



QUADRO COMPETITIVO REGIONAL 2026/2027

Síntese

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

24/set/2026

Direção Técnica

Após discussão nas reuniões com representantes dos clubes para aprovação do calendário da corrente época, apresenta-se um resumo do quadro competitivo e das respetivas normas regulamentares a vigorar em 2026/2027 (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 Meia-Maratona	Abs / Vet	Absolutos Meia do Porto Santo
	CR Estrada – 10 km	Abs / s23 / Vet	Absolutos Calheta
	CR Estrada – 5 km	Abs / s23 / Vet	Absolutos Água de Pena
	CR Estrada – Milha	Abs / Vet / s23 / s20 / s18 / s16	Absolutos Ribeira Brava
	CR Estrada Sub-18+Sub-20	Sub-18 / Sub-20	Sub-18+Sub-20 (em conjunto) Santa Luzia
	CR Estrada Sub-16	Sub-16	Sub-16 1º Maio
	CR Estrada Sub-14	Sub-14	Sub-14 1º Maio
	CR Corta-Mato – Absolutos	Abs / Vet / s23	Absolutos Chão das Feiteiras
Corta-Mato	CR Corta-Mato Sub-18+Sub-20	Sub-18 / Sub-20	S18+S20 (em conjunto) Chão das Feiteiras
	CR Corta-Mato Jovem Escolar	s10 / s12 / s14 / s16	Sub-10 a Sub-16 Funchal - Lido
	CR Montanha – Absolutos	Abs / Vet / s23	Absolutos Porto Moniz ?
Montanha	CR Montanha Sub-20	Sub-20	Sub-20 Porto Moniz ?
	CR Trail Ultra	Absolutos	Absolutos P.Moniz – 46,5km
Trail	CR Trail (Longo)	Absolutos	Absolutos Porto Santo NT - 30km
	CR Trail Sprint	Absolutos / s23	Absolutos ADN Race – 14km
	CR Trail Jovem	Sub-18 / Sub-20	-
			T Ludens – 15km

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”	s12 / s14 / s16 / s18	Conjunta (s12+s14+s16+s18)
Troféu “Trail Madeira”	Absolutos	Absolutos
Troféu “Trail Jovem da Madeira”	Conjunta (s18 + s20)	-
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
Triatlo Técnico	s14 / s16	Conjunta
Quilómetro Jovem	s12 / s14 / s16 / s18	Conjunta
Atleta Completo	s14 / s16 / s18	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, Sub-16 e Sub-18.

IMPORTANTE!

Até 31 de Dezembro, os atletas já competem no escalão de 2027, com as seguintes **exceções**:

- Campeonatos Regionais de **Corta-Mato** (Chão das Feiteiras) os atletas competem de acordo com os **escalões de 2026**;
- em provas de pista (nomeadamente aquelas com engenhos ou barreiras diferenciadas por escalão) os atletas podem optar por competir no seu escalão de 2026.

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

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

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
CR Absolutos (inverno)	1	23 jan	s18 a Vet	2 provas/dia (total 3 provas - ou 4 se 1 for estafeta)	60, 400, 1500, 3/5000Mx, Cp, Vr/Alt, Ps	1+1 por clube (1 estafeta)	Todos os clubes pontuam: 1º atleta: 8,6,5,4,3,2,1...1p 2º atleta: 1p
	2	24 jan			60b, 200, 800, 3000, Alt/Vr, Tp, 4x400	(ignoram-se os restantes)	Estafetas: 8,6,4,2...2p
Classificam-se, em cada sexo, todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas (ou 1 estafeta) classificados na competição. Estes campeonatos disputam-se em simultâneo com os CR Veteranos de inverno. Prémios: medalhas aos 3 primeiros (1ª estafeta) e troféus aos 3 primeiros clubes. Notas: - Os atletas do escalão de sub-18 não podem participar nas provas de Peso (M) (RGC). - Os atletas do escalão de sub-18 e sub-20 têm de respeitar as normas de participação do respetivo escalão previstas no RGC. - Provas disputadas em conjunto com os CR de Veteranos: 60m, 200m, 400m, 800m, 1.500m, 3.000m, Cp, Alt, Ps. . 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-18/SUB-20 (INVERNO)

