



QUADRO COMPETITIVO REGIONAL 2024/2025

Síntese

Principais normas regulamentares das competições organizadas pela
Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

Direção Técnica

Após discussão nas reuniões de clubes para aprovação do calendário da corrente época, apresenta-se um resumo do quadro competitivo e das respetivas normas regulamentares a vigorar em 2024/2025 (as alterações estão assinaladas a AZUL).

CAMPEONATOS REGIONAIS

AMBIENTE	CAMPEONATOS	TÍTULOS INDIVIDUAIS	TÍTULOS COLETIVOS
Pista inverno (Nov-Fev)	CR Absolutos de Inverno	Absolutos / s23 (exceto estafetas)	Absolutos
	CR Inverno Sub-18+Sub-20	Sub-18 / Sub-20	Sub-18+Sub-20 (em conjunto)
	CR Inverno Sub-14+Sub-16	Sub-14 / Sub-16	Sub-14+Sub-16 (em conjunto)
	CR Veteranos de Inverno	Veteranos	Veteranos (conjunto - F+M)
	CR Lançamentos Longos	Abs / s20 / s18	-
Pista verão (mar-jul)	CR Absolutos de Verão	Absolutos / s23 (exceto estafetas)	Absolutos
	CR Sub-20	Sub-20	Sub-20
	CR Sub-18	Sub-18	Sub-18
	CR Sub-16	Sub-16	Sub-16
	CR Sub-14	Sub-14	Sub-14
	CR Veteranos de verão	Veteranos	Veteranos (conjunto - F+M)
Estrada	CR Estrada – Absolutos	Abs / s23 / Vet	Absolutos C. Lobos -> Funchal
	CR Estrada Sub-18+Sub-20	Sub-18 / Sub-20	Sub-18+Sub-20 (em conjunto) GP Santa Luzia
	CR Estrada Sub-16	Sub-16	Sub-16 1º Maio
	CR Estrada Sub-14	Sub-14	Sub-14 1º Maio
	CR Meia-Maratona	Abs / Vet	Absolutos Meia do Porto Santo
	CR Milha	Abs / Vet / s23 / s20 / s18	Absolutos Milha Urbana do Funchal
Corta-Mato	CR Corta-Mato – Absolutos	Abs / Vet / s23	Absolutos Chão das Feiteiras
	CR Corta-Mato Sub-18+Sub-20	Sub-18 / Sub-20	Sub-18+Sub-20 (em conjunto) Chão das Feiteiras
	CR Corta-Mato Jovem Escolar	s10 / s12 / s14 / s16	Sub-10 a Sub-16 Funchal - Lido
Montanha	CR Montanha – Absolutos	Abs / Vet / s23	Absolutos Porto Moniz
	CR Montanha Sub-20	Sub-20	Sub-20 Porto Moniz
Trail	CR Trail Ultra	Absolutos	Absolutos T Porto Moniz – 48km
	CR Trail (Longo)	Absolutos	Absolutos T Câmara de Lobos - 26km
	CR Trail Sprint	Absolutos / s23	Absolutos Porto Santo NT – 8km
	CR Trail Sub-20	Sub-20	- Camacha Trail – 9km
	CR Trail Sub-18	Sub-18	- Camacha Trail – 9km

TROFÉUS DE REGULARIDADE

Troféus de carácter coletivo que premeiam os clubes com maior regularidade competitiva.

TROFÉUS DE REGULARIDADE	CLASS. INDIVIDUAL	CLASS. COLETIVA
Troféu "Madeira a Correr"	Absolutos	Absolutos
Troféu "Mini Madeira a Correr"	s14 / s16 / s18	Conjunta (s14+s16+s18)
Troféu "Trail Madeira"	Absolutos	Absolutos
Troféu "Trail Jovem da Madeira"	Conjunta (s18 + s20)	-
Circuito de Montanha	Absolutos	Absolutos
Taça da Madeira (absolutos)	-	Absolutos (conjunta: F + M)
Taça Fun'Athletics – sub-12	-	Sub-12 (conjunta: F + M)

CAMPANHA VIVA O ATLETISMO

TORNEIOS	CLASS. INDIVIDUAL	CLASS. COLETIVA
Viva o Corta-Mato	s14 / s16	Conjunta
Salto em Altura Jovem	s14 / s16 / s18	Conjunta
Triatlo Técnico	s14 / s16 / s18	Conjunta
Quilómetro Jovem	s12 / s14 / s16 / s18	Conjunta (s18+s16+s14)
Atleta Completo	s14 / s16	Conjunta
Olímpico Jovem	s14 / s16 / s18	-

Nota: Considera-se o Atleta Completo para a atribuição dos títulos regionais em provas combinadas nos escalões de Sub-14 e Sub-16.

IMPORTANTE!

Até 31 de Dezembro, os atletas já competem no escalão de 2025, com as seguintes exceções:

- nas provas de **Corta-Mato**, os atletas competem de acordo com os **escalões de 2024**;
- em provas de pista (nomeadamente aquelas com engenhos ou barreiras diferenciadas por escalão) os atletas podem optar por competir no seu escalão de 2024.

Nas páginas seguintes é apresentado um **resumo** das características e regulamentos dos Campeonatos, Taças e Troféus acima mencionados (as alterações estão assinaladas a AZUL).

O formato das classificações coletivas de pista foi totalmente reformulado.

PISTA - CLASSIFICAÇÃO COLETIVA DOS CAMPEONATOS REGIONAIS – ABSOLUTOS (INVERNO)

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
CR Absolutos (inverno)	1	14-15 Dez	s23 a Vet	P. Combinadas	Pentatlo / Heptatlo		
	2	11 Jan	s18 a Vet	2 provas/dia (total 3 provas - ou 4 se 1 for estafeta)	60, 400, 1500, 3/5000Mx, Cp, Vr, Ps	1+1 por clube (1 estafeta)	Todos os clubes pontuam: 1º atleta: 8,6,5,4,3,2,1...1p 2º atleta: 1p
	3	12 Jan			60b, 200, 800, 3000, Alt, Tp, 4x400	(ignoram-se os restantes)	Estafetas: 8,6,4,2...2p
<p>Classificam-se, em cada sexo, todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas classificados (ou 1 estafeta) durante as 3 jornadas da competição. Prémios: medalhas aos 3 primeiros (1ª estafeta) e troféus aos 3 primeiros clubes.</p> <p>Notas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Os atletas do escalão de sub-18 não podem participar nas provas de Peso (M) (RGC). - Os atletas do escalão de sub-18 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova, de corrida ou marcha, de distância igual ou superior a 300m (RGC). - Os atletas do escalão de sub-20 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova, de corrida ou marcha, de distância igual ou superior a 400m (RGC). 							

