,3,2,1...1pts</b> – caso a prova tenha <u>mais de 80 atletas classificados</u> do mesmo sexo)</li><li>- Campeonatos de Estafetas: <b>16,14,12,10,8,6,4,2...2pts</b></li><li>- Campeonatos Absolutos de Inverno: <b>24,21,18,15,12,9,6,3...3pts</b></li><li>- Campeonatos Absolutos de Verão: <b>32,28,24,20,16,12,8,4...4pts</b></li></ul> <p><b>Notas:</b> - Em caso de empate na classificação da jornada, desempata a favor do clube com o atleta melhor classificado;</p> <p>- Em caso de empate na classificação final, desempata a favor do clube com a maior pontuação numa das jornadas (se o empate persistir, verifica-se a segunda maior pontuação e assim sucessivamente)</p>				

## Taça Jovem da Madeira

Jornada	Competição	Classificação da Jornada	Pontuação da Jornada	Observações
1 14 dez	CR Estrada (Juv/Jun)	Classificação do próprio CR (conjunta - Juv/Jun)	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam apenas os clubes federados com classificação coletiva.
2 21-22 dez	CR P. Combinadas de Inverno (Juv/Jun)	Somatório das pontuações individuais (tab. Provas Comb.) Até 2 atletas por escalão/clube.	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam todos os clubes federados com, pelo menos, dois atletas classificados.
3 4 jan	Triatlo Jovem (Juv)	Somatório das pontuações individuais (tab. Provas Comb.) Até 2 atletas por clube.	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam todos os clubes federados com, pelo menos, dois atletas classificados.
4 18 e 25 jan	CR Jovem de Inverno I (Juv/Jun)	Pontuação do campeonato relativa a Juv/Jun	24,21,18,15,12,9,6,3...3	Contam apenas os clubes federados com classificação coletiva.
5 9 fev	Corta-Mato (Juv/Jun)	Pontuação do campeonato relativa a Juv/Jun	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam apenas os clubes federados com classificação coletiva.
6 15 fev e 22 fev	CR Lançamentos	Somatório das pontuações individuais (tab. IAAF) Até 2 atletas por clube/prova	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam todos os clubes com, pelo menos, dois atletas classificados.
7 21 mar	Km Jovem (Juv)	Soma da pontuação percentual(*) dos atletas. Até 2 atletas por escalão/clube	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam todos os clubes federados com, pelo menos, dois atletas classificados.
8 5 e 18 abr	CR Estafetas (Juv/Jun)	N+2, N, N-2, N-3, N-4... (N = nº equipas participantes) Até 2 equipas por escalão/clube/prova.	16,14,12,10,8,6,4,2...2	Contam todos os clubes federados com, pelo menos, uma equipa classificada.
9 25-26 abr	CR P. Combinadas (Juv/Jun)	Somatório das pontuações individuais (tab. Provas Comb.) Até 2 atletas por escalão/clube.	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam todos os clubes federados com, pelo menos, dois atletas classificados.
10 23-24 mai	CR Juniores	Coletiva do próprio CR	24,21,18,15,12,9,6,3...3	Contam apenas os clubes federados com classificação coletiva.
11 27-28 jun	CR Juvenis	Coletiva do próprio CR	24,21,18,15,12,9,6,3...3	Contam apenas os clubes federados com classificação coletiva.
Regulamento	<p>Classificam-se na Taça Jovem da Madeira todos os clubes que pontuem em, pelo menos, <u>três jornadas</u>, com um total de, pelo menos, <u>6 atletas juvenis e/ou juniores diferentes</u> (não necessariamente na mesma jornada). Em cada competição serão designadas as condições específicas de participação (número de atletas que podem participar e número de provas que cada atleta pode realizar).</p> <p>Em cada jornada, é elaborada uma classificação da jornada de acordo com as regras de classificação coletiva do respetivo campeonato. Quando o campeonato não tenha classificação coletiva própria aplicam-se as regras definidas na coluna "Classificação da Jornada" (ver acima).</p> <p>A partir da classificação da Jornada, será atribuída uma <u>pontuação de jornada</u> nos seguintes moldes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Campeonatos simples (Corta-Mato, Estrada e P. Combinadas): <b>8,7,6,5,4,3,2,1...1pts</b></li> <li>- CR Estafetas: <b>16,14,12,10,8,6,4,2...2pts</b></li> <li>- Campeonatos Regionais de Juvenis e de Juniores: <b>24,21,18,15,12,9,6,3...3pts</b></li> </ul> <p>Notas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- todos os clubes classificados pontuam, pelo menos, com a pontuação mínima</li> <li>- Em caso de empate na classificação da jornada, desempata a favor do clube com o atleta melhor classificado;</li> <li>- Em caso de empate na classificação final, desempata a favor do clube com a maior pontuação numa das jornadas (se o empate persistir, verifica-se a segunda maior pontuação e assim sucessivamente)</li> </ul>			

- Notas:**
1. Na primeira jornada, os atletas ainda iniciados de 2º ano podem participar na competição de juvenis.
  2. Embora os atletas iniciados possam participar em algumas competições (ex.: CR Juvenis), não são considerados para efeito da contagem dos seis atletas necessários para a classificação do clube.
  3. Embora possa não ser considerada a sua pontuação, todos os atletas são considerados na classificação de cada prova (nomeadamente, os atletas individuais, não federados ou que excedam o número limite de atletas por clube). Tal só não se aplica quando as regras do campeonato dizem expressamente que esses atletas sejam ignorados da classificação.
- (\*) Pontuação percentual – corresponde à percentagem do tempo de cada atleta relativamente ao vencedor da prova.