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
CR s18/s20 (inverno)	1	5-6 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	9 jan	s18 e s20 (e s16)*	2 provas/dia (total 3 provas - ou 4 se 1 for estafeta)	Conjuntas: 60, 1500, 3/5000Mx, Cp, Vr Separadas: s18 - 300, Ps5 s20 - 400, Ps6	1+1 por clube (1 estafeta)	Todos os clubes pontuam: Conjuntas:
		10 jan	s18 e s20 (e s16)*		Conjuntas: 200, 800, 3000, Tp, Alt, 4x200m Separadas: s18 - 60b.91 s20 - 60b.99	(ignoram-se os restantes)	1º atleta: 8,7,6,5,4,3,2,1...1p Separadas: 1º atleta: 4,3,2,1...1p 2º atleta: 1p
Classificam-se, em cada sexo, todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas (ou 1 estafeta) classificados durante a 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. Notas: - * os atletas do escalão sub-16 podem participar nas provas separadas do escalão de sub18 (300m e 60mb.91) e na estafeta de 4x200m (desde que a respetiva equipa de estafeta não tenha atletas do escalão de sub-20); - Os atletas têm de respeitar as normas de participação do respetivo escalão, previstas no RGC (artº 18º).							

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	19 dez	s14 e s16	P. Combinadas	Triatlo Jovem S14: 60+Cp+Ps / S16: 60b+Alt+Ps	2 por clube (2 estafetas) (ignoram-se os restantes)	Todos os clubes pontuam: 8,7,6,5,4,3,2,1...1p
	2	16 jan	s14 e s16	2 provas/dia	s14: 60, Alt, Mt s16: 60, 300, 1500obs, Cp, Ps		
		17 jan	s14 e s16		s14: 50b, 600, Cp, Dc s16: 60b, 800, Tp, Dc		
	3	13 fev	s14 e s16		s14: 4x60, 1000, Qdp, Ps s16: 4x80, 1500, Vr, Mt		
		14 fev	s14 e s16		s14: 150, 1000Mx, VrD, Dd s16: 300b, 3000Mx, Alt, Dd		
					Classificam-se, em cada sexo, todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas (ou 1 estafeta) classificados durante a competição. Prémios: medalhas aos 3 primeiros em cada prova e à 1ª estafeta e troféu ao primeiro clube. Notas: - Os atletas têm de respeitar as normas de participação do respetivo escalão previstas no RGC (artº 18º).		

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	23 jan	Veteranos	2 provas/dia	60, 400, 1500, Cp, Ps, Mt, Dd	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 Age Factor) Estafetas: 8,6,4,2...2p
		24 jan		(ou 3 se 1 for estafeta)	200, 800, 3000, Alt, Dc, 4x400	(ignoram-se os restantes)	
Classificam-se todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas (ou 1 estafeta) classificados na competição. Prémios: medalhas ao primeiro de cada escalão (1ª estafeta) e troféu aos 3 primeiros clubes. 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. Estes campeonatos disputam-se em simultâneo com os CR Absolutos de inverno.							

QUADRO COMPETITIVO REGIONAL 2026/2027

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

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
CR Absolutos (verão)	1	15 mai	s18-II a Vet	1 prova/dia	5.000m	1+1 por clube (1 estafeta) (ignoram-se os restantes)	Todos os clubes pontuam: 1º atleta: 8,6,5,4,3,2,1...1p 2º atleta: 1p Estafetas: 8,6,4,2...2p (Atenção: os atletas que participam nos 5.000m, depois só podem participar na jornada 2 e 3 em mais 2 provas individuais e 1 estafeta)
	2	29 mai	s18 a Vet ou s20 a Vet	2 provas/dia	100, 400, 1500, 3000obs, 5.000m Marcha Cp, Alt/Vr, Ps, Mt, Dd 4x100		
		30 mai	(3000obs, Ps-M, Mt-M)	(máximo de 3 provas nos dois dias - ou 4 se 1 for estafeta)	100b/110b, 400b, 200, 800, 3000 Vr/Alt, Tp, Dc, 4x400		
			Classificam-se, em cada sexo, todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas (ou 1 estafeta) classificados durante a competição.				
Prémios: medalhas aos 3 primeiros (1ª estafeta) e troféus aos 3 primeiros clubes.							
Notas:							
- Os atletas que participam nos 5.000m na jornada 1, só podem participar em duas provas individuais mais uma estafeta na jornada 2. - Os atletas do escalão de sub-18 não podem participar nas provas de 3.000m Obst., Peso (M) e Mt (M) (RGC). - Os atletas do escalão de sub-18 e sub-20 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova de distância igual ou superior a 300m ou 400m, respetivamente (RGC – artº18). - Os atletas do escalão de sub-18 e sub-20 que participem em provas de distância igual ou superior a 1.500m ou 3.000m, respetivamente, não podem participar depois, no mesmo dia, em provas de corrida ou marcha (incluindo estafetas – RGC – artº18).							

