

### CAMPEONATOS REGIONAIS ABSOLUTOS (INVERNO)

#### JORNADAS E CLASSIFICAÇÃO COLETIVA

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
<b>CR Absolutos</b> (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.</p> <p>Prémios: medalhas aos 3 primeiros (1ª estafeta) e troféus aos 3 primeiros clubes.</p> <p><b>Notas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Os atletas do escalão de sub-18 não podem participar nas provas de Peso (M) (RGC).</li> <li>- 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).</li> <li>- 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).</li> </ul>							

## CAMPEONATOS REGIONAIS DE PISTA 2024/2025

### CAMPEONATOS REGIONAIS DE VETERANOS (INVERNO)

#### JORNADAS E CLASSIFICAÇÃO COLETIVA

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
<b>CR Veteranos</b> (inverno) Classificação coletiva conjunta (F+M)	1	25 Jan	Veteranos	2 provas/dia	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 (classificação por <b>Age Factor</b> ) Estafetas: 8,6,4,2...2p
	2	26 Jan		(ou 3 se 1 for estafeta)	200, 800, 3000, Cp, Dc, 4x400	(ignoram-se os restantes)	
<p>Classificam-se todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas classificados (ou 1 estafeta) durante as 2 jornadas da competição.</p> <p>Prémios: medalhas ao primeiro de cada escalão (1ª estafeta) e troféu ao primeiro clube.</p> <p><b>Age Factor:</b> Fator de ponderação de resultados, da <i>World Master Athletics</i>, 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>							

### CAMPEONATOS REGIONAIS DE INVERNO DE SUB-18/SUB-20 (INVERNO)

#### JORNADAS E CLASSIFICAÇÃO COLETIVA

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
<b>CR s18/s20</b> (inverno)  Classificação coletiva <b>conjunta</b> (s18+s20)	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)  (ignoram-se os restantes)	Todos os clubes pontuam: Conjuntas: 1º atleta: 8,7,6,5,4,3,2,1...1p Separadas: 1º atleta: 4,3,2,1...1p 2º atleta: 1p
	3	5 Jan	s18 e s20		Conjuntas: 200, 800, 3000, Tp, Alt, 4x1234  Separadas: 60b.91 (s18) / 60b.99 (s20)		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.</p> <p>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"> <li>- 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).</li> <li>- 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).</li> </ul>							

### CAMPEONATOS REGIONAIS DE INVERNO DE SUB-14/SUB-16 (INVERNO)

#### JORNADAS E CLASSIFICAÇÃO COLETIVA - RECTIFICADO

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
<b>CR s14/s16</b> (inverno)  Classificação coletiva <b>conjunta</b> (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	1 Fev	s14 e s16	2 provas/dia	s14: 4x60, 150, 2000Mx, Qdp, Ps s16: Ps, 4000Mx	2 por clube (2 estafetas)	Todos os clubes pontuam: 8,7,6,5,4,3,2,1...1p
	6	8 Fev	s14 e s16		s14: Mt s16: 4x80, 300b, 1500obs, Cp, Vr, Mt	(ignoram-se os restantes)	Estafetas: 8,6,4,2...2p
	7	9 Fev	s14 e s16		s14: 60, 600, Cp, Dd s16: 60b, 800, Alt, Dd		
	8	16 fev	s14 e s16		s14: 50b, 1000, VrD, Alt, Dc s16: 60, 300, 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).