### Taça de Iniciados

Jornada	Competição	Classificação da Jornada	Pontuação da Jornada	Observações
1	4 jan	Triatlo Jovem (Inic) N, N-1, N-2, N-3, N-4... (N = nº atletas classificados) Até 2 atletas por clube.	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam todos os clubes com, pelo menos, dois atletas classificados.
2	16 jan	Corta-Mato (Inic) Coletiva do próprio CR	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam apenas os clubes federados com classificação coletiva.
3	1 e 3 fev	CR Jovem de Inverno II (Inic) Pontuação de Iniciados do campeonato. 1 atleta por clube/prova.	16,14,12,10,8,6,4,2...2	Contam apenas os clubes com classificação coletiva.
4	21 mar	Km Jovem (Inic) N, N-1, N-2, N-3, N-4... (N = nº atletas classificados) Até 2 atletas por clube.	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam todos os clubes com, pelo menos, dois atletas classificados.
5	5 abr	CR Estafetas (Inic) N, N-1, N-2, N-3, N-4... (N = nº equipas participantes) Até 2 equipas por clube.	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam todos os clubes federados com, pelo menos, uma equipa classificada.
6	25-26 abr	Atleta Completo (Inic) N, N-1, N-2, N-3, N-4... (N = nº atletas classificados) Até 2 atletas por clube.	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam todos os clubes com, pelo menos, dois atletas classificados.
7	1 mai	CR Estrada (Inic) Coletiva do próprio CR	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam apenas os clubes com classificação coletiva.
8	13-14 jun	CR Iniciados Coletiva do próprio CR	24,21,18,15,12,9,6,3...3	Contam apenas os clubes com classificação coletiva.
Regulamento	<p>Classificam-se na Taça de Iniciados todos os clubes que pontuem em, pelo menos, <u>três jornadas</u>, com um total de, pelo menos, <u>5 atletas iniciados diferentes</u> (não necessariamente na mesma jornada).</p> <p>Em cada competição serão designadas as condições específicas de participação (número de atletas que podem participar e número de provas que cada atleta pode realizar).</p> <p>Em cada jornada, é elaborada uma classificação da jornada de acordo com as regras de classificação coletiva do respetivo campeonato. Quando o campeonato não tenha classificação coletiva própria aplicam-se as regras definidas na coluna "Classificação da Jornada" (ver acima).</p> <p>A partir da classificação da Jornada, será atribuída uma <u>pontuação de jornada</u> nos seguintes moldes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Competições simples (Corta-Mato, Estrada, Estafetas, Km Jovem e P. Combinadas): <b>8,7,6,5,4,3,2,1...1pts</b></li> <li>- Competições com várias provas (CR Jovem): <b>16,14,12,10,8,6,4,2...2pts</b></li> <li>- Campeonatos Regionais de Iniciados: <b>24,21,18,15,12,9,6,3...3pts</b></li> </ul> <p>Notas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- todos os clubes classificados pontuam, pelo menos, com a pontuação mínima</li> <li>- Em caso de empate na classificação da jornada, desempata a favor do clube com o atleta melhor classificado;</li> <li>- Em caso de empate na classificação final, desempata a favor do clube com a maior pontuação numa das jornadas (se o empate persistir, verifica-se a segunda maior pontuação e assim sucessivamente)</li> </ul>			

**Notas:** 1. Embora os atletas infantis possam participar em algumas competições (ex.: CR Iniciados), não podem ser considerados para efeito de contagem dos cinco atletas iniciados necessários para a classificação do clube.

2. Embora possa não ser considerada a sua pontuação, todos os atletas (ou equipas) são considerados na classificação de cada prova (nomeadamente, os atletas individuais, ou que excedam o número limite de atletas por clube). Tal só não se aplica quando as regras do campeonato dizem expressamente que esses atletas sejam ignorados da classificação.

## Taça de Infantis

Jornada	Competição	Classificação da Jornada	Pontuação da Jornada	Observações
1	4 jan	Triatlo Jovem (Inf) N, N-1, N-2, N-3, N-4... (N = nº atletas classificados) Até 2 atletas por clube.	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam todos os clubes com, pelo menos, dois atletas classificados.
2	16 jan	Corta-Mato (Inf) Coletiva do próprio CR	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam apenas os clubes com classificação coletiva.
3	1 e 3 fev	CR Jovem de Inverno II (Inf) Pontuação de Infantis do campeonato. 1 atleta por clube/prova.	16,14,12,10,8,6,4,2...2	Contam apenas os clubes com classificação coletiva.
4	21 mar	Km Jovem (Inf) N, N-1, N-2, N-3, N-4... (N = nº atletas classificados) Até 2 atletas por clube.	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam todos os clubes com, pelo menos, dois atletas classificados.
5	5 abr	CR Estafetas (Inf) N, N-1, N-2, N-3, N-4... (N = nº equipas participantes) Até 2 equipas por clube.	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam todos os clubes federados com, pelo menos, uma equipa classificada.
6	25-26 abr	Atleta Completo (Inf) N, N-1, N-2, N-3, N-4... (N = nº atletas classificados) Até 2 atletas por clube.	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam todos os clubes com, pelo menos, dois atletas classificados.
7	1 mai	CR Estrada (Inf) Coletiva do próprio CR (estafeta)	8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...1	Contam apenas os clubes com classificação coletiva.
8	23-24 mai	CR Infantis Coletiva do próprio CR	24,21,18,15,12,9,6,3...3	Contam apenas os clubes com classificação coletiva.
Regulamento	<p>Classificam-se na Taça de Infantis todos os clubes que pontuem em, pelo menos, <u>três jornadas</u>, com um total de, pelo menos, <u>5 atletas infantis diferentes</u> (não necessariamente na mesma jornada).</p> <p>Em cada competição serão designadas as condições específicas de participação (número de atletas que podem participar e número de provas que cada atleta pode realizar).</p> <p>Em cada jornada, é elaborada uma classificação da jornada de acordo com as regras de classificação coletiva do respetivo campeonato. Quando o campeonato não tenha classificação coletiva própria aplicam-se as regras definidas na coluna "Classificação da Jornada" (ver acima).</p> <p>A partir da classificação da Jornada, será atribuída uma <u>pontuação de jornada</u> nos seguintes moldes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Competições simples (Corta-Mato, Estrada, Estafetas, Km Jovem e P. Combinadas): <b>8,7,6,5,4,3,2,1...1pts</b></li> <li>- Competições com várias provas (CR Jovem): <b>16,14,12,10,8,6,4,2...2pts</b></li> <li>- Campeonatos Regionais de Infantis: <b>24,21,18,15,12,9,6,3...3pts</b></li> </ul> <p>Notas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- todos os clubes classificados pontuam, pelo menos, com a pontuação mínima</li> <li>- Em caso de empate na classificação da jornada, desempata a favor do clube com o atleta melhor classificado;</li> <li>- Em caso de empate na classificação final, desempata a favor do clube com a maior pontuação numa das jornadas (se o empate persistir, verifica-se a segunda maior pontuação e assim sucessivamente)</li> </ul>			

- Nota:**
- Embora, quando a competição assim o proporcione, os atletas benjamins possam pontuar para a Taça de Infantis, não podem ser considerados para efeito de contagem dos cinco atletas infantis necessários para a classificação do clube.
  - Embora possa não ser considerada a sua pontuação, todos os atletas (ou equipas) são considerados na classificação de cada prova (nomeadamente, os atletas individuais, ou que excedam o número limite de atletas por clube). Tal só não se aplica quando as regras do campeonato dizem expressamente que esses atletas sejam ignorados da classificação.