PISTA - CLASSIFICAÇÃO COLETIVA DOS CAMPEONATOS REGIONAIS – SUB-18/SUB-20 (INVERNO)

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
CR s18/s20 (inverno)	1	14-15 Dez	s18 e s20	P. Combinadas	Pentatlo / Heptatlo (classificações conjuntas s18+s20 p/ a coletiva)		Todos os clubes pontuam: 1º atleta: 8,7,6,5,4,3,2,1...1p 2º atleta: 1p
	2	4 Jan	s18 e s20	2 provas/dia (total 3 provas - ou 4 se 1 for estafeta)	Conjuntas: 60, 1500, 3/5000Mx, Cp, Vr Separadas: 300, Ps5 (s18) / 400, Ps6 (s20)	1+1 por clube (1 estafeta)	Todos os clubes pontuam: Conjuntas: 1º atleta: 8,7,6,5,4,3,2,1...1p Separadas: 1º atleta: 4,3,2,1...1p
	3	5 jan	s18 e s20		Conjuntas: 200, 800, 3000, Tp, Alt, 4x1234 Separadas: 60b.91 (s18) / 60b.99 (s20)	(ignoram-se os restantes)	2º atleta: 1p Estafetas: 8,6,4,2...2p
<p>Classificação coletiva conjunta (s18+s20)</p> <p>Classificam-se, em cada sexo, todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas classificados (ou 1 estafeta) durante as 3 jornadas da competição. Prémios: jornada 1 – a indicar no respetivo programa / jornadas 3 e 4 – medalhas ao primeiro de cada escalão (s18 e s20) e à 1ª estafeta e troféu ao primeiro clube.</p> <p>Notas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Os atletas do escalão de sub-18 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova, de corrida ou marcha, de distância igual ou superior a 300m (RGC). - Os atletas do escalão de sub-20 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova, de corrida ou marcha, de distância igual ou superior a 400m (RGC). 							

PISTA - CLASSIFICAÇÃO COLETIVA DOS CAMPEONATOS REGIONAIS – SUB-14/SUB16 (INVERNO)

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
CR s14/s16 (inverno) Classificação coletiva conjunta (s14+s16)	1	23 Nov	s14 e s16	Testes + estafeta (partic. conjunta)	Testes: 20L + Deca + LF Estafeta dos 5 anéis (15m)	Até 12 atletas por clube 2 estafetas	Testes: 1 ponto por atleta Estafetas: 8,6,4,2...2p
	2	30 Nov	s14 e s16	Torneio FUN (equipas de 4)	s14 – 4x50b + Vórtex + Estaf. Saltos s16 – Dardo + Quádruplo step + 4x300m	2 equipas /clube /escalão	Todos os clubes pontuam: 8,6,4,2...2p
	3	8 Dez	s14 e s16	2 provas/dia	Salto em Altura Jovem		
	4	21 Dez	s14 e s16	P. Combinadas	Triatlo Jovem		
	5	11 Jan	s14 e s16		s14: 150, Cp, Ps s16: 300, 1500obs, Alt, Mt	2 por clube (2 estafetas)	Todos os clubes pontuam: 8,7,6,5,4,3,2,1...1p
	6	1 Fev	s14 e s16		s14: 4x60, 2000Mx, Qdp, Mt s16: 4x80, 300b, 4000Mx, Vr, Ps	(ignoram-se os restantes)	Estafetas: 8,6,4,2...2p
	7	9 Fev	s14 e s16	2 provas/dia	s14: 50b, 600, VrD, Dd s16: 60b, 800, Cp, Dd		
	8	16 fev	s14 e s16		s14: 60, 1000, Alt, Dc s16: 60, 1500, Tp, Dc		

Classificam-se, em cada sexo, todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas classificados (ou 1 estafeta) durante as 8 jornadas da competição.
Prémios: jornadas 1 e 2 – a indicar no respetivo programa / jornadas 3 a 8 – medalhas aos 3 primeiros em cada prova e à 1ª estafeta e troféu ao primeiro clube.

Notas:
- Os atletas do escalão de sub-14 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova, de corrida ou marcha, de distância igual ou superior a 150m (RGC).
- Os atletas do escalão de sub-16 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova, de corrida ou marcha, de distância igual ou superior a 300m (RGC).

PISTA - CLASSIFICAÇÃO COLETIVA DOS CAMPEONATOS REGIONAIS – VETERANOS (INVERNO)

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
CR Veteranos (inverno) Classificação coletiva conjunta (F+M)	1	25 Jan	Veteranos	2 provas/dia (ou 3 se 1 for estafeta)	60, 400, 1500, Alt, Ps, Mt, Dd, 4x100	1+1 por clube (1 estafeta)	Todos os clubes pontuam: 1º atleta: 8,6,5,4,3,2,1...1p 2º atleta: 1p
	2	26 Jan		200, 800, 3000, Cp, Dc, 4x400	(ignoram-se os restantes)	(classificação por Age Factor) Estafetas: 8,6,4,2...2p	

Classificam-se todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas classificados (ou 1 estafeta) durante as 2 jornadas da competição.
Prémios: medalhas ao primeiro de cada escalão (1ª estafeta) e troféu ao primeiro clube.

Age Factor: Fator de ponderação de resultados, da *World Master Athletics*, em função da idade do atleta – em cada prova os resultados dos atletas serão convertidos e a classificação é ordenada de acordo com os resultados ponderados, sendo a pontuação atribuída em função dessa ordenação.

