Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

CAMPEONATOS REGIONAIS DE INVERNO
= SUB-18 E SUB-20 =
8, 9 e 10 de janeiro de 2027
Câmara de Lobos (Estádio) e Ribeira Brava (CDM)

REGULAMENTO

1. PARTICIPAÇÃO

1.1. Estes campeonatos são dirigidos a atletas dos escalões de **sub-18 e sub-20,** filiados na AARAM e com a sua situação regularizada.

1.1.1. Poderão ainda participar atletas do escalão de **sub-16** nalgumas provas dos campeonatos (ver ponto 1.4).

1.2. Os clubes filiados na AARAM podem participar com um número ilimitado de atletas e estafetas.

1.2.1. Não é permitida a constituição de estafetas com atletas individuais ou de diferentes clubes.

1.3. Cada atleta pode participar em até 2 provas por dia, num total de 3 provas nos dois dias (ou 4 provas, se uma for a estafeta).

1.4. Nestes campeonatos, os atletas sub18 e sub20 competem em conjunto na generalidade das provas e competem separadamente nas provas que envolvam engenhos ou altura de barreiras diferentes e também nas provas de 300m (para e sub-18) e 400m (para sub-20).

1.4.1. Nas provas disputadas separadamente para o escalão de sub-18 (300m, 60mB e Peso) podem participar também atletas do escalão sub-16.

1.4.2. Na estafeta de 4x200m as equipas podem ser constituídas da seguinte forma: atletas sub-18 e sub-20 **OU** atletas sub-16 e sub-18 (isto é: na mesma equipa não pode haver atletas sub-16 e sub-20).

1.5. Os atletas devem respeitar os requisitos do *Regulamento Geral de Competições* da FPA, especialmente os enumerados no Artº 18º, que a seguir se enunciam:

1.5.1. Não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova de distância igual ou superior a 300m (Sub-18) ou 400m (Sub-20), podendo, no entanto, participar noutras provas (concursos ou corridas, incluindo qualquer percurso de estafetas), desde que respeitando o seguinte:

1.5.1.1. Os atletas que participem em provas de distância igual ou superior a 1.500m (sub-18) ou 3.000m (sub-20) **não podem**, posteriormente no mesmo dia, participar noutras provas de marcha ou corrida (incluindo estafetas).

1.6. Nas corridas inferiores a 200m, caso haja mais atletas confirmados do que pistas disponíveis, disputar-se-ão **eliminatórias** (caso contrário, a final disputar-se-á no horário previsto para as eliminatórias).

1.6.1. O **apuramento para as finais** far-se-á do seguinte modo:

1.6.1.1. Duas eliminatórias – apuram diretamente os dois primeiros de cada eliminatória, mais os restantes melhores tempos até completar os oito finalistas.

1.6.1.2. Três ou mais eliminatórias – apuram diretamente os vencedores de cada eliminatória, mais os restantes melhores tempos até completar os oito finalistas.

1.7. As corridas de distância igual ou superior a 200m serão disputadas por séries.

1.7.1. A distribuição dos atletas pelas séries é da responsabilidade da organização, procurando-se que a última série seja composta pelos atletas com melhores marcas.

1.8. Nos lançamentos e saltos horizontais, haverá lugar a 3 ensaios para todos os concorrentes, mais 3 ensaios suplementares para os concorrentes com as 8 melhores marcas (para o efeito, é considerada a classificação conjunta de sub18 e sub20).

1.9. O modo de subida das fasquias é definido nas "observações" do programa horário.

1.10. Devido aos condicionalismos da pista da Ribeira Brava, as provas de lançamento do **peso**, salto em **altura** e salto com **vara**, serão realizadas no *Estádio de Câmara de Lobos*.

2. PARTICIPAÇÃO EXTRA COMPETIÇÃO

2.1. Será permitida a participação extracompetição nas provas expressamente assinaladas no programa.

2.1.1. A eventual participação de atletas filiados noutras associações regionais, é autorizada na condição de atleta extracompetição e sem prejuízo para os atletas filiados na AARAM.