PISTA - CLASSIFICAÇÃO COLETIVA DOS CAMPEONATOS REGIONAIS – SUB-20

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
CR sub-20 (verão)	1	3 abr	s18 e s20	1 prova/dia*	4x400m	1+1 por clube (1 estafeta) (ignoram-se os restantes)	Todos os clubes pontuam: 1º atleta: 8,6,5,4,3,2,1...1p 2º atleta: 1p Estafetas: 8,6,4,2...2p
	2	9 mai			4x100m		
	3	22 mai		2 provas/dia	100, 400, 1500, 3000obs, 5.000m Marcha Cp, Alt/Vr, Ps, Mt, Dd		
		23 mai		(total de 3 nas duas jornadas)	100b/110b, 400b, 200, 800, 3000 Tp, Alt/Vr, Dc,		
Classificam-se, em cada sexo, todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas (ou 1 estafeta) classificados durante a competição. Prémios: medalhas aos 3 primeiros (1ª estafeta) e troféus ao primeiro clube. Notas: - * 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 3.000m Obst. (RGC). - Os atletas do escalão de sub-18 e sub-20 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova de distância igual ou superior a 300m ou 400m, respetivamente (RGC – artº18). - Os atletas do escalão de sub-18 e sub-20 que participem em provas de distância igual ou superior a 1.500m ou 3.000m, respetivamente, não podem participar depois, no mesmo dia, em provas de corrida ou marcha (incluindo estafetas – RGC – artº18).							

PISTA - CLASSIFICAÇÃO COLETIVA DOS CAMPEONATOS REGIONAIS – SUB-18

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
CR sub-18 (verão)	1	13-14 mar	s18	P. Combinadas	Heptatlo / Decatlo		
	2	3 abr		1 prova/dia*	4x100m		
	3	9 mai	s16 e s18	1 prova/dia*	Estafeta Sueca (4x1234)	2 por clube (1 estafeta)	Todos os clubes pontuam: 8,7,6,5,4,3,2,1...1p
	4	12 jun 13 jun	s16 e s18 (ver notas)	2 provas/dia (total de 3 nas duas jornadas)	100, 400, 1500, 2000obs, 5000Mx Cp, Alt/Vr, Ps, Mt, Dd 100b/110b, 400b, 200, 800, 3000, Tp, Vr/Alt, Dc	(ignoram-se os restantes)	
Classificam-se, em cada sexo, todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas (ou 1 estafeta) classificados durante a competição. Prémios: jornadas 1 – a indicar no respetivo programa / restantes jornadas – medalhas aos 3 primeiros e à 1ª estafeta e troféu ao primeiro clube. Notas: - * 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. e 2.000m Obst. (RGC – artº 18º). - Os atletas do escalão de sub-16 e sub-18 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova de distância igual ou superior a 300m (RGC – artº18º). - Os atletas do escalão de sub-16 e sub-18 que participem em provas de distância igual ou superior a 800m ou 1.500m, respetivamente, não podem participar depois, no mesmo dia, em provas de corrida ou marcha (incluindo estafetas – RGC – artº18).							

PISTA - CLASSIFICAÇÃO COLETIVA DOS CAMPEONATOS REGIONAIS – SUB-16

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
CR sub-16 (verão)	1	13-14 mar	s16	P. Combinadas	Heptatlo – F e Octatlo – M (AC)		
	2	3 abr		1 prova/dia*	CR Estafetas - 4x80m	2 por clube (2 estafetas)	Todos os clubes pontuam: 8,7,6,5,4,3,2,1...1p
		10 jul	s14 e s16 (ver notas)		80, 300, 1500, 4000Mx Cp, Alt/Vr, Ps, Mt, Dd	(ignoram-se os restantes)	
	3	11 jul		2 provas/dia	80b/100b, 300b, 800, 1500obs, Vr/Alt, Tp, Dc		
Classificam-se, em cada sexo, todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas (ou 1 estafeta) classificados durante a competição. Prémios: jornadas – medalhas aos 3 primeiros e troféu ao primeiro clube. Notas: - * 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. e 1.500m obst. (RGC – Artº 18º). - Os atletas do escalão de sub-14 e sub-16 não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova de distância igual ou superior a 150m e 300m, respetivamente (RGC – artº 18º). - Os atletas do escalão de sub-14 e sub-16 que participem em provas de distância igual ou superior a 600m ou 800m, respetivamente, não podem participar depois, no mesmo dia, em provas de corrida ou marcha (incluindo estafetas – RGC – artº18).							

