

REGULAMENTO 2020/2021

1. A AARAM institui prémios monetários a atribuir a atletas filiados na AARAM, madeirenses ou residentes na RAM, que obtenham resultados de destaque em provas de pista.
2. É, assim, instituído um **prémio especial** em forma de bolsa mensal por **participação em grandes competições internacionais** de pista (ar livre):

Competição	Prémio	Prémio por classificação		
		1º	2º	3º
Jogos Olímpicos	5.000 €	2.000 €	1.000 €	750 €
Campeonatos do Mundo de pista (ar livre)	4.000 €	2.000 €	1.000 €	750 €
Campeonatos da Europa de pista (ar livre)	3.000 €	1.500 €	750 €	500 €
Campeonatos da Europa de Equipas (Sel. Nac. A)	1.000 €	500€	-	-
Campeonatos da Europa de Sub-23 de pista ^c	2.000 €	1.000 €	500 €	250€
Campeonatos do Mundo de Sub-20 de pista	2.000 €	1.000 €	500 €	250€
Campeonatos da Europa de Sub-20 de pista	2.000 €	750 €	500 €	250 €
Campeonatos da Europa de Sub-18 de pista ^e	1.000 €	500 €	300 €	200 €
Festival Olímpico da Juventude Europeia (sub-18) ^e	1.000 €	500 €	-	-

Notas:

- a. Os prémios de participação acumulam com os eventuais prémios por classificação.
- b. Atletas que passem a integrar o grupo de preparação olímpica (PREPOL) poderão ser contemplados com um prémio de 2.000 € - este prémio não será acumulável com outros prémios por participação em grandes competições, sendo atribuído o melhor dos prémios a que o/a atleta tenha direito.
- c. Nos anos em que não há campeonatos de sub-23 consideram-se as marcas de qualificação para o último campeonato como critério para atribuição do prémio de participação – o mesmo princípio se aplica caso, por algum motivo, não se realize algum dos campeonatos referidos.
- d. Os valores referidos nesta tabela serão devidos aos atletas em 10 prestações mensais a partir do mês de novembro seguinte à obtenção do resultado.
- e. Estes prémios serão atribuídos apenas aos atletas que mantenham a sua atividade num clube filiado na AARAM e destinam-se exclusivamente a atletas juniores ou seniores (atletas sub-18 que eventualmente participem em campeonatos da Europa de sub-18 ou no FOJE, só poderão usufruir do prémio caso transitem para o escalão júnior).

3. São premiados anualmente os três atletas e as três atletas que obtenham os resultados mais valorizados pela Tabela Internacional em vigor, de acordo com o seguinte critério:
 - Ao melhor resultado – 750 €
 - 2º melhor resultado – 600 €
 - 3º melhor resultado – 500 €
 - a. Para este efeito são considerados apenas os resultados obtidos em provas individuais do **programa olímpico** cuja pontuação seja igual ou superior a **1.000 pts**.
4. Serão ainda premiados os melhores atletas masculino e feminino de cada sector não contemplados nos prémios principais:
 - Ao melhor resultado de sector – 300 €
 - a. Os sectores considerados são os seguintes:
 - **Velocidade** (100, 200 e 400m)
 - **Meio-Fundo** (800, 1500, 5000, 10000 e 3000obst)
 - **Fundo** (Maratona) e **Marcha** (20km e 50km)
 - **Barreiras** (100/110b e 400b) e **Provas Combinadas** (Heptatlo e Decatlo)
 - **Saltos** (Altura, Vara, Comprimento e Triplo)
 - **Lançamentos** (Peso, Disco, Dardo e Martelo)
 - b. Para este efeito são considerados apenas os resultados obtidos em provas individuais do **programa olímpico** cuja pontuação seja igual ou superior a **900 pts**.
5. Finalmente, será atribuído um prémio aos atletas que forem considerados “atleta revelação do ano” (feminino e masculino) no valor de 150 €.
6. Os prémios serão entregues durante as cerimónias da *Gala Anual da AARAM* (excepto os referidos no ponto 2).

Tabela IAAF

(v.2017)

Prova	FEMININOS		MASCULINOS		
	900 pts	1000 pts	900 pts	1000 pts	
Velocidade	100 m	12,47	11,95	10,95	10,62
	200 m	25,46	24,38	22,18	21,46
	400 m	58,16	55,36	49,31	47,70
Meio Fundo	800 m	2 15,62	2 09,43	1 54,58	1 50,93
	1.500 m	4 40,83	4 26,82	3 56,22	3 48,17
	5.000 m	17 24,60	16 26,51	14 30,81	14 00,02
	10.000 m	36 47,18	34 43,15	30 39,44	29 28,55
	3.000 m obst	11 25,21	10 40,59	9 23,35	8 58,65
Fundo e Marcha	Maratona	2 55,01	2 43,55	2 25,35	2 19,24
	20 km Marcha	1 44,22	1 38,07	1 34,23	1 29,13
	50 km Marcha	5 08,43	4 49,24	4 36,55	4 18,21
Barreiras e Provas Combinadas	100/110 m barr.	14,96	14,14	14,96	14,37
	400 m barr.	64,31	60,75	54,90	52,70
	Heptatlo/Decatlo	5099 p	5615 p	6522 p	7178 p
Saltos	Altura	1,68	1,78	1,99	2,10
	Vara	3,81	4,13	4,65	5,03
	Comprimento	5,55	6,01	6,90	7,37
	Triplo	11,86	12,85	14,49	15,45
Lançamentos	Peso	15,07	16,67	16,29	17,97
	Disco	50,66	56,10	51,23	56,69
	Martelo	58,00	64,20	60,84	67,36
	Dardo	50,35	55,77	65,79	72,85