

REGULAMENTO

1. Os alunos devem participar nas provas do seu próprio escalão etário.
 - 1.1. Excecionalmente, será permitida a subida de alunos ao escalão etário imediatamente acima do seu para completar equipas de estafeta desse escalão.
 - 1.2. Não é permitida a descida de escalão em nenhuma circunstância.
2. Cada aluno pode participar em duas provas individuais mais uma estafeta.
3. Cada escola pode apresentar o número de alunos e de estafetas que entender.
 - 3.1. Eventuais equipas mistas contam para a classificação masculina.
 - 3.2. As equipas de estafeta constituídas por alunos de diferentes escalões etários, contam apenas para as classificações (individual e coletiva) do escalão do elemento mais velho.
4. O apuramento para as finais das corridas de velocidade e barreiras será feito com base nos tempos realizados nas eliminatórias.
 - 4.1. Haverá finais separadas por sexo e escalão etário.
5. As estafetas serão disputadas por séries.
 - 5.1. A classificação das estafetas será ordenada de acordo com os tempos realizados.
6. No salto em altura os alunos terão direito a 2 ensaios a cada altura e 3 ensaios quando restarem apenas 3 alunos em prova.
7. Nos restantes concursos (salto em comprimento e lançamentos):
 - 7.1. Até 12 concorrentes, todos os alunos terão direito a 4 ensaios
 - 7.2. Se houver mais de 12 concorrentes, todos terão direito a 3 ensaios de qualificação (com medição por níveis), após o que os 4 primeiros terão direito a mais 2 ensaios finais (com medição convencional).
 - 7.2.1. Em caso de empate no mesmo nível após os ensaios de qualificação, somam-se os níveis dos 3 ensaios de qualificação; e se o empate persistir, passam aos ensaios finais todos os participantes que estejam em igualdade com o 4º melhor classificado.

Exemplo: os três melhores c/ nível 7 e mais 3 com nível 6 e, destes, dois deles com o mesmo somatório, passam os cinco aos ensaios finais.

INSCRIÇÕES

1. As inscrições serão efetuadas na plataforma **Place** até ao dia 16/maio.
2. Os alunos podem ser inscritos num máximo de 2 provas individuais.
3. A composição das estafetas será indicada no próprio dia da competição num formulário próprio (só podem participar nas estafetas os alunos inscritos em provas individuais e com dorsal atribuído).
4. A DSDE terá de enviar à AARAM as inscrições em formato .xlsx (folha Excel), até ao dia 17/maio, indicando os seguintes dados: identificação da escola; dorsal; nome do aluno (mínimo 2 nomes e máximo 3 nomes); data de nascimento (completa); provas individuais em que se inscreve (máximo: duas provas).
5. No dia da prova as inscrições terão de ser confirmadas para elaboração das séries - não serão permitidas trocas de prova.

CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL E ESTAFETAS

1. Haverá classificação em cada prova individual, por escalão e sexo.
2. Nas provas individuais, os alunos do escalão de juniores/seniores competem em conjunto com os juvenis, havendo apenas uma classificação única por sexo, sendo, no entanto, premiados os 3 primeiros juvenis e o primeiro júnior/sénior.
3. Eventuais equipas mistas nas estafetas serão consideradas na classificação masculina.
4. Nas provas de estafeta, os escalões de juvenis e juniores/seniores competem em conjunto, havendo apenas uma classificação única por sexo.

CLASSIFICAÇÕES COLETIVAS

Estão previstas quatro classificações coletivas:

- Infantis 1
- Infantis 2
- Iniciados
- Jovens (juvenis + Juniores/seniores)

Em cada uma destas classificações estão previstas as seguintes regras:

1. São consideradas as classificações nas provas de ambos os sexos do mesmo escalão etário;
2. Para efeito de pontuação coletiva são considerados os dois melhores alunos (ou as duas melhores estafetas) de cada escola em cada uma das provas;
3. Os restantes alunos ou estafetas (para além do/a segundo/a de cada escola) serão ignorados para efeito das classificações coletivas.
4. As pontuações serão atribuídas do seguinte modo:
 - **provas individuais:** 1º - 8 pontos, 2º - 7 pontos, 3º - 6 pontos, 4º - 5 pontos, 5º - 4 pontos, 6º - 3 pontos, 7º - 2 pontos e 1 ponto a todos os restantes (considerando-se apenas os dois melhores alunos de cada escola);
 - nas **estafetas** a pontuação é duplicada: 1º - 16 pontos, 2º - 14 pontos, ... 8º e seguintes – 2 pontos (considerando-se apenas as duas melhores estafetas de cada escola);
5. Em caso de empate na classificação individual, os pontos serão repartidos de forma equitativa;
6. Bonificação por contributo para o **ajuizamento** das provas: 3 ou + alunos – 6 pontos; 2 alunos – 4 pontos e 1 aluno – 2 pontos.
7. Em cada classificação coletiva vence a escola que, no final dos campeonatos, somar o maior número de pontos.
8. Em caso de empate vence a escola com o maior número de títulos; se o empate persistir, considera-se o maior número de segundos lugares e assim sucessivamente.