### Taça de Benjamins Fun' Athletics

Jornada	Competição	Classificação do Encontro	Pontuação do Encontro	Observações
1	23 nov	1º encontro (org: CSM)	Pontuação das duas melhores equipas (mistas) mais 1 ponto por cada equipa adicional.	Contam apenas os clubes ou escolas que participem com uma equipa de 4 crianças
2	7 dez	2º encontro (org: GDE )	=	=
3	7 mar	3º encontro (org: ACDSJ )	=	=
4	21 mar	4º encontro (org: AJS)	=	=
5	18 abr	5º encontro (org: CEE-M )	=	=
6	2 mai	6º encontro (org: ADRAP)	=	=
Regulamento	<p>Classificam-se na Taça de Benjamins todos os clubes ou escolas que participem, pelo menos, com uma equipa de 4 elementos em <u>dois encontros</u>.</p> <p>Nesta competição podem participar as crianças que façam 9, 10 ou 11 anos em 2020 (ver Nota 2).</p> <p>Em cada encontro serão designadas as condições específicas de participação, de acordo com o Programa Regional p/ Benjamins-B..</p> <p>Em cada jornada é elaborada uma classificação geral somando as pontuações das <u>duas melhores equipas mistas</u> (mínimo: 2 meninos + 2 meninas) a que é acrescido mais <u>1 ponto por cada equipa adicional ou complementar</u> (é considerada equipa complementar quando não tem, pelo menos, 2 crianças de cada sexo).</p> <p>O número de pontos obtidos por cada clube ou escola em cada encontro vai acumulando ao longo dos vários encontros, até que, após o último encontro, aquele que somar a maior pontuação no conjunto de <b>cinco</b> encontros conquistará a Taça de Benjamins.</p> <p>Notas</p> <p>- Em caso de empate na classificação final, desempata a favor do clube com a maior pontuação numa das jornadas (se o empate persistir, verifica-se a segunda maior pontuação e assim sucessivamente)</p>			

**Notas:** 1. Consultar o Programa Regional p/ Benjamins-B para a corrente época.

2. Nas primeiras jornadas, em novembro e dezembro, excepcionalmente, podem participar também as crianças nascidas em 2008 (que fazem 11 anos em 2019).

## Madeira a Correr

Regulamento	
Classificação Individual	<p>A classificação no troféu <i>Madeira a Correr</i> destina-se exclusivamente aos atletas filiados na AARAM.</p> <p>A lista das provas consideradas para este troféu é divulgada no <i>Quadro de Provas do Madeira a Correr</i>.</p> <p>Partindo da classificação geral por sexo de cada prova, serão consideradas duas classificações distintas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jun/Sen (atletas nascidos entre 1985 e 2002 – ver Notas) <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ É atribuída, a cada atleta, uma pontuação correspondente à percentagem do seu tempo relativamente ao tempo do vencedor da prova (<math>1^{\circ}=100p</math>; <math>2^{\circ}= \frac{T1^{\circ}}{T2^{\circ}} \times 100 \dots</math>)</li> </ul> </li> <li>2. Veteranos (atletas nascidos em 1984 ou antes) – ver Nota 1) <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ É atribuída, a cada atleta, uma pontuação correspondente à percentagem do seu tempo relativamente ao tempo do atleta <u>filiado na AARAM</u> melhor classificado na prova (<math>1^{\circ}=100p</math>; <math>2^{\circ}= \frac{T1^{\circ}}{T2^{\circ}} \times 100 \dots</math>)</li> <li>➤ À pontuação obtida são subtraídos 0,25 pontos por cada atleta de escalões mais velhos classificados à sua frente.</li> </ul> </li> </ol> <p>As classificações finais, em cada sexo e escalão, serão ditadas pela soma das <u>12 melhores pontuações</u> obtidas por cada atleta. Vence o que obtiver a maior soma.</p>
Classificação Coletiva	<p>A classificação coletiva do troféu <i>Madeira a Correr</i> é reservada aos clubes filiados na AARAM.</p> <p>A classificação coletiva, em cada sexo, é elaborada a partir das pontuações obtidas por cada clube nas provas coletivas definidas no <i>Quadro de Provas do Madeira a Correr</i>.</p> <p>A pontuação em cada prova (das 18 designadas) é determinada pela soma das <u>3 melhores pontuações</u> válidas para a classificação individual de atletas do mesmo sexo e do mesmo clube.</p> <p>Para este efeito, <u>não se consideram as eventuais penalizações</u> relativas aos atletas veteranos.</p> <p>A classificação final, em cada sexo, é ditada pela <u>soma das 12 melhores pontuações</u> obtidas por cada clube e vence o clube que obtiver a maior soma.</p> <p>Será entregue, em cada sexo, um Troféu ao clube vencedor.</p>

- Notas:**
1. Para efeito da classificação individual, os atletas que mudam do escalão de seniores para o de veteranos ainda em 2018 (nascidos em 1984) serão classificados no escalão de veteranos, enquanto que os que mudam em 2019 (nascidos em 1985) serão classificados no escalão de Juniores e seniores.
  2. Para que os atletas que mudam do escalão de juvenis para o de juniores a 1 de janeiro não sejam prejudicados na sua classificação do *Madeira a Correr*, admite-se, a título excecional, que possam participar, durante os meses de Novembro e Dezembro, em provas do *Madeira a Correr* de distância não superior a 7000m.
  3. Nas provas disputadas em estafeta (Estafeta CL-Fx e 4x1500m) que contam para a classificação coletiva, a pontuação obtida pela melhor equipa de cada clube (pontuação percentual) é multiplicada por 3 (portanto, o clube da equipa vencedora obtém 300 pontos e os restantes clubes serão pontuados proporcionalmente de acordo com o respetivo tempo).