PISTA - CLASSIFICAÇÃO COLETIVA DOS CAMPEONATOS REGIONAIS – SUB-14

CAMPEONATOS	JORN.	DATA	ESCALÕES	PARTICIPAÇÃO	PROVAS	PONTUAM POR PROVA	PONTUAÇÃO
CR sub-14 (verão)	1	13-14 mar	s14	P. Combinadas	Pentatlo (AC)		
	2	3 abr	s12* (de 2º ano) e s14 (ver notas)	1 prova/dia**	CR Estafetas - 4x60m	2 por clube (2 estafetas)	Todos os clubes pontuam: 8,7,6,5,4,3,2,1...1p (ignoram-se os restantes)
		3 jul			60, 600, 2000Mx, Qdp , VrD, Ps, Mt, Dd		
	3	4 jul		2 provas/dia	60b, 150, 1000, Alt, Cp, Dc		
Classificam-se, em cada sexo, todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas (ou 1 estafeta) classificados durante a competição. Prémios: jornadas – medalhas aos 3 primeiros e troféu ao primeiro clube. Notas: - * Os atletas do último ano do escalão de sub-12 (nascidos em 2015) podem participar na jornada dos CR Estafetas (jorn.2) e nas provas dos CR Individuais (jorn.3). - ** 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 (e sub-12) não podem participar, no mesmo dia, em mais do que uma prova de distância igual ou superior a 150m (RGC – artº 18º). - Os atletas do escalão de sub-14 (e sub-12) que participem em provas de distância igual ou superior a 600m não podem participar depois, no mesmo dia, em provas de corrida ou marcha (incluindo estafetas – RGC – artº18).							

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	19 jun	Veteranos	2 provas/dia	100, 400, 1500, 5000 Cp, Ps, Mt 4x100	1+1 por clube (1 estafeta) (ignoram-se os restantes)	1º atleta: 8,6,5,4,3,2,1...1p 2º atleta: 1p
		20 jun		(máximo de 3 provas nos dois dias) (ou 4 se 1 for estafeta dos CR Absolutos)	200, 800, 3000 Alt, Dc, Dd 4x400		(classificação por Age Factor) Estafetas: 8,6,4,2...2p
Classificam-se todos os clubes com, pelo menos, 4 atletas (ou 1 estafeta) classificados na competição. Prémios: medalhas ao primeiro de cada escalão (1ª estafeta) e troféu ao primeiro clube. Notas: - 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.							

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)	10 km 5 km Milha	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
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 25 km)	3	Tempos	Menor soma	Melhor 3º tempo
	Absoluto (s23 a Vet)	Longo (26 a 45 km)	3	Tempos	Menor soma	Melhor 3º tempo
	Absoluto (s23 a Vet)	Ultra (46 a 85 km)	3	Tempos	Menor soma	Melhor 3º tempo

Campeonatos de pista SEM classificação coletiva própria

Campeonatos Regionais de Inverno de Provas Combinadas

(competição individual)

Escalão	Sexo	Provas
Absolutos s20 s18	F	Pentatlo – 60b (76/84), Alt, Ps (3/4), Cp, 800
	M	Heptatlo – 60, Cp, Ps (5/6/7), Alt + 60b (91/99/1,06), Vr, 1000
Regulamento: Estes Campeonatos designam, em ambos os sexos, os Campeões Regionais de Provas Combinadas de Inverno em sub18, sub20 e absolutos. Clarificação dos critérios de participação e atribuição de títulos: - Os atletas devem participar nas provas do escalão etário correspondente ao ano civil de 2027. - Dado que a prova é exatamente a mesma, as atletas sub-20 podem ser, simultaneamente, campeãs de sub-20 e campeãs absolutas. Esta competição não tem classificação coletiva própria, mas os resultados dos Sub-18 e Sub-20 contam para os CR de inverno de Sub-18 e Sub-20 (ver regulamento próprio).		
Nota: Em cada sexo, serão atribuídas medalhas: - aos 3 primeiros sub18; - e aos campeões regionais de sub20 e absolutos.		

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
Regulamento: Estes Campeonatos designam, em ambos os sexos, os Campeões Regionais de Lançamentos Longos de Inverno em sub18, sub20 e absolutos. Clarificação dos critérios de participação e atribuição de títulos: - Os atletas devem participar nas provas do seu escalão etário. - 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. Não têm classificação coletiva própria – mas integram a Taça da Madeira (ver regulamento próprio).		
Nota: Medalhas p/ os campeões regionais em cada escalão e sexo.		

Campeonatos Regionais de 10.000m e 5.000m (sub-20)

(competição individual)

Escalão		Sexo	Provas		
Absolutos	F	10.000m	Sub-20	F	5.000m
	M	10.000m		M	5.000m
Regulamento: Estes Campeonatos designam, em ambos os sexos, os Campeões Regionais de 10.000m em Seniores e Veteranos. Designam também, em ambos os sexos, os Campeões Regionais de 5.000m em Sub-20. Os atletas do escalão de Sub-18 também podem participar nesta competição. Esta competição não tem classificação coletiva própria, mas os resultados dos 10.000m contam para a Taça da Madeira (ver regulamento próprio).					
Nota: Medalhas p/ os 3 primeiros absolutos e para o 1º nos escalões de Sub-20 e Veteranos.					

