

REGULAMENTO

1. INTRODUÇÃO

1.1. Esta competição conta para as classificações coletivas dos seguintes Campeonatos Regionais:

- Campeonatos Regionais de Sub-20
- Campeonatos Regionais de Sub-18
- Campeonatos Regionais de Sub-16
- Campeonatos Regionais de Sub-14.

1.2. Os clubes pontuam de acordo com o regulamento de cada campeonato.

2. PARTICIPAÇÃO

2.1. Podem participar nestes campeonatos os atletas filiados na AARAM com a sua situação devidamente regularizada.

2.2. Cada clube poderá fazer-se representar por várias estafetas.

2.3. Não é permitida a inscrição de equipas de estafetas constituídas por atletas individuais ou por atletas de diferentes clubes.

2.4. Todas as estafetas serão disputadas por séries, não havendo lugar a finais.

2.4.1. A distribuição das equipas pelas séries é competência da organização.

2.5. Os atletas podem participar num máximo de 2 provas (estafetas e/ou provas extra).

2.6. Os atletas podem participar nas estafetas do seu escalão e/ou nas estafetas do escalão imediatamente superior (por exemplo: atletas sub-16 podem participar nas estafetas de sub-16 e também de sub-18).

2.6.1. Os atletas sub-18 poderão participar também nas estafetas de seniores.

2.6.2. Os atletas sub-12 de última época (nascidos em 2015) podem participar nas estafetas sub-14.

2.7. Será permitida a participação extracompetição nas provas e escalões expressamente assinalados no programa.

3. INSCRIÇÕES

3.1. As inscrições serão efetuadas on-line na plataforma fpacompeticoes.pt até quinta-feira anterior à competição.

3.2. A constituição das equipas terá de ser confirmada até uma hora antes do início de cada prova.

3.3. Os clubes que apresentem mais do que uma equipa na mesma prova, terão de efetuar a confirmação dessas equipas em papel, junto do secretariado.

4. PRÉMIOS

4.1. Em cada sexo, serão atribuídas medalhas aos elementos que compõem as três primeiras equipas em cada escalão (sub-14, sub-16, sub-18, sub-20 e absolutos).

PROGRAMA / HORÁRIO:

SÁBADO, 11 DE ABRIL – RIBEIRA BRAVA (CDM)

Hora	PROVA	Sexo	S14	S16	S18	S20	Abs	Obs
15h00	4x 80 M	F	✓	✓				
15h10	4x 80 M	M	✓	✓				
15h20	4x 100 M	F		✓	✓			
15h30	4x 100 M	M		✓	✓			
15h40	EST. SUECA (100+200+300+400M)	F			✓	✓	✓	
15h50	EST. SUECA (100+200+300+400M)	M			✓	✓	✓	
16h00	4x 60 M	F	✓					Também s12 de último ano
16h10	4x 60 M	M	✓					Também s12 de último ano
16h20	4x 400 M	F			✓	✓		
16h30	4x 400 M	M			✓	✓		
16h45	2 000 M MARCHA	F+M	Extra					Prova extra
	3 000 M MARCHA	F+M		Extra	Extra			Prova extra
17h15	4x 1500 M	F			✓	✓	✓	
17h45	4x 1500 M	M			✓	✓	✓	