

ÍNDICE

1.	CALENDÁRIO 2010/2011	Erro! Marcador não definido.
2.	NORMAS DAS COMPETIÇÕES REGIONAIS DO CALENDÁRIO	Erro! Marcador não definido.
2.1.	TRIATLO TÉCNICO JOVEM REGIONAL	Erro! Marcador não definido.
2.2.	CAMPEONATO REGIONAL DE CORTA MATO	Erro! Marcador não definido.
2.3.	TORNEIO ATLETA COMPLETO REGIONAL	Erro! Marcador não definido.
2.4.	KM JOVEM REGIONAL	Erro! Marcador não definido.
2.5.	TORNEIO OLÍMPICO JOVEM REGIONAL	Erro! Marcador não definido.
2.6.	CAMPEONATO REGIONAL DE JUVENIS	Erro! Marcador não definido.
2.7.	TAÇA REGIONAL DE INFANTIS E INICIADOS	Erro! Marcador não definido.
2.8.	CAMPEONATO REGIONAL DE JUNIORES E ABSOLUTOS	Erro! Marcador não definido.
3.	NORMAS DAS COMPETIÇÕES REGIONAIS A INTRODUIR NO CALENDÁRIO (PROPOSTAS)	Erro! Marcador não definido.
3.1.	CAMPEONATO REGIONAL DE JUNIORES/ABSOLUTOS DE INVERNO	Erro! Marcador não definido.
3.2.	CAMPEONATO REGIONAL DE ESTRADA	Erro! Marcador não definido.
4.	ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS	Erro! Marcador não definido.
4.1.	CORRIDAS DE BARREIRAS	Erro! Marcador não definido.
4.2.	SALTOS VERTICAIS (PROGRESSÃO DAS FASQUIAS)	Erro! Marcador não definido.
4.3.	SALTOS HORIZONTAIS (DISTÂNCIA DA TÁBUA DE CHAMADA)	Erro! Marcador não definido.
4.4.	LANÇAMENTOS (ENGENHOS)	Erro! Marcador não definido.
5.	MÍNIMOS DE PONTUAÇÃO REGIONAIS	Erro! Marcador não definido.
5.1.	INFANTIS	Erro! Marcador não definido.
5.2.	INICIADOS	Erro! Marcador não definido.
5.3.	JUVENIS	Erro! Marcador não definido.
5.4.	ABSOLUTOS	Erro! Marcador não definido.
6.	MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO	Erro! Marcador não definido.
6.1.	REGIONAIS	Erro! Marcador não definido.
6.2.	NACIONAIS	Erro! Marcador não definido.
6.3.	JOGOS DAS ILHAS	Erro! Marcador não definido.
7.	RECORDES REGIONAIS	Erro! Marcador não definido.
7.1.	INFANTIS MASCULINOS	Erro! Marcador não definido.
7.2.	INFANTIS FEMININOS	Erro! Marcador não definido.
7.3.	INICIADOS MASCULINOS	Erro! Marcador não definido.
7.4.	INICIADOS FEMININOS	Erro! Marcador não definido.
7.5.	JUVENIS MASCULINOS	Erro! Marcador não definido.
7.6.	JUVENIS FEMININOS	Erro! Marcador não definido.
7.7.	JUNIORES MASCULINOS	Erro! Marcador não definido.
7.8.	JUNIORES FEMININOS	Erro! Marcador não definido.
7.9.	ABSOLUTOS MASCULINOS	Erro! Marcador não definido.
7.10.	ABSOLUTOS FEMININOS	Erro! Marcador não definido.
8.	SELECIONADOR REGIONAL	Erro! Marcador não definido.