Campeonatos Regionais de Provas Combinadas (verão) / Atleta Completo

(competição individual)

Escalão	Sexo	Provas
s14 s16 s18	F	Sub-14 – Pentatlo Regional – 60, Ps (2) + 50b (65), Cp, 1000
		Sub-16 – Heptatlo – 80b (76), Alt, Dd (500) + 80, Cp, Ps (3), 800
		Sub-18 – Heptatlo – 100b (76), Alt, Ps (3), 200 + Cp, Dd (500), 800
	M	Sub-14 – Pentatlo Regional – 60, Cp + 50b (65), Ps (2), 1000
		Sub-16 – Octatlo – 80, Dd (600), Vr, 300 + 100b (84), Dc (1), Alt, 1000
		Sub-18 – Decatlo – 100, Cp, Ps (5), Alt, 400 + 110b (91), Dc (1,5), Vr, Dd (700), 1000
Regulamento: Estes Campeonatos designam, em ambos os sexos, os Campeões Regionais de Provas Combinadas de Verão em sub-14, sub-16 e sub-18. Os atletas devem participar nas provas do seu escalão etário. Esta competição tem uma classificação coletiva no âmbito do Atleta Completo, englobando os três escalões etários (ver regulamento próprio). Esta competição conta para uma classificação nacional de clubes do Atleta Completo, englobando os escalões de sub-14 e sub-16. Embora sendo uma competição autónoma, contribuem para a classificação coletiva dos seguintes campeonatos regionais de verão: s14, s16 e s18.		
Nota: Medalhas p/ os 3 primeiros em cada escalão e sexo.		

Campeonatos Regionais de Estafetas

	Sub-14	Sub-16	Sub-18	Sub-20	Absolutos
1ª jornada	4x 60m	4x 80m	4x 100m	4x 400m	Sueca (100+200+300+400m) 4x 1500m
2ª jornada	---	---	Sueca (100+200+300+400m)	4x 100m	Olímpica (100+200+400+800m)
Regulamento: Os atletas podem participar nas provas do seu escalão etário e do escalão imediatamente acima. Os atletas Sub-12 de 2º ano podem participar na prova de Sub-14. Os atletas Sub-18 podem participar também nas provas do escalão absoluto. Embora sendo uma competição autónoma, contribuem para a classificação coletiva dos seguintes campeonatos regionais de verão: s14, s16, s18 e s20.					
Nota: Medalhas p/ as primeiras equipas em cada escalão e sexo					

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

Campeonatos Regionais de Corta-Mato

Regulamento	
Provas	Seniores (e veteranos): distâncias entre 5 e 8 km (Fem e Masc) Sub18 e Sub20: distâncias entre 3 e 5 km (Fem e Masc)
Classificação Individual	Participação destinada a atletas filiados na AARAM – sub18, sub20, Seniores e Veteranos. Estes campeonatos designam os Campeões Regionais Absolutos e também os títulos individuais de sub18, sub20, Sub-23 e dos vários escalões de veteranos. Na prova destinada a seniores e veteranos, haverá uma série masculina e outra feminina. Na prova destinada aos sub-18 e sub-20, haverá uma série única para ambos os sexos. As classificações serão elaboradas em função da ordem de chegada (por tempo ao tiro). Será utilizado o sistema de final da prova após o 1º do respetivo sexo cortar a meta. 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. Prémios para os 3 primeiros Absolutos e medalhas para os 3 primeiros dos vários escalões.
Classificação Coletiva	Há classificações coletivas por sexo e escalão (sub18+sub20 e absolutos), que são elaboradas a partir das respetivas classificações individuais. 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. A pontuação de cada clube nos escalões de sub18+sub20 (os dois escalões em conjunto) é obtida a partir do somatório das pontuações individuais dos seus três elementos melhor classificados. Sagram-se Campeões Regionais os clubes filiados na AARAM que obtiverem a menor pontuação. Em caso de empate, dá-se preferência ao clube cujo terceiro elemento tenha melhor classificação. Troféus p/ os três primeiros clubes absolutos e para os clubes campeões jovens em cada sexo. Medalhas p/ os membros das três primeiras equipas da prova de estafeta mista.