2.2. Nas provas extra de lançamentos e saltos horizontais, os atletas extra só terão direito aos 6 ensaios se tiverem uma das 8 melhores marcas ao fim do 3º ensaio, independentemente do escalão etário.

2.2.1. Quando participam em concursos dos campeonatos os atletas extra só têm acesso aos 3 ensaios finais no caso de isso não ser em prejuízo dos atletas que participam nos campeonatos.

3. INSCRIÇÕES

3.1. 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.

4. CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL

4.1. Estes campeonatos atribuem os títulos de **Campeões Regionais de Inverno** dos escalões de sub18 e de sub20 nas provas em disputa para cada escalão e sexo.

4.1.1. Se um atleta sub-18 vencer uma prova disputada em conjunto, sagrar-se-á também campeão de sub-20.

4.1.2. O ponto anterior não se aplica nas provas de 300 e 400m, nem nas provas de barreiras com diferentes alturas (60mB) e de lançamentos em que os engenhos tenham características diferentes: peso.

5. CLASSIFICAÇÃO COLETIVA

5.1. Estes campeonatos designam também os **clubes Campeões Regionais de Inverno – sub18/sub20** (classificação conjunta) em cada sexo.

5.1.1. Para efeito de classificação coletiva, estes campeonatos têm três jornadas, sendo que a primeira jornada corresponde aos Campeonatos Regionais de Provas Combinadas, entretanto já realizados.

5.2. As equipas serão constituídas por atletas dos escalões de sub-18 e sub-20.

5.3. Para obter classificação colectiva, um clube terá de classificar um mínimo de quatro atletas do mesmo sexo, durante toda a competição.

5.4. Em cada prova pontuam até dois atletas (1+1), ou uma estafeta, por clube.

5.4.1. Para este efeito, os restantes atletas do mesmo clube e outros atletas individuais serão ignorados da classificação.

5.4.2. Todos os clubes com atletas classificados recebem pontuação.

5.5. Nas provas disputadas **conjuntamente** haverá uma classificação única (sub-18 + sub-20) considerando o melhor atleta de cada clube e atribuindo 8, 7, 6, 5, 4, 3 e 2 pontos respetivamente aos 1º, 2º...e 7º classificado de cada prova e 1 ponto aos restantes.

5.6. Nas provas disputadas **separadamente**, haverá uma classificação por escalão considerando o melhor atleta/estafeta de cada clube e serão atribuídos 4, 3 e 2 pontos respetivamente aos 1º, 2º e 3º classificado de cada prova e 1 ponto aos restantes.

5.7. Ao segundo melhor atleta de cada clube, classificado em provas conjuntas ou separadas, será atribuído 1 ponto, independentemente da sua classificação.

5.8. A classificação em corridas disputadas por séries é ordenada em função dos tempos realizados por cada atleta – em caso de empate em séries diferentes, os pontos serão repartidos equitativamente.

5.9. Vence, em cada sexo, o clube cuja equipa obtenha o maior somatório de pontos no final dos campeonatos.

5.9.1. Em caso de empate, vence o clube com maior número de vitórias (se o empate persistir, vence o clube com maior número de segundos lugares, e assim sucessivamente).

6. PRÉMIOS

- Serão atribuídos troféus aos clubes vencedores em cada sexo.
- Serão atribuídas medalhas aos vencedores em cada escalão e à 1ª equipa da estafeta.