1. CALENDÁRIO 2011/2012

DATA	COMPETIÇÕES REGIONAIS	COMPETIÇÕES NACIONAIS	ESTÁGIOS REGIONAIS
JANEIRO 2011			
07-Jan	SÁB	Taça FPA Pr. Combinadas Taça FPA Velocidade/Barreiras	
08-Jan	DOM	Taça FPA Provas Combinadas Taça FPA Saltos	
15-Jan	DOM	Camp. Nacional Estrada (Matosinhos)	
21-Jan	SÁB	Camp. Nacionais Juniores PC	
22-Jan	DOM	Camp. Nacionais Juniores PC	
28-Jan	SÁB	Triatlo Técnico Jovem Reg. (Terceira) Km Jovem Regional (São Miguel)	Camp. Nacional Clubes Apuramento (PC)
29-Jan	DOM	Camp. Nacional Clubes Apuramento (PC)	1ª Concentração Jogos das Ilhas (Terceira) - 29 a 31 de Janeiro e 1 de Fevereiro
FEVEREIRO 2011			
04-Fev	SÁB	Triatlo Jovem em Sala (PC) Camp. Nacional Sub/23 (PC)	
05-Fev	DOM	Camp. Nacional Sub/23 (PC)	
11-Fev	SÁB	Camp. Regional Corta Mato (Pico)	Camp. Nacional Clubes Final (PC)
12-Fev	DOM	Camp. Nacional Clubes Final (PC)	
18-Fev	SÁB	Camp. Portugal Pista Coberta	
19-Fev	DOM	Camp. Portugal Pista Coberta	
26-Fev	SÁB	Camp. Nacional Corta-Mato Longo	
MARÇO 2011			
03-Mar	SÁB	Camp. Nacional de Lançamentos Longos	
04-Mar	DOM	Taça Nacional Lançamentos Juvenis	
10-Mar	SÁB	Camp. Nacional Corta-Mato Curto Camp. Nac Veteranos	
31-Mar	SÁB	Atleta Completo Regional (S. Miguel)	
ABRIL 2011			
01-Abr	DOM	Atleta Completo Regional (S. Miguel)	Taça FPA de Marcha
28-Abr	SÁB	Olimpico Jovem Regional (Terceira)	2ª Concentração Jogos das Ilhas/Centro Formação (S. Miguel) – 01 a 05 de Abril
29-Abr	DOM	Olimpico Jovem Regional (Terceira)	3ª Concentração Jogos das Ilhas (Terceira) 29 de Abril a 02 de Maio
MAIO 2011			
05-Mai	SÁB	Atleta Completo	
06-Mai	DOM	Atleta Completo	
12-Mai	SÁB	Camp. Regional de Juvenis (Terceira)	Km Jovem (Nacional)
13-Mai	DOM	Camp. Regional de Juvenis (Terceira)	
19-Mai	SÁB	Camp. Nacional Clubes Apuramento	4ª Concentração Jogos das Ilhas (S. Miguel) - 18 a 22 de Maio
20-Mai	DOM	Camp. Nacional Clubes Apuramento	
28-Mai	SÁB	Camp. Portugal e Juvenis de Pr. Comb.	Jogos das Ilhas 2011 - (26 a 28 de Maio)
29-Mai	DOM	Camp. Portugal e Juvenis de Pr. Comb.	
JUNHO 2011			
02-Jun	SÁB	30º Olímpico Jovem Nacional	
03-Jun	DOM	30º Olímpico Jovem Nacional Camp. Nacional de Montanha	
09-Jun	SÁB	Taça Reg de Infantis e Iniciados (S. Miguel)	Camp. Nacional Clubes - Final
10-Jun	DOM	Taça Reg de Infantis e Iniciados (S. Miguel)	Camp. Nacional Clubes - Final
16-Jun	SÁB	Camp. Reg. Juniores e Absolutos (S. Miguel)	
17-Jun	DOM	Camp. Reg. Juniores e Absolutos (S. Miguel)	
23-Jun	SÁB	Camp. Nacional Juniores	
24-Jun	DOM	Camp. Nacional Juniores	
30-Jun	SÁB	Camp. Nacional Juvenis	
JULHO 2011			