PISTA - CLASSIFICAÇÃO COLETIVA DOS CAMPEONATOS REGIONAIS – ABSOLUTOS (VERÃO)

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
CR Absolutos (verão)	1	1 Mar	s23 a Vet		10.000m		
	2	5 Abr	s18 a Vet	1 prova/dia	4x200m, 4x800m	1+1 por clube (1 estafeta)	Todos os clubes pontuam: 1º atleta: 8,6,5,4,3,2,1...1p 2º atleta: 1p
	3	10 Mai	s18 a Vet ou s20 a Vet (5.000)	(máximo de 2 provas individuais nas quatro jornadas)	5.000m, Estaf. Olímpica (4x1248)	(ignoram-se os restantes)	Estafetas: 8,6,4,2...2p (conta 50% da pontuação obtida nas estafetas – arredondando para a unidade superior – e no mínimo: 2 pontos)
	4	24 Mai	s18 a Vet		5.000m Marcha, Estaf. Sueca (4x1234), 4x1.500m		
	5	21 Jun	s18 a Vet	2 provas/dia	100, 400, 1500, 3000obs, Cp, Vr, Ps, Mt, Dd, 4x100	1+1 por clube (1 estafeta)	Todos os clubes pontuam: 1º atleta: 8,6,5,4,3,2,1...1p 2º atleta: 1p Estafetas: 8,6,4,2...2p
	6	22 Jun	ou s20 a Vet (3000obs, Ps-M, Mt-M)	(máximo de 3 provas nos dois dias - ou 4 se 1 for estafeta)	100b/110b, 400b, 200, 800, 3000, Alt, Tp, Dc, 4x400	(ignoram-se os restantes)	(Atenção: os atletas que pontuaram em provas individuais nas jornadas 1 a 4, só podem participar em mais 2 provas individuais nas jornadas 5 e 6 – Podem participar nas estafetas)
<p>Classificam-se, em cada sexo, todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas classificados (ou 1 estafeta) durante as 6 jornadas da competição. Prémios: medalhas aos 3 primeiros (1ª estafeta) e troféus aos 3 primeiros clubes.</p> <p>Notas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - No conjunto das jornadas 1 a 4 cada atleta não pode participar em mais que 2 provas individuais. - Os atletas que pontuaram em provas individuais nas jornadas 1 a 4, só podem participar em duas provas individuais nas jornadas 5 e 6 – podem participar nas estafetas. - Os atletas do escalão de sub-18 não podem participar nas provas de 5.000m, 3.000m Obst., Peso (M) e Mt (M) (RGC). - Os atletas do escalão de sub-20 não podem participar em provas de 10.000m (RGC). - Os atletas do escalão de sub-18 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova, de corrida ou marcha, de distância igual ou superior a 300m (RGC). - Os atletas do escalão de sub-20 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova, de corrida ou marcha, de distância igual ou superior a 400m (RGC). - Provas disputadas em conjunto com os CR de Veteranos: 10.000m, 5.000m, 100m, 200m, 400m, 800m, 1.500m, 3.000m, Cp, Alt, Ps, Mt, Dd, Dc. <ul style="list-style-type: none"> . Nas provas de comprimento e altura, os veteranos só pontuam se os seus resultados forem iguais ou superiores ao mínimo estipulado para os CR Absolutos. . Nas provas de lançamentos, os veteranos só pontuam quando o engenho do seu escalão é o mesmo do de seniores. 							

PISTA - CLASSIFICAÇÃO COLETIVA DOS CAMPEONATOS REGIONAIS – SUB-20

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
CR sub-20 (verão)	1	1 Mar	s20		1.000m		
	2	5 Abr	s18 e s20	1 prova/dia* (máximo de 2 provas individuais nas quatro jornadas)	Estafeta Olímpica (4x1248)	1+1 por clube (1 estafeta)	Todos os clubes pontuam: 1º atleta: 8,6,5,4,3,2,1...1p 2º atleta: 1p Estafeta: 8,6,4,2...2p
	3	10 Mai	s20		5.000m	(ignoram-se os restantes)	
	4	24 Mai	s18 e s20		5.000m Marcha		
	5	2 Jul	s18 e s20	2 provas/dia	400b, 100, 1500, Cp, Dc	1+1 por clube (1 estafeta)	Todos os clubes pontuam: 1º atleta: 8,6,5,4,3,2,1...1p 2º atleta: 1p Estafetas: 8,6,4,2...2p
	6	16 Jul	s18 e s20	(total de 4 nas três jornadas - ou 5 se uma for em estafeta)	100b/110b, 400, 3000, Alt, Dd, 4x100	(ignoram-se os restantes)	(Atenção: os atletas que pontuaram em provas individuais nas jornadas 1 a 4, só podem participar num total de 3 provas no conjunto das jornadas 5 a 7 – ou 4 se uma for em estafeta)
	7	19 Jul	s18 e s20 ou s20 (3000obs)		200, 800, 3000obs, Vr, Tp, Ps, Mt, 4x400		
<p>Classificam-se, em cada sexo, todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas classificados (ou 1 estafeta) durante as 7 jornadas da competição. Prémios: medalhas aos 3 primeiros (1ª estafeta) e troféus ao primeiro clube.</p> <p>Notas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - No conjunto das jornadas 1 a 4 cada atleta não pode participar em mais que 2 provas individuais. - Os atletas que pontuaram em provas individuais nas jornadas 1 a 4, só podem participar num total de 3 provas no conjunto das jornadas 5 a 7 – ou 4 se uma for em estafeta. - * o limite de 1 prova por dia é aplicado a este campeonato – os atletas poderão participar numa segunda prova extra ou a contar para outro campeonato, desde que respeitando o RGC. - Os atletas do escalão de sub-18 não podem participar nas provas de 5.000m e 3.000m Obst. (RGC). - Os atletas do escalão de sub-18 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova, de corrida ou marcha, de distância igual ou superior a 300m (RGC). - Os atletas do escalão de sub-20 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova, de corrida ou marcha, de distância igual ou superior a 400m (RGC). 							

