



CAMPEONATO REGIONAL DE JUNIORES - 2008

CAMPEONATO REGIONAL DE JUNIORES

MACHICO – 21 E 22 DE JUNHO DE 2008

1. NORMAS REGULAMENTARES

- 1.1. A participação nestes campeonatos é reservada aos atletas dos escalões de **juvenis e juniores**, filiados na AARAM ou no INATEL e com a sua situação regularizada.
- 1.2. Cada clube poderá fazer-se representar por vários atletas em cada prova individual e por várias estafetas.
- 1.3. Não é permitida a inscrição de equipas de estafetas constituídas por atletas individuais, ou por atletas de diferentes clubes.
- 1.4. Os atletas poderão participar em duas provas por dia, num máximo de quatro no conjunto das duas jornadas, desde que uma delas seja a estafeta de 4x100m.
 - 1.4.1. Se o atleta faltar a alguma prova em que se inscreveu e confirmou a participação, ou não comparecer a uma final para que tenha sido apurado, sem justificação prévia e válida, não será autorizado a participar nas restantes.
 - 1.4.2. Os atletas **juniores** que participem numa prova de corrida ou marcha com distância igual ou superior a 1500m, ou **juvenis** que participem numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 800m, não podem participar em mais nenhuma prova de corrida ou de marcha nessa jornada, excepto em corridas até 110m (com ou sem barreiras), desde que disputadas antes.
 - 1.4.3. Os atletas **juvenis** não poderão participar nas corridas de 5.000 metros, nem de 3.000 metros obstáculos.
- 1.5. Nas corridas até 200m disputar-se-ão eliminatórias e final, procedendo-se ao apuramento por tempos e classificação.
- 1.6. As corridas de distância igual ou superior a 400m, serão realizadas por séries.
 - 1.6.1. Em caso de empate por tempos em séries separadas, proceder-se-á à respectiva divisão equitativa dos pontos.
 - 1.6.2. As séries serão elaboradas em função das melhores marcas de cada atleta realizadas em 2007 ou 2008, sendo a última série composta pelos atletas com melhores marcas.
- 1.7. O modo de subida das fasquias é definido nas “observações” do programa horário.

2. CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA

- 2.1. Em cada prova só poderão pontuar até um máximo de 3 (três) atletas por clube ou uma estafeta, sendo os restantes, para efeitos de pontuação, considerados como atletas individuais.
- 2.2. Serão pontuados os 8 (oito) primeiros em cada prova.
 - 2.2.1. Serão atribuídos 10, 8, 6, 5, 4, 3, 2 e 1 pontos, respectivamente, aos 1º, 2º...e 8º classificado de cada prova.
- 2.3. Para que possam obter classificação colectiva num dos sexos, os clubes devem:
 - 2.3.1. Apresentar um mínimo de 8 (oito) atletas em competição;
 - 2.3.2. Os atletas devem competir em, pelo menos, 8 (oito) provas diferentes.
- 2.4. Os clubes que obtenham a maior pontuação, separadamente em masculinos e em femininos, serão considerados vencedores do Campeonato Regional de Juniores.

3. PRÉMIOS

- 3.1. Será atribuído um troféu aos clubes vencedores (masculinos e femininos).
- 3.2. Será atribuída uma medalha ao primeiro classificado de cada prova.



CAMPEONATO REGIONAL DE JUNIORES - 2008

4. INSCRIÇÕES

4.1. As inscrições deverão ser enviadas, em ficha informatizada, para a AARAM, até Quinta-Feira (19/Junho) e confirmadas até 30 minutos antes do início das provas, na câmara de chamada.