CÂMARA DE CHAMADA

- Consideram-se os seguintes tempos de entrada em pista:
  - Corridas – 10 minutos antes da hora de prova
  - Altura – 20 minutos antes da hora da prova
  - Vara – 30 minutos antes da hora da prova
  - Outros concursos – 15 minutos antes da hora da prova

PROGRAMA / HORÁRIO

8 / JANEIRO – SEXTA (CÂMARA DE LOBOS - ESTÁDIO)

Hora	Prova	Sexo	s14	s16	s18	s20	Sen	Obs
19h00	**VARA**	M		Extra	✓	✓	Extra	2,30 (+15)→ 3,20 (+10)
	ALTURA	F		Extra	✓	✓	Extra	1,17 (+4)→ 1,37 (+3)
19h15	**PESO**	F		3k	3k	4k	Extra	Extra: 4kg
20h00	**ALTURA**	M		Extra	✓	✓	Extra	1,25 (+5) → 1,40 (+4) → 1,60 (+3)
	VARA	F		Extra	✓	✓	Extra	1,85 (+15) → 2,30 (+10)
	PESO	M		5k	5k	6k	Extra	Extra 7,26kg

9 / JANEIRO – SÁBADO (RIBEIRA BRAVA - CDM)

Hora	PROVA	Sexo	s14	s16	s18	s20	Sen	Obs
15h00	**60 M**	F			✓	✓	Extra	Eliminatórias
15h10	DARDO	F+M			Extra	Extra	Extra	Extra: 600, 700 e 800g
15h15	**60 M**	M			✓	✓	Extra	Eliminatórias
15h25	**COMPRIMENTO**	F			✓	✓	Extra	
15h30	60 M	F	Extra	Extra				
15h40	60 M	M	Extra	Extra				
15h50	**60 M**	F			✓	✓		**FINAL**
15h55	**60 M**	M			✓	✓		**FINAL**
16h05	**1 500 M**	F			✓	✓	Extra	
16h15	**1 500 M**	M			✓	✓	Extra	
16h20	DARDO	F+M	Extra	Extra				Extra: 400, 500 e 600g
16h25	1 500 M	F+M		Extra				
16h30	**COMPRIMENTO**	M			✓	✓	Extra	
16h35	**3.000 M MARCHA**	F		Extra	✓	✓	Extra	
	5.000 M MARCHA	M		Extra	✓	✓	Extra	
17h15	**400 M**	F				✓	Extra	
17h20	**400 M**	M				✓	Extra	
17h30	**300 M**	F		✓	✓			
17h40	**300 M**	M		✓	✓			

10 / JANEIRO – DOMINGO (RIBEIRA BRAVA - CDM)

Hora	PROVA	Sexo	s14	s16	s18	s20	Sen	Obs
10h00	**60 M BARR.** – ELIM.	M		✓	✓	✓		5b - 13,72+9,14 / 0,91 e 1,00m
	60 M BARR.	M					Extra	1,067 m
	TRIPLO	F		Extra	✓	✓	Extra	Tábuas: 8m e 10m
	QUÁDRUPLO STEP	F	Extra					Tábuas: 8m e 10m
	DISCO	F+M	Extra	Extra				Extra: 600g, 750g e 1kg
10h10	**60 M BARR.** - ELIM	F		✓	✓	✓	Extra	5b - 13+8,5m / 0,76 e 0,84 m
10h25	**3.000 M**	F			✓	✓	Extra	
10h45	**3.000 M**	M			✓	✓	Extra	
11h00	**60 M BARR.**	F/M			✓	✓		FINAIS ?
	DISCO	F+M			Extra	Extra	Extra	Extra: 1k, 1,5k, 1,75k e 2k
11h05	**800 M**	F			✓	✓	Extra	
11h10	**TRIPLO**	M		Extra	✓	✓	Extra	Tábua: 10m e 11m
	QUÁDRUPLO STEP	M	Extra					Tábuas: 10m e 11m
11h15	**800 M**	M			✓	✓	Extra	
11h25	**200 M**	F			✓	✓	Extra	
11h35	**200 M**	M			✓	✓	Extra	
11h50	50 M BARR.	F+M	Extra					5b – 11+7m / 0,65m
12h00	**4X 200 M**	F		✓	✓	✓		
12h10	**4X 200 M**	M		✓	✓	✓		

Notas: **Quádruplo Step** (sub14) – 4 apoios alternados (EDED ou DEDE) e corrida limitada a 20m