Corta-Mato Jovem e Escolar

Regulamento				
Provas	Sub10 – 400 a 600m	Sub12 – 500m a 1km	Sub14 – 1 a 2km	Sub16 – 2 a 3km
Classificação Individual	Participação <u>aberta a toda a população</u> federada e escolar dos escalões de: sub10, sub12, sub14 e sub16. 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. 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. É utilizado o sistema de <u>final de prova após o 1º cortar a meta.</u> Medalhas p/ os 3 primeiros em cada escalão e sexo.			
Classificação Coletiva	Em cada escalão e sexo e a partir das respetivas classificações individuais, serão elaboradas duas classificações coletivas: escolar e de clubes. A pontuação coletiva de cada escola ou clube é obtida a partir do somatório das pontuações individuais dos seus <u>três elementos</u> melhores classificados. As escolas podem participar com um número limitado de elementos por sexo/escalão (a definir pela DSDE). 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>). Vencem as escolas e clubes que obtiverem a menor pontuação. Em caso de empate, dá-se preferência à equipa cujo terceiro elemento tenha melhor classificação. Troféu p/ o melhor clube em cada escalão e sexo – as escolas serão premiadas pela DSDE.			

Campeonatos Regionais de Estrada de 5 km e 10 km

Regulamento		
Provas	10 km	5 km
Classificação Individual	Estes campeonatos designam os Campeões Regionais Absolutos e também os títulos individuais dos vários escalões de Veteranos e do escalão de sub-23. Provas dirigidas aos atletas filiados na AARAM – Seniores e Veteranos. Há apenas uma classificação feminina e outra masculina que determinam os respetivos campeões. Vencem os atletas filiados na AARAM que obtiverem a melhor classificação. A classificação é elaborada em função da ordem de chegada (tempo ao tiro). Medalhas (ou troféus) p/ os 3 primeiros de cada sexo. Medalhas (ou troféus) p/ o melhor veterano e sub-23 de cada escalão e sexo. Os atletas do escalão de sub-20 contam para a classificação de sub-23, podendo sagrar-se campeões.	
Classificação Coletiva	As classificações coletivas (feminina e masculina) dos Campeonatos Regionais de Estrada são elaboradas a partir das classificações individuais finais. A pontuação de cada clube em cada sexo é obtida a partir do somatório das classificações individuais dos seus melhores <u>quatro (ou três) elementos</u>. Vencem os clubes filiados na AARAM que obtiverem a menor pontuação. Em caso de empate, dá-se preferência ao clube cujo quarto (ou terceiro) elemento tenha melhor classificação. Troféus p/ os 3 primeiros clubes em cada sexo.	

Campeonatos Regionais de Estrada para sub18 e sub20

Regulamento	
Classificação Individual	Prova dirigida aos atletas filiados na AARAM – sub-18 e sub-20. 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. A classificação é elaborada em função da ordem de chegada (tempo ao tiro). Medalhas para os 3 primeiros sub18 e para os 3 primeiros sub20 em cada sexo. Nota: Independentemente da data de realização destes campeonatos, os atletas competem de acordo com o seu respetivo <u>escalão a 1 de janeiro</u>.
Classificação Coletiva	Em cada sexo, <u>a classificação coletiva é conjunta</u>, agrupando os atletas <u>sub18 e sub20</u> do mesmo clube. As classificações coletivas são elaboradas <u>a partir das classificações individuais dos atletas</u> atribuindo-se o número de pontos igual à classificação de cada atleta. A pontuação de cada clube em cada sexo é obtida a partir do somatório das classificações individuais dos seus melhores <u>três elementos</u>. Vencem os clubes filiados na AARAM que obtiverem a menor pontuação. Em caso de empate, dá-se preferência ao clube que tenha o melhor terceiro elemento. Troféu p/ o primeiro clube em cada sexo.

Campeonatos Regionais de Estrada para sub14 e sub16

Regulamento	
Classificação Individual	A participação poderá ser aberta a toda a população. São designados campeões regionais de sub14 e de sub16, em cada sexo, os vencedores da respetiva prova. A classificação é elaborada em função da ordem de chegada (tempo ao tiro). Medalhas p/ os 3 primeiros em cada escalão e sexo. Nota: Independentemente da data de realização destes campeonatos, os atletas competem de acordo com o seu respetivo <u>escalão a 1 de janeiro</u>.
Classificação Coletiva	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. 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>. Vencem os clubes filiados na AARAM que obtiverem a menor pontuação. Em caso de empate, dá-se preferência ao clube que tenha o melhor terceiro elemento. Troféu p/ o primeiro clube em cada escalão e sexo.