PISTA - CLASSIFICAÇÃO COLETIVA DOS CAMPEONATOS REGIONAIS – SUB-18

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
CR sub-18 (verão)	1	1 Mar	s18	1 prova/dia	1.000m (Km Jovem)	Todos pontuam	Todos os clubes pontuam: 8,7,6,5,4,3,2,1...1p
	2	8-9 Mar	s18	P. Combinadas	Heptatlo / Decatlo		(conta apenas a melhor pontuação de cada atleta)
	3	5 Abr	s16 e s18 (percurso 400m – só s18)	1 prova/dia*	Estafeta Sueca	1 estafeta por clube (ignoram-se as restantes)	Todos os clubes pontuam: Estafeta: 8,6,4,2...2p
	4	27 Abr	s18	2 provas/dia	OJ – 400, 1500, Cp, Dd		
	5	3 Mai	s18	2 provas/dia	OJ – 100, 400b, 3000, Tp, Ps, Mt	Todos pontuam	Todos os clubes pontuam: 4,3,2,1...1p
	6	4 Mai	s18	(total de 3 em jornadas consecutivas)	OJ – 100b/110b, 200, 800, 5000Mx, Alt	1 estafeta por clube (ignoram-se as restantes)	(contam apenas as 3 melhores pontuações de cada atleta)
	7	10 Mai	s18 ou s16 e s18 (4x100)	2 provas/dia	OJ – 2000obs, Vr, Dc CR – 4x100		Estafeta: 8,6,4,2...2p
	8	24 Mai		1 prova/dia*	CR - 5000Mx, Estaf. Olímpica		
	9	7 Jun	s16 e s18 ou s18 (400, 400b, 2000obs, 3000)	2 provas/dia	CR - 100, 400, 1500, 2000obs, Cp, Vr, Ps, Mt, Dd	2 por clube (1 estafeta)	Todos os clubes pontuam: 8,7,6,5,4,3,2,1...1p
	10	8 Jun		(total de 3 em jornadas consecutivas)	CR - 100b/110b, 400b, 200, 800, 3000, Alt, Tp, Dc	(ignoram-se os restantes)	Estafetas: 8,6,4,2...2p
<p>Classificam-se, em cada sexo, todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas classificados (ou 1 estafeta) durante as 10 jornadas da competição. Prémios: jornadas 4 a 7 – a indicar no respetivo programa / restantes jornadas – medalhas aos 3 primeiros e à 1ª estafeta e troféu ao primeiro clube.</p> <p>Notas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - * o limite de 1 prova por dia é aplicado a este campeonato – os atletas poderão participar numa segunda prova extra ou a contar para outro campeonato, desde que respeitando o RGC. - Os atletas do escalão de sub-16 não podem participar nas provas de 400m, 400m barr., 2.000m Obst.e 3.000m (RGC). - Os atletas do escalão de sub-16 e de sub-18 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova, de corrida ou marcha, de distância igual ou superior a 300m (RGC). 							

PISTA - CLASSIFICAÇÃO COLETIVA DOS CAMPEONATOS REGIONAIS – SUB-16

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
CR sub-16 (verão)	1	1 Mar	s16	1 prova/dia	1.000m (Km Jovem)	Todos pontuam	Todos os clubes pontuam: 8,7,6,5,4,3,2,1...1p
	2	8-9 Mar	s16	P. Combinadas	Heptatlo (AC)		(conta apenas a melhor pontuação de cada atleta)
	3	5 Abr	s14 e s16	1 prova/dia*	4x200m	2 estafetas por clube (ignoram-se as restantes)	Todos os clubes pontuam: Estafetas: 8,6,4,2...2p
	4	12 Abr	s16	Testes + estafeta	Testes: 20L + Deca + LF Estafeta dos 5 anéis (20m)	Até 12 atletas por clube 2 estafetas (ignoram-se as restantes)	1 ponto por atleta Estafeta: 8,6,4,2...2p
	5	26 Abr			OJ – 1500obs, 4000Mx, Vr, Mt	Todos pontuam	Todos os clubes pontuam: 4,3,2,1...1p
	6	27 Abr			OJ – 300, 1500, Cp, Dd, 4x80		(contam apenas as 3 melhores pontuações individuais de cada atleta)
	7	3 Mai	s16	2 provas/dia	OJ – 80, 300b, Tp, Ps		2 estafetas (ignoram-se as restantes)
	8	4 Mai			OJ – 80b/100b, 800, Alt, Dc		
	9	25 Mai			CR – 1500obs, 4000Mx, 4x80		
	10	31 Mai	s14 e s16	2 provas/dia	CR – 80, 300, 1500, Cp, Vr, Ps, Mt, Dd	2 por clube (2 estafetas) (ignoram-se os restantes)	Todos os clubes pontuam: 8,7,6,5,4,3,2,1...1p Estafetas: 8,6,4,2...2p
	11	1 Jun			CR – 80b/100b, 300b, 800, Alt, Tp, Dc		
<p>Classificam-se, em cada sexo, todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas classificados (ou 1 estafeta) durante as 11 jornadas da competição. Prémios: jornadas 5 a 8 – a indicar no respetivo programa / restantes jornadas – medalhas aos 3 primeiros e à 1ª estafeta e troféu ao primeiro clube.</p> <p>Notas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - * o limite de 1 prova por dia é aplicado a este campeonato – os atletas poderão participar numa segunda prova extra ou a contar para outro campeonato, desde que respeitando o RGC. - Os atletas do escalão de sub-14 não podem participar nas provas de 300m, 300m barr., 1.500m obst..e 3.000m (RGC). - Os atletas do escalão de sub-14 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova, de corrida ou marcha, de distância igual ou superior a 150m (RGC). - Os atletas do escalão de sub-16 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova, de corrida ou marcha, de distância igual ou superior a 300m (RGC). 							

PISTA - CLASSIFICAÇÃO COLETIVA DOS CAMPEONATOS REGIONAIS – SUB-14

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
CR sub-14 (verão)	1	1 Mar	s14	1 prova/dia	1.000m (Km Jovem)	Todos pontuam	Todos os clubes pontuam: 8,7,6,5,4,3,2,1...1p (conta apenas a melhor pontuação de cada atleta)
	2	8-9 Mar	s14	P. Combinadas	Pentatlo (AC)		
	3	5 Abr	s12* e s14	2 provas/dia	4x50b, 4x60	2 estafetas por clube (ignoram-se as restantes)	Todos os clubes pontuam: Estafetas: 8,6,4,2...2p
	4	12 Abr	s14	Testes + estafeta	Testes: 20L + Deca + LF Estafeta dos 5 anéis (15m)	Até 12 atletas por clube 2 estafetas (ignoram-se as restantes)	1 ponto por atleta Estafeta: 8,6,4,2...2p
	5	26 Abr			OJ – 150, 2000Mx, Cp, Ps, Mt	Todos pontuam	4,3,2,1...1p (contam apenas as 3 melhores pontuações individuais de cada atleta)
	6	11 Mai	s14	2 provas/dia	OJ – 60, 600, Alt, VrD, Dc		
	7	25 Mai			OJ – 60b, Qdp, Dd	2 estafetas (ignoram-se as restantes)	Estafetas: 8,6,4,2...2p
	8	28 Jun	s12* e s14	2 provas/dia	CR – 2000Mx, 4x60	2 atletas por clube 2 estafetas (ignoram-se os restantes)	Todos os clubes pontuam: 8,7,6,5,4,3,2,1...1p Estafetas: 8,6,4,2...2p
	9	29 Jun			CR – 60b, 150, 1000, Alt, Cp, Dc		

Classificam-se, em cada sexo, todos os clubes com, pelo menos, **4 atletas** classificados (ou 1 estafeta) durante as **9 jornadas** da competição.
Prémios: jornadas 5 a 7 – a indicar no respetivo programa / restantes jornadas – medalhas aos 3 primeiros e à 1ª estafeta e troféu ao primeiro clube.