01-Jul	DOM	Camp. Nacional Juvenis
07-Jul	SAB	Camp. Portugal Pista
08-Jul	DOM	Camp. Portugal Pista
14-Jul	SAB	Camp. Nacional Sub/23
15-Jul	DOM	Camp. Nacional Sub/23

2. NORMAS DAS COMPETIÇÕES REGIONAIS DO CALENDÁRIO

2.1. TRIATLO TÉCNICO JOVEM REGIONAL

TRIATLO TÉCNICO JOVEM REGIONAL

28/01/2012 – TERCEIRA

Introdução

O Torneio Triatlo Técnico Jovem é um torneio de provas combinadas destinado aos praticantes de ambos os sexos dos escalões de Infantis, Iniciados e Juvenis representantes das escolas, clubes ou atletas individuais das Associações Regionais com o apoio da Direcção Regional do Desporto. É uma proposta da Federação Portuguesa de Atletismo e integrada na Campanha “Viva o Atletismo”.

Objectivos Gerais

- Divulgar o Atletismo entre as camadas mais jovens;
- Criar o gosto pelo Atletismo através da prática diversificada de disciplinas técnicas;
- Contribuir para a estruturação de hábitos de prática regular das actividades físicas;
- Contribuir para a formação dos jovens através da ocupação dos tempos livres com actividades físicas adequadas;
- Participar a Selecção Açores na Fase Nacional desta competição do calendário competitivo da Federação Portuguesa de Atletismo e integrada na campanha “Viva o Atletismo”.

Escalões Participantes

- Fase Local: Infantis / Iniciados / Juvenis de ambos os sexos;
- Fase Regional: Infantis / Iniciados / Juvenis de ambos os sexos;
- Fase Nacional: Iniciados / Juvenis de ambos os sexos.

Comitivas

- Regional

Atletas			Dirigentes	Técnicos	Juizes	Total
Inf	Inic	Juv				
2	2	2	1	1	1	9

Nota: O número de atletas por escalão abrange ambos os sexos

- Nacional

Atletas			Dirigentes	Técnicos	Juizes	Total
Inf	Inic	Juv				
0	4	2	0	2	0	8

Nota: O número de atletas por escalão abrange ambos os sexos

Calendarização

- Competição
 - Fase Local: A definir por cada Associação;
 - Fase Regional: 28 Janeiro de 2012 – Ilha Terceira;
 - Fase Nacional: 03 Fevereiro de 2012 – Alpiarça (Santarém).
- Limite de Apuramento para a competição regional: 22 Janeiro de 2012.
- Limite de Inscrição na competição regional: 24 Janeiro de 2012.
- Envio Resultados das Fases de Apuramento ao Seleccionador Regional: 24 Janeiro de 2012 para Associação de Atletismo de São Miguel.

Apuramento

- Fase Local:
 - Participam todos os atletas e apuram-se os melhores atletas em cada escalão e sexo de cada Associação.
- Fase Regional:
 - Participam os melhores atletas em cada escalão e sexo de cada Associação e as três melhores marcas da região em cada escalão e sexo.
- Fase Nacional:
 - Apuram-se os primeiros atletas classificados em cada escalão e sexo;
 - A comitiva será composta para além dos atletas (Iniciados – 4 / Juvenis – 2) o seleccionador regional e um técnico. O critério para a escolha do técnico acompanhar a comitiva será composto pelo seguinte:
 - Critério 1: Com o maior número de atletas integrar a Selecção Açores;
 - Critério 2: Atletas que tenham uma melhor posição no ranking nacional;
 - Critério 3: Sempre que se justifique, nomeadamente quando os atletas a deslocar residirem em ilhas diferentes, será convidado um terceiro técnico.