Campeonatos Regionais de Meia Maratona (21.097,5m)

Regulamento	
Classificação Individual	Estes campeonatos designam os Campeões Regionais Absolutos e também os títulos individuais dos vários escalões de Veteranos. A participação poderá ser aberta a toda a população do escalão sénior. Há apenas uma classificação feminina e outra masculina que determinam os respetivos campeões. Vencem os atletas filiados na AARAM que obtiverem a melhor classificação. A classificação é elaborada em função da ordem de chegada (tempo ao tiro). Medalhas (ou troféus) p/ os 3 primeiros de cada sexo. Medalhas (ou troféus) p/ o melhor veterano de cada escalão e sexo.
Classificação Coletiva	As classificações coletivas (feminina e masculina) dos Campeonatos Regionais de Meia Maratona são elaboradas a partir das classificações individuais finais. Os clubes podem participar com um número ilimitado de atletas. A pontuação de cada clube em cada sexo é obtida a partir do somatório das classificações individuais dos seus melhores <u>três elementos</u>. Vencem os clubes filiados na AARAM que obtiverem a menor pontuação. Em caso de empate, dá-se preferência ao clube cujo terceiro elemento tenha melhor classificação. Troféus p/ os 3 primeiros clubes em cada sexo.

Campeonatos Regionais de Milha (1.609m) em Estrada

Regulamento	
Classificação Individual	Participação destinada a atletas filiados na AARAM – sub16, sub18, sub20, Seniores e Veteranos. Estes campeonatos designam os Campeões Regionais Absolutos e também os títulos individuais de sub16, sub18, sub20, Sub-23 e dos vários escalões de veteranos Há uma classificação geral feminina e outra masculina que determinam os respetivos campeões absolutos e classificações individuais por escalão e sexo. Os atletas do escalão sub16 não contam para a classificação geral. Vencem os atletas filiados na AARAM que obtiverem a melhor classificação geral e em cada escalão ou categoria. As classificações são elaboradas em função da ordem de chegada (tempo ao tiro). Medalhas aos 3 primeiros de cada sexo na geral. Medalhas aos primeiros em cada escalão e sexo (sub16 a Sub-23 e aos vários escalões de veteranos).
Classificação Coletiva	Haverá uma classificação coletiva feminina e outra masculina, elaboradas a partir das classificações individuais finais. Os atletas sub16 não contam para as classificações coletivas. A pontuação de cada clube em cada sexo é obtida a partir do somatório das classificações individuais dos seus melhores <u>três elementos</u>. Vencem os clubes filiados na AARAM que obtiverem a menor pontuação. Em caso de empate, dá-se preferência ao clube cujo terceiro elemento tenha melhor classificação. Troféus p/ os 3 primeiros clubes em cada sexo.

Campeonatos Regionais de Montanha

Regulamento	
Classificação Individual	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. Participação destinada a atletas sub20, sub23, seniores e veteranos filiados na AARAM. Os atletas de sub-20 participam em prova separada com uma distância entre 4 e 6km. Vencem os atletas filiados na AARAM que obtiverem a melhor classificação. Medalhas (ou troféus) p/ os 3 primeiros da classificação geral. Medalhas (ou troféus) p/ o melhor sub20, para o melhor sub23 e para o melhor veterano de cada escalão e sexo.
Classificação Coletiva	Há classificações coletivas por sexo para sub20 e para absolutos, que são elaboradas a partir das respetivas classificações individuais. A pontuação de cada clube é obtida a partir do somatório das pontuações individuais dos seus <u>três elementos</u> melhor classificados. Vencem os clubes filiados na AARAM que obtiverem a menor pontuação. Em caso de empate, dá-se preferência ao clube cujo terceiro elemento tenha melhor classificação. Troféus p/ os 3 primeiros clubes absolutos em cada sexo (e primeiro clube em sub20).

Campeonatos Regionais de Trail

Regulamento		
Provas	Trail JOVEM	Sub18 e Sub20 (em conjunto): distância até 15 km (Fem e Masc)
	Trail SPRINT	Seniores e Veteranos: distância até 25 km (Fem e Masc)
	TRAIL Longo	Seniores e Veteranos: distância entre 26 e 45 km (Fem e Masc)
	Trail ULTRA	Seniores e Veteranos: distâncias entre de 46 e 85 km (Fem e Masc)
Classificação Individual	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. A participação é aberta a toda a população. As classificações são dadas em função da ordem de chegada (tempo ao tiro). Vencem os atletas filiados na AARAM que obtiverem a melhor classificação. Medalhas (ou troféus) p/ os 3 primeiros de cada sexo. Medalhas (ou troféus) p/ o melhor veterano de cada escalão e sexo.	
Classificação Coletiva	Haverá classificação coletiva apenas nas provas destinadas ao escalão absoluto. As classificações coletivas (feminina e masculina) dos Campeonatos Regionais de Trail são elaboradas a partir das classificações individuais finais em cada um dos campeonatos. 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>. Vencem os clubes filiados na AARAM que somarem o menor tempo. Em caso de empate, dá-se preferência ao clube cujo terceiro elemento tenha o melhor tempo. Troféus p/ os 3 primeiros clubes em cada sexo na competição absoluta.	