PRÉMIOS

- Infantis 1, Infantis 2, Iniciados e Juvenis:
 - Medalhas para os 3 primeiros classificados em cada prova de cada escalão e sexo (provas individuais e estafetas);
- Juniores/seniores:
 - Medalhas para o primeiro classificado em cada prova individual e em cada sexo;
- Troféus para as 3 primeiras escolas em cada uma das 4 classificações coletivas.



PROGRAMA – ATLETISMO – 1 MANHÃ

21 DE MAIO DE 2024 – ESTÁDIO DE CÂMARA DE LOBOS

Hora	Prova	Sexo	Inf.1 2013 e 2014	Inf.2 2011 e 2012	Inic 2009 e 2010	Juv 2007 e 2008	Jun/Sen 2006 e anter.	Obs
Até 9h								
Chegada das equipas e confirmação das inscrições								
9h30	Vórtex	F	Inf 1					125 g – sector 1
	Vórtex	F		Inf 2				125 g – sector 2
	Altura	F			Inic	Juv	Jun/Sen	1,04 (+4 cm) →
9h30	60 m	M	Inf 1					Eliminatórias
9h45	60 m	M		Inf 2				Eliminatórias
10h00	60 m	M			Inic			Eliminatórias
10h15	60 m	M				Juv	Jun/Sen	Eliminatórias
10h30	60 m - Final	M	Inf 1					8 melhores tempos
10h35	60 m - Final	M		Inf 2				8 melhores tempos
10h40	60 m - Final	M			Inic			8 melhores tempos
10h45	60 m - Final	M				Juv	Jun/Sen	8 melhores tempos
10h50	Vórtex	M	Inf 1					125 g – sector 1
	Vórtex	M		Inf 2				125 g – sector 2
	Altura	M			Inic	Juv	Jun/Sen	1,12 (+4 cm) →
10h50	60 m	F	Inf 1					Eliminatórias
11h05	60 m	F		Inf 2				Eliminatórias
11h20	60 m	F			Inic			Eliminatórias
11h35	60 m	F				Juv	Jun/Sen	Eliminatórias
11h45	60 m - Final	F	Inf 1					8 melhores tempos
11h50	60 m - Final	F		Inf 2				8 melhores tempos
11h55	60 m - Final	F			Inic			8 melhores tempos
12h00	60 m - Final	F				Juv	Jun/Sen	8 melhores tempos
12h15	Entrega de prémios							

Notas:

- Nos **60m** qualificam os 6 melhores tempos para as respetivas finais
- **Vórtex- 3 ensaios** para todos com medição por níveis, apuram-se os **4 melhores** para realizar **mais 2 ensaios** com medição convencional.
- **Salto em Altura** – 2 ensaios a cada altura ou 3 ensaios quando restam 3 alunos em prova.

PROGRAMA – ATLETISMO - 2 TARDE

21 DE MAIO DE 2024 – ESTÁDIO DE CÂMARA DE LOBOS

Hora	Prova	Sexo	Inf.1 2013 e 2014	Inf.2 2011 e 2012	Inic 2009 e 2010	Juv 2007 e 2008	Jun/Sen 2006 e anter.	Obs
Até 14h30	Chegada das equipas e confirmação das inscrições							
15h00	Comprimento	F	Inf 1					Caixa 1 (3+2 ensaios)
	Comprimento	F		Inf 2				Caixa 2 (3+2 ensaios)
	Peso	F			Inic			3 kg
15h15	Estafeta Anéis	M	Inf 1					tempo
15h30	Estafeta Anéis	M		Inf 2				tempo
15h30	Peso	F				Juv	Jun/Sen	3 kg
15h45	Estafeta sueca	M			Inic			100+200+300+400m
16h00	Estafeta sueca	M				Juv	Jun/Sen	100+200+300+400m
16h00	Comprimento	M	Inf 1					Caixa 1 (3+2 ensaios)
	Comprimento	M		Inf 2				Caixa 2 (3+2 ensaios)
	Peso	M			Inic			4 kg
16h15	Estafeta sueca	F			Inic			100+200+300+400m
16h30	Estafeta sueca	F				Juv	Jun/Sen	100+200+300+400m
16h30	Peso	M				Juv	Jun/Sen	5 kg
16h45	Estafeta Anéis	F	Inf 1					tempo
17h00	Estafeta Anéis	F		Inf 2				tempo
17h15	Entrega de prémios							

Notas:

- **Salto em Comprimento - 3 ensaios** para todos com medição por níveis, apuram-se os **4 melhores** para realizar **mais 2 ensaios** com medição convencional.
- **Peso - 3 ensaios** para todos com medição por níveis, apuram-se os **4 melhores** para realizar **mais 2 ensaios** com medição convencional.
- **Estafetas** – as classificações são ordenadas de acordo com os tempos de chegada.