### ***Mini Madeira a Correr (Mini MC)***

Regulamento	
Classificação Individual	<p>A classificação no troféu <i>Mini Madeira a Correr</i> destina-se exclusivamente aos atletas filiados na AARAM.</p> <p>A lista das provas consideradas para este troféu é divulgada no <i>Quadro de Provas do Madeira a Correr</i>.</p> <p>Haverá três classificações individuais por sexo:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atletas nascidos em <b>2003 e 2004</b> (Juvenis em 2020)</li> <li>2. Atletas nascidos em <b>2005 e 2006</b> (Iniciados em 2020)</li> <li>3. Atletas nascidos em <b>2007 e 2008</b> (Infantis em 2020)</li> </ol> <p>➤ Partindo da classificação individual por sexo de cada escalão, será atribuída a cada atleta uma pontuação correspondente à <u>percentagem do seu tempo relativamente ao tempo do melhor atleta filiado na AARAM do respetivo escalão</u> (<math>1^{\circ}=100p</math>; <math>2^{\circ}= \frac{T1^{\circ}}{T2^{\circ}} \times 100 \dots</math>)</p> <p>As classificações finais, em cada sexo e escalão, serão ditadas pela <u>soma das 6 melhores pontuações</u> obtidas por cada atleta. Vence o que obtiver a maior soma.</p>
Classificação Coletiva	<p>A classificação coletiva do troféu <i>Mini Madeira a Correr</i> é reservada aos clubes filiados na AARAM.</p> <p>Haverá apenas uma classificação coletiva por sexo, que é elaborada a partir das pontuações obtidas por cada clube nas provas indicadas no <i>Quadro de Provas do Madeira a Correr</i>, desde que a prova tenha competição para, pelo menos, dois escalões etários.</p> <p>A pontuação em cada prova é determinada pela soma das <u>3 melhores pontuações</u> individuais de atletas do mesmo sexo e do mesmo clube (independentemente de serem infantis, iniciados ou juvenis).</p> <p>A classificação final, em cada sexo, é ditada pela <u>soma das 6 melhores pontuações</u> obtidas por cada clube e vence o clube que obtiver a maior soma.</p> <p>Será entregue, em cada sexo, um Troféu ao clube vencedor.</p>

**Notas:** 1. Nas provas integradas no Mini Madeira a Correr consideram-se desde o início da época os escalões de **2019** (isto é, os atletas que mudam de escalão em 2020 correm em novembro e dezembro nas provas do escalão a que irão pertencer a partir de 1 de janeiro)

2. Decorrendo do ponto anterior e para salvaguardar a normal progressão dos atletas, as provas do *Mini MC* em Novembro e Dezembro não podem ter distância superior ao que o RGC permite como limite do escalão imediatamente inferior.

Assim, as provas do Mini MC em novembro e dezembro têm como limite as seguintes distâncias:

- Infantis – 1,5 km
- Iniciados – 2 km
- Juvenis – 3,5 km



## Campeonatos com Classificação Coletiva

### **Campeonatos Regionais Absolutos de Verão** (competição individual e coletiva)

Escalão	Sexo	Provas
Absoluto	F	100, 200, 400, 800, 1500, 3000, 5000, 3000obs, 3000Mx, 100b, 400b, Cp, Tp, Alt, Vr, Ps, Dd, Dc, Mt, 4x100, 4x400
	M	100, 200, 400, 800, 1500, 3000, 5000, 3000obs, 5000Mx, 110b, 400b, Cp, Tp, Alt, Vr, Ps, Dd, Dc, Mt, 4x100, 4x400
<p><b>Regulamento:</b></p> <p>Estes campeonatos designam os Campeões Regionais Absolutos de Verão individuais e coletivos.</p> <p>Estes campeonatos atribuem também os títulos individuais de verão de Sub-23 aos atletas melhor classificados em cada prova e que façam 22 anos ou menos no ano em que se realiza a competição.</p> <p>A participação nestes campeonatos é livre (para os clubes filiados na AARAM).</p> <p>Os clubes participam em cada prova com um número ilimitado de atletas e com um máximo de duas estafetas.</p> <p>Cada atleta pode participar em 2 provas por dia, num máximo de 4 provas, desde que, pelo menos, uma delas seja uma estafeta.</p> <p>Para efeitos de <u>classificação coletiva</u>, será considerado o melhor resultado de cada clube em cada prova – os restantes atletas do mesmo clube serão ignorados da classificação.</p> <p>Para obter classificação coletiva, os clubes devem reunir as seguintes condições:</p> <p>Número mínimo de atletas (juv/jun/sen): <b>6</b></p> <p>Nº mínimo de provas: <b>8</b></p> <p>Pontuação:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Com base no valor de pontuação da Tabela IAAF 2011, será considerada a <u>melhor pontuação</u> de cada clube em cada prova;</li> <li>- Vence, em cada sexo, o clube que obtiver o maior somatório de pontos no conjunto de todas as provas.</li> </ul>		
<p><b>Notas:</b></p> <p>As corridas de 100m e 100/110mb terão eliminatórias e final.</p> <p>As restantes corridas são disputadas por séries, ordenando-se os atletas pelas séries em função dos seus melhores tempos realizados durante as duas últimas épocas.</p> <p>Nos lançamentos e nos saltos horizontais, haverá lugar a 3 ensaios para todos os concorrentes, mais 3 ensaios suplementares para os concorrentes com as 8 melhores marcas.</p> <p>Haverá Troféus para o primeiro clube em cada sexo.</p> <p>Haverá medalhas para os 3 primeiros em cada prova (1ª equipa nas estafetas).</p> <p>Haverá medalhas para os Campeões Regionais de Sub-23 de Verão em cada prova.</p> <p>Haverá medalhas para o melhor veterano em cada prova.</p>		

## Campeonatos Regionais Absolutos de Inverno

(competição individual e coletiva)