Programa de Provas

Infantis		Iniciados		Juvenis	
Masc	Fem	Masc	Fem	Masc	Fem
60 m/b (0.76)	Peso (2 Kg)	60 m/b (0.84)	Compr.	60 m/b (0.91)	Altura
Peso 3 Kg	60 m/b (0.76)	Compr.	60 m/b (0.76)	Peso 5 Kg	60 m/b (0.76)
Compr.	Compr.	Peso 4 Kg	Peso 3 Kg	Altura	Peso 3 Kg

Programa Horário

CÂMARA DE CHAMADA	ENTRADA NA PISTA	HORAS	PROVAS	SEXO	ESCALÃO	OBSERVAÇÕES
14:40	14:50	15:00	60 m barr 0,914	M	Juv.	Séries
14:30	14:40	15:00	Comprimento	F	Inc.	
14:30	14:40	15:00	Peso 2,0 Kg	F	Inf.	
14:30	14:40	15:00	Altura F	F	Juv.	
14:55	15:05	15:15	60 m barr 0,84	M	Inic.	Séries
15:10	15:20	15:30	60 m barr 0,76	M	Inf.	Séries
15:25	15:35	15:45	60 m barr. 0,76	F	Inf.	Séries
15:15	15:25	15:45	Peso 5,0 Kg	M	Juv.	
15:40	15:50	16:00	60 m barr 0,76	F	Inic.	Séries
15:30	15:40	16:00	Comprimento	M	Inic.	
15:55	16:05	16:15	60 m barr 0,76	F	Juv.	Séries
16:00	16:10	16:30	Peso 3,0 Kg	M	Inf.	
16:35	16:45	17:00	Comprimento	F	Inf.	
16:30	16:40	17:00	Altura	M	Juv.	
16:45	16:55	17:15	Peso 3,0 Kg	F	Inic.	
16:15	17:25	17:45	Comprimento	M	Inf.	
16:15	17:25	17:45	Peso 3,0 Kg	F	Juv.	
16:15	17:25	17:45	Peso 4,0 Kg	M	Inic.	

Normas Regulamentares

- Só poderão participar nesta competição todos os atletas que estejam devidamente filiados na Associação respectiva, devendo para o efeito ser remetidas à entidade organizadora os respectivos comprovativos;
- Só serão consideradas as inscrições remetidas através de formulário formatado, através de fax e correio electrónico, até à data final de inscrição;
- No caso de incumprimento da alínea anterior não serão consideradas as inscrições;

- Na reunião técnica deverá ser apresentado o cartão de atleta, bem como cartão do cidadão ou BI;
- O Seleccionador Regional após acusar a recepção dos respectivos resultados dos atletas inscritos na competição, procederá à seriação dos resultados por escalão e sexo, remetendo por fax e correio electrónico às respectivas Associações participantes;
- Associação Regional participante deverá igualmente remeter até à data final de inscrição o plano de voo, estadia e alojamento, bem como a composição da comitiva;
- Associação organizadora deverá informar antecipadamente da hora da reunião técnica e da reunião de juízes;
- Associação organizadora poderá participar com mais atletas devendo antecipadamente indicar quais os atletas que integram a respectiva selecção e os atletas considerados extra;
- Cada atleta tem que participar obrigatoriamente em todas as provas.

Classificação

- A classificação individual será por escalão e sexo;
- A classificação individual obter-se-á pelo somatório do conjunto disciplinas pontuadas através da Tabela de Provas Combinadas;
- Será considerado vencedor(a) o(a) atleta que obtiver a pontuação mais elevada, sendo os lugares seguintes atribuídos por ordem decrescente;
- A classificação colectiva é geral e é obtida pelo somatório conjunto das melhores pontuações dos atletas de cada Associação nos escalões de infantis, iniciados e juvenis em ambos os sexos;
- Será considerado vencedor(a) a Associação que obtiver a pontuação mais elevada, sendo os lugares seguintes atribuídos por ordem decrescente;
- Em caso de empate, o desempate far-se-á a favor da Associação com maior número de 1ºs lugares. Se o empate subsistir, verificar-se-á entre estes qual tem o maior número de 2ºs lugares, e assim sucessivamente;
- Os atletas extra serão objecto de classificação à parte, não podendo contribuir para a respectiva classificação colectiva.