5. PROGRAMA HORÁRIO**21 / JUNHO – SÁBADO (FUNCHAL – RG3)**

Início	Prova	Sexo	Inic	Juv	Jun	Sen	Observações
10:00	DISCO	M		✓	✓		RG3 – 1,75kg (extra – 2kg)
10:45	DISCO	F		✓	✓		RG3 – 1 kg
	DISCO	M	Extra				RG3 – 1 kg
11:30	MARTELO	M		✓	✓		RG3 – 6 kg (extra – 7,26kg)
12:10	MARTELO	F		✓	✓		RG3 – 4 kg
	MARTELO	M	Extra				RG3 – 4 kg

21 / JUNHO – SÁBADO (MACHICO)

Início	Prova	Sexo	Inic	Juv	Jun	Sen	Observações
16:30	100 M	F		✓	✓		Eliminatórias
16:40	100 M	M		✓	✓		Eliminatórias
16:45	VARA	F		✓	✓		1,90 (+15) → 2,50 (+10cm)
	VARA	F/M	Extra				
17:00	COMPRIMENTO	M		✓	✓		Tábua: 3 m
	400 M BARR.	F		✓	✓		0,76m
17:15	400 M BARR.	M		✓	✓		0,91m
17:30	100 M	F		✓	✓		Final
17:40	100 M	M		✓	✓		Final
17:50	1.500 M	F		✓	✓		
18:00	1.500 M	M		✓	✓		1,44 (+5) → 1,74 (+3cm)
	ALTURA	M		✓	✓		
18:15	3.000 M OBST.	F			✓		0,76 m
18:30	TRIPLO	F		✓	✓		Tábua: 9m
	400 M	F		✓	✓		
18:40	400 M	M		✓	✓		
18:55	5.000 M	M			✓		
19:15	4 x 100 M	F		✓	✓		
19:20	4 x 100 M	M		✓	✓		
19:30	10.000 M MARCHA	F		✓	✓		
	10.000 M MARCHA	M		✓	✓		



22 / JUNHO – DOMINGO (MACHICO)

Início	Prova	Sexo	Inic	Juv	Jun	Sen	Observações
9:45	3.000 M	M		✓	✓		
	ALTURA	F		✓	✓		1,23 (+4) → 1,43 (+3 cm)
10:00	3.000 M	F		✓	✓		
	TRIPLO	M		✓	✓		Tábua: 11m
10:15	100 M BARR.	F		✓	✓		0,84m – Eliminatórias
	PESO	M		✓	✓		6 kg (extra – 7,26kg)
10:30	110 M BARR.	M		✓	✓		1,00m – Eliminatórias
	DARDO	F		✓	✓		600g
10:45	200 M	F		✓	✓		Eliminatórias
11:00	200 M	M		✓	✓		Eliminatórias
	VARA	M		✓	✓		2,50 (+15) → 3,40 (+10cm)
	COMPRIMENTO	F		✓	✓		Tábua: 3 m
11:15	800 M	F		✓	✓		
	PESO	F		✓	✓		4kg
11:25	800 M	M		✓	✓		
11:30	DARDO	M		✓	✓		800g
11:40	100 M BARR.	F		✓	✓		0,84m – Final
11:50	110 M BARR.	M		✓	✓		1,00m – Final
12:00	200 M	F		✓	✓		Final
12:05	200 M	M		✓	✓		Final
12:15	3.000 M OBST.	M			✓		
12:30	4 X 400 M	F		✓	✓		
12:40	4 X 400 M	M		✓	✓		

6. PARTICIPAÇÃO EXTRA-COMPETIÇÃO

- 6.1. A participação extra-competição de atletas seniores, quando solicitada, poderá ser autorizada nos seguintes moldes:
 - 6.1.1. Concursos – máximo de 3 atletas por prova;
 - 6.1.2. Corridas – se houver 1 ou 2 atletas, podem participar extra-competição na prova do campeonato (não podem participar em finais nem nas séries mais fortes – a menos que haja apenas uma série);
 - 6.1.3. Corridas até 1500m – se houver mais do que 2 atletas, será realizada uma (apenas uma) série extra;
 - 6.1.4. Corridas ou provas de marcha superiores a 1500m – podem integrar a prova do campeonato um máximo de 4 atletas extra-competição.
 - 6.1.5. É dada prioridade a quem tenha melhor marca em 2008 ou 2007.
- 6.2. A participação extra-competição de atletas iniciados só é permitida em provas expressamente designadas para o efeito.
- 6.3. As solicitações de participação extra-competição e respectiva inscrição, devem ser enviadas também até quinta-feira (19/Junho).