Escalão	Sexo	Provas
Absoluto	F	60, 200, 400, 800, 1500, 3000, 3000Mx, 60b, Cp, Tp, Alt, Vr, Ps, 4x400
	M	60, 200, 400, 800, 1500, 3000, 5000Mx, 60b, Cp, Tp, Alt, Vr, Ps, 4x400
<p><b>Regulamento:</b></p> <p>Estes campeonatos designam os Campeões Regionais Absolutos de Inverno individuais e coletivos.</p> <p>Este campeonato atribui também os títulos individuais de inverno de Sub-23 aos atletas melhor classificados em cada prova e que façam 22 anos ou menos no ano em que se realiza a competição.</p> <p>A participação neste campeonato é livre (para os clubes filiados na AARAM).</p> <p>Os clubes participam em cada prova com um número ilimitado de atletas e com um máximo de duas estafetas nos 4x400m.</p> <p>Cada atleta pode participar em 2 provas por dia, num máximo de <b>2 provas individuais mais uma estafeta</b> nos dois dias.</p> <p>Para efeitos de <u>classificação coletiva</u>, será considerado o melhor resultado de cada clube em cada prova – os restantes atletas do mesmo clube serão ignorados da classificação.</p> <p>Número mínimo de atletas para obter classificação coletiva (juv/jun/sen): <b>6</b></p> <p>Nº mínimo de provas: 8</p> <p><b>Pontuação:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Com base no valor de pontuação da Tabela IAAF 2011, será considerada a <u>melhor pontuação</u> de cada clube em cada prova;</li> <li>- Vence, em cada sexo, o clube que obtiver o maior somatório de pontos no conjunto de todas as provas.</li> </ul>		
<p><b>Notas:</b></p> <p>Haverá Troféus para o primeiro clube em cada sexo.</p> <p>Haverá medalhas para os 3 primeiros em cada prova (1ª equipa nas estafetas).</p> <p>Haverá medalhas para os Campeões Regionais de Sub-23 de Inverno em cada prova.</p>		

### Campeonatos Regionais de Júniores (competição individual e coletiva)

Escalão	Sexo	Provas
Júniiores	F	100, 200, 400, 800, 1500, 3000, 3000obs, 5000Mx, 100b, 400b, Cp, Tp, Alt, Vr, Ps, Dd, Dc, Mt
(+ Juv)	M	100, 200, 400, 800, 1500, 5000, 3000obs, 5000Mx, 110b, 400b, Cp, Tp, Alt, Vr, Ps, Dd, Dc, Mt
<b>Regulamento:</b> <p>Estes campeonatos designam os Campeões Regionais de Júniores individuais e coletivos.</p> <p>Cada atleta pode fazer 2 provas por dia, num máximo de 3 no conjunto das duas jornadas.</p> <p>Classificação coletiva:</p> <p>Número mínimo de atletas (juv/jun): 6</p> <p>Número mínimo de provas: 8</p> <p>Número de atletas por clube que pontuam em cada prova: 2 – os restantes ignoram-se da classificação.</p> <p>- Pontuação (1º→8º): 8,6,5,4,3,2,1,1</p>		
<b>Nota:</b> Troféus para o primeiro clube em cada sexo. Medalhas p/ os campeões regionais em cada prova.		

### Campeonatos Regionais de Jovens de Inverno (competição individual e coletiva)

Escalão	Jornada	Provas
Juniores Juvenis	1 e 2	60, 60b, 200, 300, 800, 1500, 3000, 5000Mx, Cp, Alt, Tp, Vr, Ps, 4x400
Iniciados	3 e 4	60, 60b, 800, 1500, Cp, Alt, Ps, Dd, 4000Mx
Inf + Inic		4x80
Infantis		60, 50b, 600, 1000, Cp, Alt, Ps, Dd, 2000Mx
<p>Regulamento:</p> <p>Estes campeonatos designam os Campeões Regionais Jovens individuais e coletivos.</p> <p>Cada atleta pode fazer 2 provas por dia, num máximo de 3 no conjunto das duas jornadas (ou 4 se uma das provas for a estafeta de 4x80m).</p> <p>Os atletas lançam com os engenhos do respetivo escalão, mas a classificação de juvenis e juniores é conjunta. Aplica-se o mesmo princípio nas corridas com barreiras.</p> <p>Classificação coletiva:</p> <p>Número mínimo de atletas (inf/inic/juv/jun): 8</p> <p>Número mínimo de provas: 10</p> <p>Número de atletas por clube que pontuam em cada prova: 1 (1 estafeta) – os restantes ignoram-se da classificação.</p> <p>Pontuação (1º→6º): 7,5,4,3,2,1</p>		
<p>Nota: Troféus para o primeiro clube em cada sexo.</p> <p>Medalhas para o 1º em cada prova/escalão (e 1ª equipa de estafetas)</p>		

### Campeonatos Regionais de Juvenis (competição individual e coletiva)

Escalão	Sexo	Provas
Juvenis	F	100, 200, 300, 800, 1500, 3000, 2000obs, 5000Mx, 100b, 300b, Cp, Tp, Alt, Vr, Ps, Dd, Dc, Mt
(+ Inic)	M	100, 200, 300, 800, 1500, 3000, 2000obs, 5000Mx, 110b, 300b, Cp, Tp, Alt, Vr, Ps, Dd, Dc, Mt
<b>Regulamento:</b> Estes campeonatos designam os Campeões Regionais de Juvenis individuais e coletivos. Cada atleta pode fazer 2 provas por dia, num máximo de 3 no conjunto das duas jornadas Número mínimo de atletas (inic/juv): 6 Número mínimo de provas: 8 Número de atletas por clube que pontuam em cada prova: 2 – os restantes ignoram-se da classificação. Pontuação (1º→8º): 8,6,5,4,3,2,1,1		
<b>Nota:</b> Troféus para o primeiro clube em cada sexo. Medalhas p/ os 3 primeiros em cada prova.		

### Campeonatos Regionais de Iniciados (competição individual e coletiva)

Escalão	Sexo	Provas
Iniciados	F	80, 250, 800, 1500, 1500obs, 4000Mx, 80b, 250b, Cp, Qdp, Alt, Vr, Ps, Dd, Dc, Mt
(+ Inf)	M	80, 250, 800, 1500, 1500obs, 4000Mx, 100b, 250b, Cp, Qdp, Alt, Vr, Ps, Dd, Dc, Mt
<b>Regulamento:</b> Estes campeonatos designam os Campeões Regionais de Iniciados individuais e coletivos. Cada atleta pode fazer 2 provas por dia, num máximo de 4 no conjunto das duas jornadas Número mínimo de atletas (inf/inic): 6 Número mínimo de provas: 8 Número de atletas por clube que pontuam em cada prova: 2 – os restantes ignoram-se da classificação. Pontuação (1º→12º): 8,6,5,4,3,2,1,1,1,1,1,1		
<b>Nota:</b> Troféus para o primeiro clube em cada sexo. Medalhas p/ os 3 primeiros em cada prova.		