Prémios

- Medalhas para os três primeiros classificados individuais de cada escalão e sexo;
- Entregues troféus a todas as selecções de ilha participantes.

Equipamento Desportivo

- Os atletas deverão obrigatoriamente competir com o equipamento desportivo correspondente à sua Associação.

Ajuizamento

- A Associação organizadora da competição efectuará uma hora antes da hora prevista para o início da competição uma reunião com os Juízes;
- A Associação organizadora da competição informará com 4 dias antes as funções a serem desempenhadas pelos Juízes, podendo as mesmas serem alteradas posteriormente conforme as necessidades;
- Associação Organizadora anunciará a existência de um júri de apelo, que deverá ser constituído por 5 elementos (Presidente do Conselho de Arbitragem; o Director de Competição e os três juízes das Associações que se deslocam).

2.2. CAMPEONATO REGIONAL DE CORTA MATO

CAMPEONATO REGIONAL DE CORTA MATO

12/02/2012 – PICO

Introdução

O Campeonato Regional de Corta Mato é uma competição destinada aos praticantes de ambos os sexos dos escalões de Iniciados, Juvenis, Júniores e Seniores representantes das escolas, clubes ou atletas individuais das Associações Regionais com o apoio da Direcção Regional do Desporto.

Objectivos Gerais

- Promoção e divulgação da modalidade;
- Início da prática da modalidade;
- Motivar os jovens para a prática da corrida;
- Potenciar novos valores no Meio-Fundo Regional;
- Potenciar a obtenção de mínimos às competições nacionais nas disciplinas de meio fundo;
- Aproximar o quadro competitivo regional ao nacional;
- Fomentar e alargar o período de treino dos escalões de Júniores e Seniores.

Comitivas

- Regional

Atletas				Dirigentes	Técnicos	Juizes	Total
Inic	Juv	Jun	Sen/Vet				
2	2	2	4	1	1	1	15

Nota: O número de atletas por escalão abrange ambos os sexos

- Nacional

Atletas				Dirigentes	Técnicos	Juizes	Total
Inic	Juv	Jun	Sen/Vet				
0	2	2	2	1	1	0	8

Nota: O número de atletas por escalão abrange ambos os sexos

Escalões

- Fase Local: Iniciados / Juvenis / Júniores / Seniores (inclui Veteranos) ambos os sexos;
- Fase Local: Iniciados / Juvenis / Júniores / Seniores (inclui Veteranos) ambos os sexos;
- Fase Nacional: Juvenis / Júniores / Seniores (inclui Veteranos) de ambos os sexos.

Calendarização

- Competições:
 - Fase Local: Cada Associação procederá á realização do respectivo Camp. Local de Corta Mato Curto e Longo, que apurará as equipas que vão participar na competição regional;
 - Fase Regional: 12 de Fevereiro de 2012 – Ilha do Faial;
 - Fase Nacional: 26 de Fevereiro de 2012 - Campeonato Nacional de Corta Mato Longo, Júniores e Juvenis (Açoteias).
- Limite de Apuramento na competição regional: 05 de Fevereiro de 2012.
- Limite de Inscrição na competição regional: 07 de Fevereiro de 2012.
- Envio Resultados das Fases de Apuramento ao Seleccionador Regional: 07 de Fevereiro de 2012 para Associação de Atletismo de São Miguel.

