

REGULAMENTO

1. PARTICIPAÇÃO

- 1.1. Estes campeonatos são dirigidos a todos os atletas filiados na AARAM com mais de 34 anos.
- 1.2. Estes campeonatos atribuem os títulos de Campeão Regional de Inverno em cada escalão de Veteranos.
- 1.3. Haverá classificações individuais em cada prova, por sexo e escalão etário.
- 1.4. Cada atleta pode participar em quatro provas, desde que, pelo menos, uma das provas seja a estafeta de 4x400m ou um lançamento longo (Martelo, Dardo ou Disco), não podendo realizar mais de duas provas no mesmo dia.
- 1.5. Estes campeonatos disputam-se em simultâneo com os **Campeonatos Regionais Absolutos** e os atletas veteranos podem classificar-se em ambos os campeonatos (podem existir alguns condicionalismos que condicionem a pontuação para os CR Absolutos – ver o respetivo regulamento).
- 1.6. As provas dos CRV são as seguintes (femininos e masculinos):
 - Corridas: 60m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 3000m e 4x400m
 - Concursos: Altura, Comprimento, Peso, Martelo, Disco e Dardo
- 1.7. Todas as corridas serão disputadas por séries, não havendo lugar a finais.
 - 1.7.1. Os resultados da eventual participação de atletas veteranos nas finais dos Camp. Regionais Absolutos não serão contabilizados para efeito dos CR de Veteranos.

2. INSCRIÇÕES

- 2.1. As inscrições serão efetuadas **on-line** na plataforma fpacompeticoes.pt até **quinta-feira** anterior à competição e a participação terá de ser confirmada até uma hora antes do início de cada prova.

3. CLASSIFICAÇÃO COLETIVA

- 3.1. Estes campeonatos designam o clube **Campeão Regional de Veteranos de Inverno**, através de uma classificação coletiva única, englobando as provas de ambos os sexos
- 3.2. As equipas poderão ser constituídas por atletas de todas as categorias de veteranos.
- 3.3. Para obter classificação coletiva, cada clube terá de classificar nestes campeonatos um mínimo de quatro atletas (independentemente do sexo).
 - 3.3.1. Para a classificação coletiva contam apenas as provas dos Campeonatos Regionais de Veteranos (CRV).
- 3.4. Em cada prova pontuam até dois (1+1) atletas por clube (ou uma estafeta).
 - 3.4.1. Para este efeito, os restantes atletas do mesmo clube e outros atletas individuais serão ignorados da classificação.
 - 3.4.2. Derivações de uma determinada prova do mesmo sexo consideram-se, para este efeito, como a mesma prova. Por exemplo: lançamentos com engenhos de diferentes pesos.

- 3.4.3. Todos os clubes com atletas classificados recebem pontuação.
- 3.5. Em cada prova individual do programa dos CRV, os atletas serão ordenados de acordo com os respetivos resultados ponderados através do **Age Factor** (Fator de Idade) da *World Master Athletics*.
- 3.6. De acordo com essa ordenação e para efeito da classificação coletiva, será considerado o resultado do melhor atleta em cada prova individual ou a melhor estafeta de cada clube.
- 3.6.1. Serão, então, atribuídos 8, 6, 5, 4, 3 e 2 pontos respetivamente aos 1º, 2º, 3º, 4º, 5º e 6º classificado de cada prova e 1 ponto aos restantes atletas de outros clubes.
- 3.6.2. Ao segundo melhor atleta de cada clube será atribuído 1 ponto, independentemente da sua classificação.
- 3.7. Às estafetas serão atribuídos 8, 6 e 4 pontos às 1ª, 2ª e 3ª classificadas e 2 pontos às restantes, considerando a melhor estafeta de cada clube (o *Age Factor* não se aplica nas estafetas).
- 3.8. Em caso de empate nos tempos convertidos em corridas disputadas em séries diferentes, os pontos serão repartidos equitativamente.
- 3.9. Vence o clube que somar o maior número de pontos no conjunto das provas de ambos os sexos.
- 3.9.1. Em caso de empate, vence o clube com maior número de primeiros lugares (e se o empate subsistir, com o maior número de segundos lugares e assim sucessivamente).

4. CÂMARA DE CHAMADA

- 4.1. Nesta competição poderá haver câmara de chamada (junto ao portão sul de acesso à pista).
- 4.2. Consideram-se os seguintes tempos de acesso à câmara de chamada e entrada em pista (CDM):
- Corridas – 15 e 10 minutos antes da hora de prova
 - Altura – 25 e 20 minutos antes da hora da prova
 - Outros concursos – 20 e 15 minutos antes da hora da prova
- 4.3. Nas provas realizadas no RG3 os atletas confirmam a sua participação no próprio local da prova.

5. PRÉMIOS

- 5.1. Será atribuído um troféu ao clube vencedor.
- 5.2. Será atribuída uma medalha ao vencedor de cada prova, por sexo e escalão etário.

PROGRAMA DE PROVAS (rectificado)

31 DE JANEIRO / SÁBADO – FUNCHAL (RG3)

HORA	PROVA	SEXO	ESCALÕES	OBSERVAÇÕES
10:00	PESO (CRA)	F	VETERANOS	2 / 3 / 4 KG
10:00	MARTELO	M	VETERANOS	3 / 4 / 5 / 6 / 7,26 KG
10:45	PESO (CRA)	M	VETERANOS	3 / 4 / 5 / 6 / 7,26 KG
10:50	MARTELO	F	VETERANOS	2 / 3 / 4 KG

31 DE JANEIRO / SÁBADO – RIBEIRA BRAVA (CDM)

HORA	PROVA	SEXO	ESCALÕES	OBSERVAÇÕES
15:00	60 M (CRA)	F	VETERANOS	
15:15	60 M (CRA)	M	VETERANOS	
15:20	COMPRIMENTO (CRA)	F	VETERANOS	TÁBUA: 1M / 2,5M
16:00	DARDO	F	VETERANOS	400G/500G/600G
16:00	DARDO	M	VETERANOS	400G/500G/600G/700G/800G
16:00	1 500 M (CRA)	F	VETERANOS	
16:10	1 500 M (CRA)	M	VETERANOS	
16:10	ALTURA (CRA)	F	VETERANOS	1,00M (+4) → 1,44 (+3)
16:20	COMPRIMENTO (CRA)	M	VETERANOS	TÁBUA: 1M / 2,5M
17:00	400 M (CRA)	F	VETERANOS	
17:10	400 M (CRA)	M	VETERANOS	

1 DE FEVEREIRO / DOMINGO – RIBEIRA BRAVA (CDM)

HORA	PROVA	SEXO	ESCALÕES	OBSERVAÇÕES
10:00	Disco	F	VETERANOS	750G / 1KG
10:25	3 000 M (CRA)	F	VETERANOS	
10:25	3 000 M (CRA)	M	M60+	
10:40	3 000 M (CRA)	M	M35 → M59	
11:05	ALTURA (CRA)	M	VETERANOS	1,02M (+5) → 1,42 (+4)
11:05	Disco	M	VETERANOS	1KG / 1,5KG / 2 KG
11:10	200 M (CRA)	F	VETERANOS	
11:20	200 M (CRA)	M	VETERANOS	
11:30	800 M (CRA)	F	VETERANOS	
11:40	800 M (CRA)	M	VETERANOS	
12:15	4 x 400 M (CRA)	F	VETERANOS	
12:25	4 x 400 M (CRA)	M	VETERANOS	

Nota: CRA – prova disputada em simultâneo com os Camp. Regionais Absolutos.