### Campeonatos Regionais de Infantis (competição individual e coletiva)

Escalão	Sexo	Provas
Infantis	F	60, 150, 600, 1000, 3000Mx, 60b, Cp, Alt, Vr-d, Qdp, Ps, Dd, Dc, Mt
(+ Benj)	M	60, 150, 600, 1000, 3000Mx, 60b, Cp, Alt, Vr-d, Qdp, Ps, Dd, Dc, Mt
<b>Regulamento:</b> Estes campeonatos designam os Campeões Regionais de Infantis individuais e coletivos. Cada atleta pode fazer 2 provas por dia, num máximo de 4 no conjunto das duas jornadas Número mínimo de atletas (inf/Benj): 6 Número mínimo de provas: 8 Número de atletas por clube que pontuam em cada prova: 2 – os restantes ignoram-se da classificação. Pontuação (1º→12º): 8,6,5,4,3,2,1,1,1,1,1,1 Este Campeonato designa também os Campeões Regionais Individuais deste escalão.		
<b>Nota:</b> Troféus para o primeiro clube em cada sexo. Medalhas p/ os 3 primeiros em cada prova.		

## MODELO DE CLASSIFICAÇÃO COLETIVA NOS CAMPEONATOS REGIONAIS DE PISTA (RESUMO)

ESCALÃO	PROVAS A CONSIDERAR	Nº MÍNIMO DE ATLETAS	Nº MÍNIMO DE PROVAS	ATLETAS QUE PONTUAM	PONTUAÇÃO
<b>INFANTIS</b>	60, 150, 60b, 600, 1000, 3000Mx Comprimento, Quádruplo, Altura, Vara em distância, Peso, Dardo, Disco, Martelo	6	8	2	12 Primeiros: <b>8, 6, 5, 4, 3, 2, 1</b> (7º a 12º: 1 ponto)
<b>INICIADOS</b>	80, 250, 80b/100b, 250b, 800, 1500, 1500obs, 4000Mx Comprimento, Quádruplo, Altura, Vara Peso, Dardo, Disco, Martelo	6	8	2	12 Primeiros: <b>8, 6, 5, 4, 3, 2, 1</b> (7º a 12º: 1 ponto)
<b>JUVENIS</b>	100, 200, 300, 100b/110b, 300b 800, 1500, 3000, 2000obs, 5000Mx Comprimento, Triplo, Altura, Vara Peso, Dardo, Disco, Martelo	6	8	2	8 Primeiros: <b>8, 6, 5, 4, 3, 2, 1, 1</b>
<b>JOVENS (INVERNO)</b>	<b>Inf:</b> 60, 50b, 600, 1000, Cp, Alt, Ps, Dd, 2000Mx <b>Inf/Inic:</b> 4x80 <b>Inic:</b> 60, 60b, 800, 1500, Cp, Alt, Ps, Dd, 4000Mx <b>Juv/Jun:</b> 60, 60b, 200, 300, 800, 1500, 3000, 5000Mx, 4x400 Comprimento, Triplo, Altura, Vara Peso	8	10	1 ( 1 Estafeta )	6 Primeiros: <b>7, 5, 4, 3, 2, 1</b>
<b>JUNIORES</b>	100, 200, 400, 100b/110b, 400b 800, 1500, 3000/5000, 3000obs, 5000Mx Comprimento, Triplo, Altura, Vara Peso, Dardo, Disco, Martelo	6	8	2	8 Primeiros: <b>8, 6, 5, 4, 3, 2, 1, 1</b>
<b>SENIORES (INVERNO)</b>	60, 200, 400, 60b, 4x400 800, 1500, 3000, 3/5000Mx Comprimento, Triplo, Altura, Vara Peso	6	8	1 ( 1 Estafeta )	<u>Tabela IAAF 2011</u>
<b>SENIORES (VERÃO)</b>	100, 200, 400, 100b/110b, 400b 4x100, 4x400 800, 1500, 3000, 5000, 3000obs, 3/5000Mx Comprimento, Triplo, Altura, Vara Peso, Dardo, Disco, Martelo	6	8	1 ( 1 Estafeta )	<u>Tabela IAAF 2011</u>

### Campeonatos Regionais de Corta Mato

Regulamento	
Provas	Seniores (e veteranos): 4.000m a 5.000m (Fem) e 6.000m a 7.000m (Masc) Juvenis e Juniores: 4.000m a 5.000m (Fem e Masc)
Classificação Individual	<p>Participação aberta a toda a população – Juvenis, Juniores, Seniores e Veteranos.</p> <p>Caso o número de inscritos o justifique, os atletas poderão ser distribuídos por duas ou mais séries, procurando agrupar os melhores atletas na melhor série.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Para esta distribuição considera-se a classificação dos Campeonatos Regionais de Corta-Mato do ano anterior e a classificação do Grande Prémio de Santo Amaro.</li> <li>➤ A melhor série é a última a ser disputada.</li> </ul> <p>A classificação geral é elaborada a partir dos tempos individuais de cada atleta, independentemente da série em que participe.</p> <p>Os atletas juvenis e juniores correm numa série separada ou em com as atletas femininas.</p> <p>Medalhas (troféus) p/ os 3 primeiros Absolutos e para os Campeões de Sub-23</p> <p>Medalhas para os 3 primeiros Juvenis e para os 3 primeiros Juniores em cada sexo.</p> <p>Medalhas p/ os 3 primeiros veteranos de cada escalão e sexo.</p>
Classificação Coletiva	<p>Há classificação coletiva por sexo e escalão (juniores e seniores), que é elaborada a partir das respectivas classificações individuais.</p> <p>Os clubes podem participar com um número ilimitado de elementos.</p> <p>A pontuação de cada clube no escalão sénior é obtida a partir do somatório das pontuações individuais dos seus <u>quatro elementos seniores</u> melhores classificados.</p> <p>A pontuação de cada clube no escalão de juvenis/juniores é obtida a partir do somatório das pontuações individuais dos seus <u>três elementos juvenis e/ou juniores</u> melhores classificados.</p> <p>Vencem os clubes filiados na AARAM que obtiverem a menor pontuação.</p> <p>Em caso de empate, dá-se preferência ao clube cujo quarto elemento (ou terceiro júnior) tenha melhor classificação.</p> <p>Troféus p/ o primeiro clube em cada escalão e sexo (3 primeiros no escalão absoluto).</p>