Normas Regulamentares

- Só poderão participar nesta competição todos os atletas que estejam devidamente filiados na Associação participante, devendo para o efeito ser remetidas à entidade organizadora os respectivos comprovativos;
- Só serão consideradas as inscrições remetidas através de formulário formatado, através de fax e correio electrónico, até à data final de inscrição;
- No caso de incumprimento da alínea anterior não serão consideradas as inscrições
- Na reunião técnica deverá ser apresentado o cartão de atleta, bem como cartão do cidadão ou BI;
- O Seleccionador Regional após acusar a recepção dos respectivos resultados dos atletas inscritos na competição, procederá à seriação dos resultados por escalão e sexo, remetendo por fax e correio electrónico às respectivas Associações participantes
- Associação regional participante deverá igualmente remeter até à data final de inscrição o plano de voo, estadia e alojamento, bem como a composição da comitiva;
- Associação organizadora deverá informar antecipadamente da hora da reunião técnica e da reunião de juizes
- Associação organizadora poderá participar com mais atletas, apesar de apenas o primeiro classificado nos escalões de Iniciados, Juvenis e Juniores e os dois primeiros classificados do escalão Sénior serem considerados para a pontuação colectiva.

Programa Provas

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
INICIADOS (2º ANO)	3 000 M	2 000 M
JUVENIS	4 000 M	3 000 M
JUNIORES	8 000 M	6 000 M
SENIORES	12 000 M	8 000 M
VETERANOS	12 000 M	8 000 M

Programa Horário

HORA	ESCALÃO	SEXO	DISTÂNCIA	CIRCUITO	
				500 M	2.000 M
09.45	INIC (2º Ano)	FEM	2.000 M		1 Volta
10.15	INIC (2º Ano)	MASC	3.000 M	2 Voltas	1 Volta
	JUV	FEM	3.000 M		
10.45	JUV	MASC	4.000 M		2 Voltas
	JUN	FEM	6.000 M		3 Voltas
11.30	JUN	MASC	8.000 M		4 Voltas
	SEN / VET	FEM	8.000 M		
12.15	SEN / VET	MASC	12.000 M		6 Voltas

Classificação

- Fase Local:
 - Participam todos os atletas e apuram-se os melhores atletas em cada escalão e sexo de cada Associação.
- Fase Regional:
 - A classificação individual e colectiva será por escalão e sexo;
 - A classificação colectiva será obtida somando o número de pontos correspondentes à classificação dos atletas que compõem a equipa no respectivo escalão e sexo;
 - Em caso de empate, o desempate será resolvido a favor da equipa cujo último elemento esteja melhor classificado.
- Fase Nacional:
 - Apuram-se os melhores atletas em cada escalão e sexo (exceptuando os Iniciados);
 - A comitiva será composta para além dos atletas o seleccionador regional e um técnico. O critério para a escolha do técnico acompanhar a comitiva será composto pelo seguinte:
 - Critério 1: Com o maior número de atletas integrar a Selecção Açores;

- Critério 2: Atletas que tenham uma melhor posição no ranking nacional;
- Critério 3: Sempre que se justifique, nomeadamente quando os atletas a deslocar residirem em ilhas diferentes, será convidado um segundo técnico.

Prémios

- Medalhas para os três primeiros classificados individuais de cada escalão e sexo;
- Entregue troféus a todas as selecções de ilha em todos os escalões e sexo.

Equipamento Desportivo

- Os atletas deverão obrigatoriamente competir com o equipamento desportivo correspondente à sua Associação.

Ajuizamento

- Só poderão participar juizes devidamente filiados na Federação Portuguesa de Atletismo;
- A Associação organizadora da competição efectuará uma hora antes da hora prevista para o início da competição uma reunião com os Juizes;
- A Associação organizadora da competição informará com 4 dias antes as funções a serem desempenhadas pelos Juizes, podendo as mesmas serem alteradas posteriormente conforme as necessidades;
- Os Juizes das ilhas participantes serão objecto do pagamento do prémio por jornada ao valor estabelecido pela Associação organizadora da competição;
- Associação Organizadora anunciará a existência de um júri de apelo, que deverá ser constituído por 5 elementos (Presidente do Conselho de Arbitragem; o Director de Competição e os três juizes das Associações que se deslocam).