Notas:

- Os atletas do escalão de sub-14 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova, de corrida ou marcha, de distância igual ou superior a 150m (RGC).
- * Os atletas do último ano do escalão de sub-12 (nascidos em 2014) podem participar na jornada de estafetas (jorn.3) e nas provas dos CR Individuais (jorn. 7, 8 e 9).

PISTA - CLASSIFICAÇÃO COLETIVA DOS CAMPEONATOS REGIONAIS – VETERANOS

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
CR Veteranos (verão) Classificação coletiva conjunta (F+M)	1	1 Mar			10.000m		
	2	10 Mai	Veteranos	1 prova/dia	5.000m, 4x100m		1º atleta: 8,6,5,4,3,2,1...1p 2º atleta: 1p (classificação por Age Factor)
	3	24 Mai			4x400m, 4x1500m	1+1 por clube (1 estafeta) (ignoram-se os restantes)	Estafetas: 8,6,4,2...2p
	4	21 Jun		2 provas/dia	100, 400, 1500, Cp, Ps, Mt, Dd		
	5	22 Jun	Veteranos	(máximo de 3 provas nos dois dias) (ou 4 se 1 for estafeta dos CR Absolutos)	200, 800, 3000, Alt, Dc		
<p>Classificam-se todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas classificados (ou 1 estafeta) durante as 5 jornadas da competição. Prémios: medalhas ao primeiro de cada escalão (1ª estafeta) e troféu ao primeiro clube.</p> <p><i>(nota: nas provas individuais do programa dos CR Absolutos em que não está prevista prova para veteranos – por exemplo: 400mB – será premiado o eventual melhor veterano APENAS A TÍTULO INDIVIDUAL, não contando para a classificação coletiva dos CR de Veteranos)</i></p> <p>Notas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estes campeonatos são disputados em simultâneo com os CR Absolutos, com exceção das provas de 4x100m e 4x400m, disputadas em jornadas distintas. - Nas provas disputadas em simultâneo com os CR Absolutos, os atletas veteranos pontuam para ambos os campeonatos, com as seguintes condicionantes: <ul style="list-style-type: none"> . Nas provas de comprimento e altura, os veteranos só pontuam para os CR Absolutos se os seus resultados forem iguais ou superiores ao mínimo estipulado para esses campeonatos. . Nas provas de lançamentos, os veteranos só pontuam para os CR Absolutos se o engenho do seu escalão for o mesmo do de seniores. <p>- Age Factor: Fator de ponderação de resultados, da World Master Athletics, em função da idade do atleta – em cada prova os resultados dos atletas serão convertidos e a classificação é ordenada de acordo com os resultados ponderados, sendo a pontuação atribuída em função dessa ordenação.</p>							

FORA DA PISTA

(Estrada / Corta Mato / Montanha / Trail)

MODELO DE CLASSIFICAÇÕES COLETIVAS (PARA AMBOS OS SEXOS)

TIPO	ESCALÃO	DISTÂNCIAS	Nº DE ATLETAS	CRITÉRIO	VENCE	DESEMPATE
ESTRADA	Absoluto (s23 a Vet)	8 a 12 km (referência)	4 (ou 3)	Pontos (por lugar)	Menor soma (1º as equipas de 4)	Melhor 4º (ou melhor 3º)
	s18 + s20 (conjunta)	3 a 5 km (referência)	3	Pontos (por lugar)	Menor soma	Melhor 3º
	Sub 16	2 a 3 km (referência)	3	Pontos (por lugar)	Menor soma	Melhor 3º
	Sub 14	1 a 2 km (referência)	3	Pontos (por lugar)	Menor soma	Melhor 3º
MEIA MARATONA	Absoluto (s23 a Vet)	21.0975m	3	Pontos (por lugar)	Menor soma	Melhor 3º
MILHA	Absoluto (s18 a Vet)	1.609m	3	Pontos (por lugar)	Menor soma	Melhor 3º
CORTA-MATO	Absoluto (s23 a Vet)	5 a 8 km	4 (ou 3)	Pontos (por lugar)	Menor soma (1º as equipas de 4)	Melhor 4º (ou melhor 3º)
	s18 + s20 (conjunta)	3 a 4 km	3	Pontos (por lugar)	Menor soma	Melhor 3º
	Sub 16	2 a 3 km	3	Pontos (por lugar)	Menor soma	Melhor 3º
	Sub 14	1 a 2 km	3	Pontos (por lugar)	Menor soma	Melhor 3º
	Sub 12	600m a 1 km	3	Pontos (por lugar)	Menor soma	Melhor 3º
	Sub 10	400m a 600m	3	Pontos (por lugar)	Menor soma	Melhor 3º
MONTANHA	Absoluto (s23 a Vet)	8 a 12 km (referência)	3	Pontos (por lugar)	Menor soma	Melhor 3º
	Sub 20	4 a 6 km (referência)	3	Pontos (por lugar)	Menor soma	Melhor 3º
TRAIL	Absoluto (s23 a Vet)	Sprint (até 24 km-E)	3	Tempos	Menor soma	Melhor 3º tempo
	Absoluto (s23 a Vet)	Longo (25 a 44 km-E)	3	Tempos	Menor soma	Melhor 3º tempo
	Absoluto (s23 a Vet)	Ultra (+ de 45 km-E)	3	Tempos	Menor soma	Melhor 3º tempo

Campeonatos de pista SEM classificação coletiva própria

Campeonatos Regionais de Inverno de Lançamentos Longos

(competição individual)