### Corta Mato Jovem Escolar

Regulamento				
Provas	Benjamins A 500m	Benjamins B 1km	Infantis 1,5km	Iniciados 2km
Classificação Individual	<p>Participação aberta a toda a população – Benjamins, Infantis e Iniciados.</p> <p>É disputada uma corrida por cada escalão e sexo, que definirá os respectivos campeões.</p> <p>Medalhas p/ os 3 primeiros em cada escalão e sexo.</p>			
Classificação Coletiva	<p>Em cada escalão e sexo e a partir das respectivas classificações individuais, serão elaboradas as seguintes classificações coletiva: <b>escolar</b>; de <b>clubes</b>; e <b>geral</b>.</p> <p>A pontuação coletiva de cada escola ou clube é obtida a partir do somatório das pontuações individuais dos seus <u>três elementos</u> melhores classificados.</p> <p>As escolas podem inscrever e participar com um máximo de 5 elementos por sexo/escalão.</p> <p>Os clubes inscrevem os seus atletas, indicando os que também participam pela respetiva escola (o mesmo aluno pode pontuar para a sua escola e para o seu clube).</p> <p>Vencem as escolas ou clubes que obtiverem a menor pontuação.</p> <p>Em caso de empate, dá-se preferência à equipa cujo terceiro elemento tenha melhor classificação.</p> <p>Troféus p/ as 3 primeiras escolas em cada escalão e sexo (classificação escolar).</p> <p>Troféu p/ a melhor equipa (escola ou clube) em cada escalão e sexo (classificação geral).</p>			

### Campeonatos Regionais de Montanha

Regulamento	
<b>Classificação Individual</b>	<p>Participação aberta a toda a população - Júniores e Seniores.</p> <p>Há provas separadas para juniores e seniores.</p> <p>Vencem os atletas filiados na AARAM que obtiverem a melhor classificação.</p> <p>Medalhas (troféus) p/ os 3 primeiros em cada escalão.</p> <p>Medalhas (troféus) p/ os 3 primeiros veterano de cada escalão e sexo.</p>
<b>Classificação Coletiva</b>	<p>Há classificação coletiva por sexo e escalão (juniores e seniores), que é elaborada a partir das respectivas classificações individuais.</p> <p>Os clubes podem participar com um número ilimitado de elementos.</p> <p>A pontuação de cada clube é obtida a partir do somatório das pontuações individuais dos seus <u>três elementos</u> melhores classificados.</p> <p>Vencem os clubes filiados na AARAM que obtiverem a menor pontuação.</p> <p>Em caso de empate, dá-se preferência ao clube cujo terceiro elemento tenha melhor classificação.</p> <p>Troféus p/ o primeiro clube em cada escalão e sexo (3 primeiros no escalão absoluto).</p>

### Campeonatos Regionais de Trail (até 42.195m) e de Trail Ultra (acima de 42.195m)

Regulamento	
<b>Classificação Individual</b>	<p>Participação aberta a toda a população – Seniores e Veteranos.</p> <p>Há apenas uma classificação feminina e outra masculina de Trail e outra de Trail Ultra que determinam os respectivos campeões.</p> <p>Vencem os atletas filiados na AARAM que obtiverem a melhor classificação.</p> <p>Medalhas (ou troféus) p/ os 3 primeiros de cada sexo.</p> <p>Medalhas (ou troféus) p/ o melhor veterano de cada escalão e sexo.</p>
<b>Classificação Coletiva</b>	<p>As classificações coletivas (feminina e masculina) dos Campeonatos Regionais de Trail e de Trail Ultra, são elaboradas a partir das classificações individuais finais.</p> <p>Os clubes podem participar com um número ilimitado de atletas.</p> <p>A pontuação de cada clube em cada sexo é obtida a partir do somatório dos tempos individuais dos seus melhores <u>três elementos</u>.</p> <p>Vencem os clubes filiados na AARAM que obtiverem a menor pontuação.</p> <p>Em caso de empate, dá-se preferência ao clube cujo terceiro elemento tenha melhor classificação.</p> <p>Troféus p/ o primeiro clube em cada escalão e sexo.</p>



**Campeonatos Regionais de Meia Maratona (21.0975m)**

<b>Regulamento</b>	
<b>Classificação Individual</b>	<p>Participação aberta a toda a população – Seniores.</p> <p>Há apenas uma classificação feminina e outra masculina que determinam os respectivos campeões.</p> <p>Vencem os atletas filiados na AARAM que obtiverem a melhor classificação.</p> <p>Medalhas (ou troféus) p/ os 3 primeiros de cada sexo.</p> <p>Medalhas (ou troféus) p/ o melhor veterano de cada escalão e sexo.</p>
<b>Classificação Coletiva</b>	<p>As classificações coletivas (feminina e masculina) dos Campeonatos Regionais de Estrada são elaboradas a partir das classificações individuais finais.</p> <p>Os clubes podem participar com um número ilimitado de atletas.</p> <p>A pontuação de cada clube em cada sexo é obtida a partir do somatório das classificações individuais dos seus melhores <u>três</u> elementos.</p> <p>Vencem os clubes filiados na AARAM que obtiverem a menor pontuação.</p> <p>Em caso de empate, dá-se preferência ao clube cujo terceiro elemento tenha melhor classificação.</p> <p>Troféus p/ o primeiro clube em cada escalão e sexo.</p>

**Campeonatos Regionais de Estrada**

<b>Regulamento</b>	
<b>Classificação Individual</b>	<p>Participação aberta a toda a população – Absolutos.</p> <p>Há apenas uma classificação feminina e outra masculina que determinam os respectivos campeões.</p> <p>Vencem os atletas filiados na AARAM que obtiverem a melhor classificação.</p> <p>Medalhas (ou troféus) p/ os 3 primeiros de cada sexo.</p> <p>Medalhas (ou troféus) p/ o melhor veterano de cada escalão e sexo.</p>
<b>Classificação Coletiva</b>	<p>As classificações coletivas (feminina e masculina) dos Campeonatos Regionais de Estrada são elaboradas a partir das classificações individuais finais.</p> <p>Os clubes podem participar com um número ilimitado de atletas.</p> <p>A pontuação de cada clube em cada sexo é obtida a partir do somatório das classificações individuais dos seus melhores <u>quatro</u> elementos.</p> <p>Vencem os clubes filiados na AARAM que obtiverem a menor pontuação.</p> <p>Em caso de empate, dá-se preferência ao clube cujo quarto elemento tenha melhor classificação.</p> <p>Troféus p/ os 3 primeiros clubes em cada escalão e sexo.</p>