2.3. TORNEIO ATLETA COMPLETO REGIONAL

TORNEIO ATLETA COMPLETO REGIONAL

31/03/2012 e 01/04/2012 – SÃO MIGUEL

Introdução

O Torneio Atleta Completo é um torneio de provas combinadas destinado aos praticantes de ambos os sexos dos escalões de Infantis, Iniciados e Juvenis representantes das escolas, clubes ou atletas individuais das Associações Regionais com o apoio da Direcção Regional do Desporto. É uma proposta da Federação Portuguesa de Atletismo e integrada na Campanha “Viva o Atletismo”.

Objectivos Gerais

- Divulgar o Atletismo entre as camadas mais jovens
- Criar o gosto pelo Atletismo através da prática diversificada de disciplinas técnicas
- Contribuir para a estruturação de hábitos de prática regular das actividades físicas
- Contribuir para a formação dos jovens através da ocupação dos tempos livres com actividades físicas adequadas
- Participar a Selecção Açores na Fase Nacional desta competição do calendário competitivo da Federação Portuguesa de Atletismo e integrada na campanha “Viva o Atletismo”

Escalões

- Fase Local: Infantis / Iniciados / Juvenis
- Fase Regional: Infantis / Iniciados / Juvenis
- Fase Nacional: Infantis / Iniciados / Juvenis

Comitiva

- Regional

Atletas			Dirigentes	Técnicos	Juizes	Total
Inf	Inic	Juv				
2	2	2	1	1	1	9

Nota: O número de atletas por escalão abrange ambos os sexos

- Nacional

Atletas			Dirigentes	Técnicos	Juizes	Total
Inf	Inic	Juv				
2	2	2	0	2	0	8

Nota: O número de atletas por escalão abrange ambos os sexos

Calendarização

- Competição:
 - Fase Local: A designar por cada Associação;
 - Fase Regional: 31 de Março e 01 de Abril de 2012 – São Miguel;
 - Fase Nacional: 05 e 06 de Maio – Rio Maior.
- Limite de Apuramento para a competição regional: 25 de Março de 2012.
- Limite de Inscrição na competição regional: 27 de Março de 2012.
- Envio Resultados das Fases de Apuramento ao Seleccionador Regional: 27 de Março de 2012 para Associação de Atletismo de São Miguel.

Apuramento

- Fase Local:
 - Participam todos os atletas e apuram-se os melhores atletas em cada escalão e sexo de cada Associação.

- Fase Regional:
 - Participam os melhores atletas em cada escalão e sexo de cada Associação e as três melhores marcas da região em cada escalão e sexo.
- Fase Nacional:
 - Apuram-se os primeiros atletas classificados em cada escalão e sexo;
 - A comitiva será composta para além dos atletas (Infantis – 2 / Iniciados – 2 / Juvenis – 2) o seleccionador regional e um técnico. O critério para a escolha do técnico acompanhar a comitiva será composto pelo seguinte:
 - Critério 1: Com o maior número de atletas integrar a Selecção Açores;
 - Critério 2: Atletas que tenham uma melhor posição no ranking nacional;
 - Critério 3: Sempre que se justifique, nomeadamente quando os atletas a deslocar residirem em ilhas diferentes, será convidado um terceiro técnico.

Programa de Provas

Infantis		Iniciados		Juvenis	
Masc	Fem	Masc	Fem	Masc	Fem
Pentatlo	Pentatlo	Hexatlo	Hexatlo	Octatlo	Hexatlo
1ª JORNADA					
COMPR.	PESO (2 KG)	80 M	80 M/B (0.76)	100 M	100 M/B (0.76)
60 M	60 M	DARDO (600GR)	DARDO (500GR)	COMPR.	ALTURA
		COMPR.	ALTURA	PESO (5 KG)	PESO (3 KG)
				300 M	200 M
2ª JORNADA					
PESO (3 KG)	60 M/B (0.76)	100 M/B (0.84)	COMPR	110 M/B (0.91)	COMPR.
60 M/B (0.76)	COMPR.	PESO (4KG)	80 M	ALTURA	DARDO (800 GR)
1.000 M	1.000 M	ALTURA	PESO (3KG)	DARDO (700 GR)	800 M
		1.000 M	800 M	1.000 M	