Escalão	Sexo	Provas
Absolutos s20 s18	F	Dardo, Disco e Martelo
	M	Dardo, Disco e Martelo
<p>Regulamento: Estes Campeonatos designam, em ambos os sexos, os Campeões Regionais de Lançamentos Longos de Inverno em sub18, sub20 e absolutos.</p> <p>Clarificação dos critérios de participação e atribuição de títulos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Os atletas devem participar nas provas do seu escalão etário. <ul style="list-style-type: none"> ○ Nos casos em que o engenho é igual para sub-20 e seniores (todas as provas femininas e Dardo masculino) os atletas sub-20 podem ser, simultaneamente, campeões de sub-20 e campeões absolutos. ○ No caso do lançamento do disco feminino, dado que o engenho é igual ao dos escalões superiores, as atletas sub-18 podem ser, simultaneamente, campeãs de sub-18, de sub-20 e campeãs absolutas. <p>Não têm classificação coletiva própria – mas integram a Taça da Madeira (ver regulamento próprio).</p>		
<p>Nota: Medalhas p/ os campeões regionais em cada escalão e sexo.</p>		

- **Campeonatos Regionais de Provas Combinadas de inverno**
 - Foram integrados nos vários campeonatos regionais de inverno
- **Campeonatos Regionais de Provas Combinadas de verão**
 - Foram integrados nos vários campeonatos regionais de verão (s14, s16 e s18)
 - Estes campeonatos foram suprimidos nos escalões Absoluto e de Sub-20
- **Campeonatos Regionais de Estafetas**
 - Foram integrados nos vários campeonatos regionais
- **Campeonatos Regionais 10.000m**
 - Foram integrados nos CR Absolutos e CR Veteranos (verão)

CAMPEONATOS FORA DA PISTA (Estrada / Corta Mato / Montanha / Trail)

Campeonatos Regionais de Estrada

Regulamento	
Classificação Individual	<p>Estes campeonatos designam os Campeões Regionais Absolutos e também os títulos individuais dos vários escalões de Veteranos.</p> <p>Prova dirigida aos atletas filiados na AARAM – Seniores e Veteranos.</p> <p>Há apenas uma classificação feminina e outra masculina que determinam os respetivos campeões. Vencem os atletas filiados na AARAM que obtiverem a melhor classificação.</p> <p>A classificação é elaborada em função da ordem de chegada (tempo ao tiro).</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>
Classificação Coletiva	<p>As classificações coletivas (feminina e masculina) dos Campeonatos Regionais de Estrada são elaboradas a partir das classificações individuais finais.</p> <p>A pontuação de cada clube em cada sexo é obtida a partir do somatório das classificações individuais dos seus melhores quatro (ou 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 cujo quarto (ou terceiro) elemento tenha melhor classificação.</p> <p>Troféus p/ os 3 primeiros clubes em cada sexo.</p>

Campeonatos Regionais de Estrada para sub18 e sub20

Regulamento	
Classificação Individual	<p>Prova dirigida aos atletas filiados na AARAM – Juvenis e Juniores.</p> <p>Em cada sexo são designados campeões regionais de sub18 e de sub20 os atletas de cada escalão, filiados na AARAM, que obtiverem a melhor classificação.</p> <p>A classificação é elaborada em função da ordem de chegada (tempo ao tiro).</p> <p>Medalhas para os 3 primeiros sub18 e para os 3 primeiros sub20 em cada sexo (os juvenis também contam para o pódio de juniores).</p> <p>Nota:</p> <p>Independentemente da data de realização destes campeonatos, os atletas competem de acordo com o seu respetivo <u>escalão a 1 de janeiro</u>.</p>
Classificação Coletiva	<p>Em cada sexo, <u>a classificação coletiva é conjunta</u>, agrupando os atletas <u>sub18 e sub20</u> do mesmo clube.</p> <p>As classificações coletivas são elaboradas a <u>partir das classificações individuais dos atletas</u> 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 <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>Troféus p/ o primeiro clube em cada sexo.</p>

Campeonatos Regionais de Estrada para sub14 e sub16

Regulamento	
Classificação Individual	<p>A participação poderá ser aberta a toda a população.</p> <p>São designados campeões regionais de sub14 e de sub16, em cada sexo, os vencedores da respetiva prova.</p> <p>A classificação é elaborada em função da ordem de chegada (tempo ao tiro).</p> <p>Medalhas p/ os 3 primeiros em cada escalão e sexo.</p> <p>Nota:</p> <p>Independentemente da data de realização destes campeonatos, os atletas competem de acordo com o seu respetivo <u>escalão a 1 de janeiro</u>.</p>
Classificação Coletiva	<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 Regionais de Meia Maratona (21.0975m)

Regulamento	
Classificação Individual	<p>Estes campeonatos designam os Campeões Regionais Absolutos e também os títulos individuais dos vários escalões de Veteranos.</p> <p>A participação poderá ser aberta a toda a população do escalão sénior.</p> <p>Há apenas uma classificação feminina e outra masculina que determinam os respetivos campeões. Vencem os atletas filiados na AARAM que obtiverem a melhor classificação.</p> <p>A classificação é elaborada em função da ordem de chegada (tempo ao tiro).</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>
Classificação Coletiva	<p>As classificações coletivas (feminina e masculina) dos Campeonatos Regionais de Meia Maratona 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 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/ os 3 primeiros clubes em cada sexo.</p>