### Campeonatos Regionais de Estrada para Juvenis e Júniores

Regulamento	
Classificação Individual	<p>Participação aberta a toda a população – Juvenis e Júniores.</p> <p>Em cada sexo são designados campeões regionais de juvenis e de júniores os atletas de cada escalão, filiados na AARAM, que obtiverem a melhor classificação.</p> <p>Medalhas para os 3 primeiros Juvenis e para os 3 primeiros Júniores em cada sexo.</p> <p><b>Notas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Este campeonato será realizado antes do final do ano, pelo que se aplicam os escalões em vigor até 31/Dez.</li> <li>- Dado que irá contar para o <i>Mini Madeira a Correr</i>, os atletas iniciados de último ano podem também, excepcionalmente, participar nesta prova que, por isso, não deverá exceder os 3500m.</li> </ul>
Classificação Coletiva	<p>Os clubes podem participar com um número ilimitado de atletas.</p> <p>Em cada sexo, a classificação coletiva é conjunta, agrupando os atletas <u>juvenis</u> (incluindo os iniciados de último ano) e <u>júniores</u> do mesmo clube.</p> <p>As classificações coletivas são elaboradas a partir das classificações individuais dos atletas atribuindo-se o número de pontos igual à classificação de cada atleta.</p> <p>A pontuação de cada clube em cada sexo é obtida a partir do somatório das classificações individuais dos seus melhores três elementos.</p> <p>Vencem os clubes filiados na AARAM que obtiverem a menor pontuação.</p> <p>Em caso de empate, dá-se preferência ao clube que tenha o melhor terceiro elemento.</p> <p>Troféus p/ o primeiro clube em cada sexo.</p>

### Campeonatos Regionais de Estrada para Infantis e Iniciados

Regulamento	
Classificação Individual	<p>Participação aberta a toda a população.</p> <p>São designados campeões regionais de infantis e de iniciados, em cada sexo, os vencedores da respetiva prova.</p> <p>Medalhas p/ os 3 primeiros em cada escalão e sexo.</p>
Classificação Coletiva	<p>Os clubes ou escolas podem participar com um número ilimitado de atletas.</p> <p>As classificações coletivas (feminina e masculina) são elaboradas a partir das classificações individuais dos atletas, atribuindo-se o número de pontos igual à classificação de cada atleta.</p> <p>A pontuação de cada clube em cada escalão e sexo é obtida a partir do somatório das classificações individuais dos seus melhores <u>três elementos</u>.</p> <p>Vencem os clubes filiados na AARAM que obtiverem a menor pontuação.</p> <p>Em caso de empate, dá-se preferência ao clube que tenha o melhor terceiro elemento.</p> <p>Troféu p/ o primeiro clube em cada escalão e sexo.</p>

## Campeonatos SEM classificação coletiva própria

### Campeonatos Regionais de Estafetas (competição de equipas)

	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniões	Seniores
Provas:	4x60	4x80	4x100 Estafeta Sueca (100+200+300+400)	4x100 4x400	Estafeta Sueca (100+200+300+400) Estafeta Olímpica (100+200+400+800) 4x1500
Regulamento: Estes Campeonatos designam os Campeões Regionais de Estafetas dos vários escalões etários (exceto nas estafetas de 4x100 e 4x400 para seniores, que continuam a disputar-se nos CR Absolutos). Não têm classificação coletiva própria – mas integram as Taças dos diferentes escalões etários. A prova de 4x1500m conta para a classificação coletiva do troféu <i>Madeira a Correr</i> .					
Nota: Medalhas p/ os campeões regionais. Medalhas p/ a melhor equipa constituída exclusivamente por veteranos (Sueca, Olímpica e 4x1500m)					

### Campeonatos Regionais de Provas Combinadas (competição individual)

Escalão	Sexo	Provas
Seniores	F	Heptatlo
Juniões	M	Decatlo
Juvenis		
Regulamento: Os atletas juvenis e juniores competem com os engenhos e barreiras do seu próprio escalão. Estes Campeonatos designam os Campeões Regionais de Juvenis, Juniores e Absolutos. Não têm classificação coletiva própria – mas integram a Taça da Madeira (absolutos) e a Taça Jovem.		
Nota: Medalhas (ou troféus) p/ os campeões regionais (3 primeiros juvenis).		

### Campeonatos Regionais de Provas Combinadas de Inverno (competição individual)

Escalão	Sexo	Provas
Seniores	F	Pentatlo
Juniões	M	Heptatlo
Juvenis		
Regulamento: Os atletas juvenis e juniores competem com os engenhos e barreiras do seu próprio escalão. Estes Campeonatos designam os Campeões Regionais de Juvenis, Juniores e Absolutos de Inverno. Não têm classificação coletiva própria – mas integram a Taça da Madeira (absolutos) e a Taça Jovem.		
Nota: Medalhas p/ os campeões regionais (3 primeiros juvenis).		

### Campeonatos Regionais de Lançamentos de Inverno (competição individual)

Escalão	Sexo	Provas
Seniores	F	Dardo, Disco e Martelo
	M	Dardo, Disco e Martelo
Regulamento: Estes Campeonatos designam os Campeões Regionais de Juvenis, Juniores e Absolutos de Inverno. Não têm classificação coletiva própria – mas integram as Taças da Madeira (absolutos e Jovens).		
Nota: Medalhas p/ os campeões regionais.		

### Campeonatos Regionais 10.000m (competição individual)

Escalão	Sexo	Provas
Seniores (Juniões)	F e M	10.000m
Regulamento: Os atletas juniores estão autorizados a competir neste campeonato. Estes Campeonatos designam os Campeões Regionais Individuais de Absolutos de 10.000m. Não têm classificação coletiva própria – mas integram a Taça da Madeira (absolutos).		
Nota: Medalhas p/ os 3 primeiros de cada sexo.		