OUTRAS COMPETIÇÕES

(Campanha Viva o Atletismo)

Viva o Corta-Mato

(competição individual e coletiva)

Escalão	sexo	Provas
Sub16	F/M	2 a 3 km (referência)
Sub14		1 a 1,5 km (referência)
Regulamento: Esta competição é aberta a toda a população federada e escolar dos escalões de sub14, e sub16. Cada atleta só pode participar na prova do seu escalão etário. Classificação coletiva única (ambos os sexos): • 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.		
Nota: Medalhas para os 3 primeiros em cada prova por escalão e sexo Troféu para o clube vencedor		

Triatlo Técnico

(competição individual e coletiva)

(competição integrada nos campeonatos regionais de cada escalão etário)

Escalão	sexo	Provas
Sub16	F	Triatlo Técnico: Alt+60b+Ps
	M	Triatlo Técnico: Ps+60b+Alt
Sub14	F	Triatlo Simples: 60+Cp+Ps
	M	Triatlo Simples: 60+Ps+Cp
Regulamento: Esta competição é aberta a toda a população federada e escolar dos escalões de sub14 e sub16 e é realizada num só dia. Para se classificarem, os atletas terão de completar todas as provas combinadas. Classificação coletiva única (ambos os sexos): • Conta a melhor pontuação (tabela de provas combinadas) em cada escalão e sexo por clube. • Vence o clube com a maior pontuação. Nota: Independentemente da data de realização desta competição, os atletas competem de acordo com o seu respetivo <u>escalão a 1 de janeiro</u>.		
Nota: Medalhas para os 3 primeiros em cada escalão e sexo Troféu para o clube vencedor		

Quilómetro Jovem

(competição individual e coletiva)

Escalão	sexo	Provas
Sub18	F/M	1000 m
Sub16		1000 m
Sub14		1000 m e 1000m Marcha
Sub12		1000 m e 1000m Marcha
Regulamento: Esta competição é aberta a toda a população federada e escolar dos escalões de sub12, sub14, sub16 e sub18. Cada atleta só pode participar numa prova do seu escalão etário. Classificação coletiva única (ambos os sexos): • Conta o melhor tempo em cada escalão e sexo por clube. • Vence o clube com menor soma de tempos (um clube que apresente atletas em todos os escalões (s12, s14, s16 e s18) e provas será sempre classificado à frente de outro que apresente atletas num menor número de escalões e provas).		
Nota: Medalhas para os 3 primeiros em cada prova por escalão e sexo Troféu para o clube vencedor		

Atleta Completo

(competição individual e coletiva)

(competição integrada nos campeonatos regionais de cada escalão etário)

(ver **Campeonatos Regionais de Provas Combinadas** - verão)

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. Para se classificar, os atletas terão de completar todas as provas combinadas. Classificação coletiva única (ambos os sexos): • Conta a melhor pontuação (tabela de provas combinadas) em cada escalão e sexo por clube. • Vence o clube com maior pontuação.
Nota: Medalhas para os 3 primeiros em cada escalão e sexo Troféu para o clube vencedor

Salto em Altura Jovem (competição individual e coletiva)

Escalão	sexo	Provas
Sub18	F/M	Altura
Sub16		Altura
Sub14		Altura
Regulamento: Esta competição é aberta a toda a população federada e escolar dos escalões de sub14, sub16 e sub18. Cada atleta só pode participar na prova do seu escalão etário. Classificação coletiva única (ambos os sexos): • Conta o melhor resultado em cada escalão e sexo por clube. • Vence o clube com a maior soma de resultados		
Nota: Medalhas para os 3 primeiros em cada prova por escalão e sexo Troféu para o clube vencedor		

Olímpico Jovem (competição individual)

Escalão	sexo	Provas
Sub18	F/M	100, 200, 400, 800, 1500, 3000, 100/110b, 400b, 2000obs, 3000Mx, Cp, Alt, Tp, Vr, Ps, Mt, Dd, Dc
Sub16		80, 300, 800, 1500, 80/100b, 300b, 1500obs, 3000Mx, Cp, Alt, Tp, Vr, Ps, Dc, Dd, Mt, 4x80
Sub14		60, 150, 600, 1000, 60b, 2000Mx, Cp, Alt, Qp, Vr, Ps, Dc, Dd, Mt, 4x60
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. 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.		
Nota: Medalhas aos 3 primeiros em cada prova por escalão e sexo		

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
- ***Taça da Madeira*** (Absolutos) – ver regulamento próprio
- ***Taça Fun’Athletics*** (sub12) – ver regulamento próprio