Campeonatos Regionais de Corta-Mato

Regulamento	
Provas	Seniores (e veteranos): distâncias entre 5 e 8 km (Fem e Masc) + Estafeta mista (4x 1,2 a 1,5km) Sub18 e Sub20: distâncias entre 3 e 5 km (Fem e Masc)
Classificação Individual	<p>Participação destinada a atletas filiados na AARAM – sub18, sub20, Seniores e Veteranos.</p> <p>Estes campeonatos designam os Campeões Regionais Absolutos e também os títulos individuais de sub18, sub20, Sub-23 e dos vários escalões de 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"> ➤ Para esta distribuição considera-se a classificação dos Campeonatos Regionais de Corta-Mato do ano anterior e a pontuação média do <i>Madeira a Correr</i> e <i>Madeira Trail</i>. ➤ A melhor série é a última a ser disputada. <p>A classificação é elaborada em função da ordem de chegada (tempo ao tiro) independentemente da série em que participe.</p> <p>Os atletas sub18 e sub20 correm numa série separada (dado que estes campeonatos apuram para os campeonatos nacionais a realizar antes do final do ano, são considerados os escalões em vigor até 31/dez).</p> <p>- Na prova para s18 e s20 a classificação é elaborada em função da ordem de chegada (tempo ao tiro).</p> <p>- Nesta prova é utilizado o sistema de <u>final de prova após o 1º cortar a meta</u>.</p> <p>Medalhas (troféus) p/ os 3 primeiros Absolutos e para os Campeões de Sub-23</p> <p>Medalhas para os campeões de sub18, de sub20, de sub-23 e dos vários escalões de veteranos.</p>
Classificação Coletiva	<p>Há classificações coletivas por sexo e escalão (sub18+sub20 e absolutos), que são elaboradas a partir das respetivas classificações individuais.</p> <p>A pontuação de cada clube no escalão absoluto é obtida a partir do somatório das pontuações individuais dos seus quatro (ou três) elementos melhores classificados.</p> <p>A pontuação de cada clube no escalão de sub18+sub20 é obtida a partir do somatório das pontuações individuais dos seus três elementos juvenis e/ou juniores melhores classificados.</p> <p>Sagram-se Campeões Regionais os clubes filiados na AARAM que obtiverem a menor pontuação.</p> <p>Em caso de empate, dá-se preferência ao clube cujo quarto (ou terceiro) elemento tenha melhor classificação.</p> <p>Troféus p/ os três primeiros clubes absolutos e para os clubes campeões jovens em cada sexo.</p> <p>Medalhas p/ os membros das três primeiras equipas da prova de estafeta mista.</p>

Corta-Mato Jovem e Escolar

Regulamento				
	Sub10	Sub12	Sub14	Sub16
Provas	400 a 600m	500m a 1km	1 a 2km	2 a 3km
Classificação Individual	<p>Participação aberta a toda a população federada e escolar dos escalões de: sub10, sub12, sub14 e sub16.</p> <p>É disputada uma corrida por cada escalão e sexo, que definirá os respetivos campeões, mas caso o número de inscritos o justifique, os atletas poderão ser distribuídos por duas ou mais séries do mesmo escalão.</p> <p>Classificação elaborada em função da ordem de chegada (tempo ao tiro) – caso haja mais de uma série do mesmo escalão, os atletas serão ordenados de acordo com o respetivo tempo.</p> <p>É utilizado o sistema de <u>final de prova após o 1º cortar a meta</u>.</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 respetivas classificações individuais, serão elaboradas duas classificações coletivas: escolar e de clubes.</p> <p>A pontuação coletiva de cada escola ou clube é obtida a partir do somatório das pontuações individuais dos seus três elementos melhores classificados.</p> <p>As escolas podem participar com um número limitado de elementos por sexo/escalão (a definir pela DSDE).</p> <p>Os clubes inscrevem os seus atletas, indicando os que também participam pela respetiva escola (<u>o mesmo aluno pode pontuar para a sua escola e para o seu clube</u>).</p> <p>Vencem as escolas e 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>Troféu p/ o melhor clube em cada escalão e sexo – as escolas serão premiadas pela DSDE.</p>			

Campeonatos Regionais de Montanha

Regulamento	
Classificação Individual	<p>Estes campeonatos designam os Campeões Regionais Absolutos e também os títulos individuais de sub-20, de sub-23 e dos vários escalões de veteranos – distância de referência: 8 a 12km.</p> <p>Participação destinada a atletas sub20, sub23, seniores e veteranos filiados na AARAM.</p> <p>Os atletas de sub-20 participam em prova separada com uma distância entre 4 e 6km.</p> <p>Vencem os atletas filiados na AARAM que obtiverem a melhor classificação.</p> <p>Medalhas (ou troféus) p/ os 3 primeiros da classificação geral.</p> <p>Medalhas (ou troféus) p/ o melhor sub20, para o melhor sub23 e para o melhor veterano de cada escalão e sexo.</p>
Classificação Coletiva	<p>Há classificações coletivas por sexo para sub20 e para absolutos, que são elaboradas a partir das respetivas classificações individuais.</p> <p>A pontuação de cada clube é obtida a partir do somatório das pontuações individuais dos seus <u>três elementos</u> melhor 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/ os 3 primeiros clubes absolutos em cada sexo (e primeiro clube em sub20).</p>

Campeonatos Regionais de Trail

Regulamento		
Provas	Trail JOVEM	Sub18: distâncias até 15 km (Fem e Masc) Sub20: distâncias até 25 km (Fem e Masc)
	Trail SPRINT	Seniores e Veteranos: distâncias até 24 km-Esforço (Fem e Masc)
	TRAIL Longo	Seniores e Veteranos: distâncias entre 25 e 44km-Esforço (Fem e Masc)
	Trail ULTRA	Seniores e Veteranos: distâncias acima de 44km-Esforço (Fem e Masc)
Classificação Individual	<p>Estes campeonatos designam os Campeões Regionais Absolutos nas várias distâncias e também os títulos individuais dos escalões de sub18, sub20 e dos vários escalões de Veteranos.</p> <p>A participação é aberta a toda a população.</p> <p>As classificações são dadas em função da ordem de chegada (tempo ao tiro).</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>	
Classificação Coletiva	<p>Haverá classificação coletiva apenas nas provas destinadas ao escalão absoluto.</p> <p>As classificações coletivas (feminina e masculina) dos Campeonatos Regionais de Trail são elaboradas a partir das classificações individuais finais em cada um dos campeonatos.</p> <p>A pontuação de cada clube em cada sexo é obtida a partir do <u>somatório dos tempos</u> individuais dos seus melhores <u>três elementos</u>.</p> <p>Vencem os clubes filiados na AARAM que somarem o menor tempo.</p> <p>Em caso de empate, dá-se preferência ao clube cujo terceiro elemento tenha o melhor tempo.</p> <p>Troféus p/ os 3 primeiros clubes em cada sexo na competição absoluta.</p>	

OUTRAS COMPETIÇÕES

(Campanha Viva o Atletismo)

Olímpico Jovem

(competição integrada nos campeonatos regionais de cada escalão etário)

Escalão	sexo	Provas
Sub18		100, 200, 400, 800, 1500, 3000, 100/110b, 400b, 2000obs, 5000Mx, Cp, Alt, Tp, Vr, Ps, Mt, Dd, Dc
Sub16	F/M	80, 300, 800, 1500, 80/100b, 300b, 1500obs, 4000Mx, Cp, Alt, Tp, Vr, Ps, Dc, Dd, Mt, 4x80
Sub14		60, 150, 600, 1000, 60b, 2000Mx, Cp, Alt, Qp, Vr-D, Ps, Dc, Dd, Mt
<p>Regulamento: Esta competição é aberta a toda a população federada e escolar dos escalões de sub14, sub16 e sub18 e é realizada em várias jornadas.</p> <p>Os atletas podem participar no máximo de <u>duas provas por dia</u> de competição, sendo que os atletas sub-18 não podem ultrapassar um total de 3 provas em dois dias consecutivos.</p>		
<p>Nota: Medalhas para os 3 primeiros em cada prova por escalão e sexo</p>		

Atleta Completo

(competição individual e coletiva)

(competição integrada nos campeonatos regionais de cada escalão etário)

Escalão	sexo	Provas
Sub16	F	Heptatlo: 80b+Dd+Alt/80+Cp+Ps+800
	M	Heptatlo: 80+Cp+Dd/100b+Ps+Alt+1000
Sub14	F	Pentatlo Regional: 60+Ps/50b+Cp+1000
	M	Pentatlo Regional: 60+Cp/50b+Ps+1000
<p>Regulamento: Esta competição é aberta a toda a população federada e escolar dos escalões de sub14, sub16 e sub18 e é realizada em 2 dias consecutivos.</p> <p>Esta competição designa os atletas campeões regionais de provas combinadas nos escalões de sub-14 e de sub-16.</p> <p>Para se classificar, os atletas terão de completar todas as provas combinadas.</p> <p>Classificação coletiva única (ambos os sexos):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conta a melhor pontuação em cada escalão e sexo por clube. • Vence o clube com maior pontuação. 		
<p>Nota: Medalhas para os 3 primeiros em cada escalão e sexo</p> <p>Troféu para o clube vencedor</p>		

Triatlo Técnico Jovem

(competição individual e coletiva)

(competição integrada nos campeonatos regionais de cada escalão etário)

Escalão	sexo	Provas
Sub18	F	Triatlo Técnico: Alt+60b+Ps
	M	Triatlo Técnico: 60b+Ps+Alt
Sub16	F	Triatlo Técnico: Cp+60b+Ps
	M	Triatlo Técnico: 60b+Cp+Ps
Sub14	F	Triatlo Simples: Ps+60+Cp
	M	Triatlo Simples: 60+Ps+Cp
<p>Regulamento: Esta competição é aberta a toda a população federada e escolar dos escalões de sub14, sub16 e sub18 e é realizada num só dia.</p> <p>Para se classificarem, os atletas terão de completar todas as provas combinadas.</p> <p>Classificação coletiva única (ambos os sexos):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conta a melhor pontuação em cada escalão e sexo por clube. • Vence o clube com a maior pontuação. <p>Nota:</p> <p>Independentemente da data de realização desta competição, os atletas competem de acordo com o seu respetivo <u>escalão a 1 de janeiro</u>.</p>		
<p>Nota: Medalhas para os 3 primeiros em cada escalão e sexo</p> <p>Troféu para o clube vencedor</p>		

Quilómetro Jovem

(competição individual e coletiva)

(competição integrada nos campeonatos regionais de cada escalão etário)

Escalão	sexo	Provas
Sub20	F/M	1000 m
Sub18		1000 m
Sub16		1000 m
Sub14		1000 m
Sub12		1000 m
<p>Regulamento: Esta competição é aberta a toda a população federada e escolar dos escalões de sub12, sub14, sub16 e sub18.</p> <p>Cada atleta só pode participar na prova do seu escalão etário.</p> <p>Classificação coletiva única (ambos os sexos):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conta o melhor tempo em cada escalão e sexo por clube. <ul style="list-style-type: none"> ○ Os <u>sub12 e os sub20</u> não contam para a classificação coletiva. • Vence o clube com menor soma de tempos (um clube que apresente atletas em todos os escalões (s14, s16 e s18) será sempre classificado à frente de outro que apresente atletas num menor número de escalões). 		
<p>Nota: Medalhas para os 3 primeiros em cada prova por escalão e sexo</p> <p>Troféu para o clube vencedor</p>		

Viva o Corta-Mato

(competição individual e coletiva)

Escalão	sexo	Provas
Sub16	F/M	Aprox. 2,5km
Sub14		Aprox. 1,5km
<p>Regulamento: Esta competição é aberta a toda a população federada e escolar dos escalões de sub14, e sub16.</p> <p>Cada atleta só pode participar na prova do seu escalão etário.</p> <p>Classificação coletiva única (ambos os sexos):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conta o atleta melhor classificado em cada escalão e sexo por clube. • Vence o clube com menor soma de pontos (um clube que apresente atletas em ambos os escalões e ambos os sexos será sempre classificado à frente de outro que apresente atletas num menor número de escalões). • Em caso de empate para o primeiro lugar, dá-se prioridade ao clube que tenha o menor somatório considerando os respetivos segundos elementos em ambos os escalões e sexos. 		
<p>Nota: Medalhas para os 3 primeiros em cada prova por escalão e sexo</p> <p>Troféu para o clube vencedor</p>		

Salto em Altura Jovem

(competição individual e coletiva)

(competição integrada nos campeonatos regionais de inverno de Sub-14/Sub-16)

Escalão	sexo	Provas
Sub18	F/M	Altura
Sub16		Altura
Sub14		Altura
<p>Regulamento: Esta competição é aberta a toda a população federada e escolar dos escalões de sub14, sub16 e sub18.</p> <p>Cada atleta só pode participar na prova do seu escalão etário.</p> <p>Classificação coletiva única (ambos os sexos):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conta o melhor resultado em cada escalão e sexo por clube. • Vence o clube com a maior soma de resultados 		
<p>Nota: Medalhas para os 3 primeiros em cada prova por escalão e sexo</p> <p>Troféu para o clube vencedor</p>		

COMPETIÇÕES DE REGULARIDADE

- **Trail Madeira** – ver regulamento próprio
- **Trail Madeira Jovem** – ver regulamento próprio
- **Madeira a Correr** – ver regulamento próprio
- **Mini Madeira a Correr** – ver regulamento próprio
- **Circuito Regional de Montanha** – ver regulamento próprio
- **Taça da Madeira** (Absolutos) – ver regulamento próprio
- **Taça Fun’Athletics** (sub12) – ver regulamento próprio