Programa Horário

1.ª JORNADA					
CÂMARA DE CHAMADA	ENTRADA PISTA	HORAS	PROVA	SEXO	ESCALÃO
15.40	15.50	16.00	100 B (0,76)	Fem	Juvenis
15.30	15.40	16.00	Comprimento	Mas	Infantis
15.30	15.40	16.00	Peso (2 kg)	Fem	Infantis
15.55	16.05	16.15	80 B (0,84)	Fem	Iniciadas
16.10	16.20	16.30	100 M	Mas	Juvenis
16.15	16.35	16.45	80 M	Mas	Iniciados
	16.25	16.45	Altura	Fem	Juvenis
	16.25	16.45	Dardo (0,500 g)	Fem	Iniciadas
	16.50	17.00	60 M	Mas	Infantis
	16.40	17.00	Comprimento	Mas	Juvenis
	17.05	17.15	60 M	Fem	Infantis
	17.15	17.30	Dardo (0,600 g)	Mas	Iniciados
	17.40	18.00	Altura	Fem	Iniciadas
	17.40	18.00	Peso (3 kg)	Fem	Juvenis
	17.55	18.15	Comprimento	Mas	Iniciados
	18.10	18.30	Peso (5 Kg)	Mas	Juvenis
	18.20	18.30	200 M	Fem	Juvenis

	18.50	19.00	300 M	Mas	Juvenis
--	-------	-------	-------	-----	---------

2.ª JORNADA					
CÂMARA DE CHAMADA	ENTRADA PISTA	HORAS	PROVA	SEXO	ESCALÃO
09.40	09.50	10.00	110 B (0,91)	Mas	Juvenis
09.30	09.40	10.00	Comprimento	Fem	Inic / Juvenis
09.40	09.40	10.00	Peso (3 Kg)	Mas	Infantis
09.5	10.05	10.15	100 B (0,84)	Mas	Iniciados
10.10	10.20	10.30	60 M B (0,76)	Mas	Infantis
10.25	10.35	10.45	60 M B (0,76)	Fem	Infantis
	10.25	10.45	Altura	Mas	Juvenis
	10.40	11.00	Peso (4 Kg)	Mas	Iniciados
	10.50	11.00	80 M	Fem	Iniciadas
	10.55	11.15	Dardo (0,600 G)	Fem	Juvenis
	10.55	11.15	Comprimento	Fem	Infantis
	11.25	11.45	Peso (3 Kg)	Fem	Iniciados
	11.40	11.50	1000 M	Mas	Infantis
	11.50	12.00	1000 M	Fem	Infantis
	11.40	12.00	Dardo (0,700 g)	Mas	Juvenis
	11.40	12.00	Altura	Mas	Iniciados
	12.00	12.10	800 M	Fem	Juvenis
	12.10	12.20	800 M	Fem	Iniciados
	12.40	12.50	1000 M	Mas	Juvenis
	12.50	13.00	1000 M	Mas	Iniciados

Normas Regulamentares

- Só poderão participar nesta competição todos os atletas que estejam devidamente filiados na Associação respectiva, devendo para o efeito ser remetidas à entidade organizadora os respectivos comprovativos;
- Só serão consideradas as inscrições remetidas através de formulário formatado, através de fax e correio electrónico, até à data final de inscrição;
- No caso de incumprimento da alínea anterior não serão consideradas as inscrições;
- Na reunião técnica deverá ser apresentado o cartão de atleta, bem como cartão do cidadão ou BI;
- O Seleccionador Regional após acusar a recepção dos respectivos resultados dos atletas inscritos na competição, procederá à seriação dos resultados por escalão e sexo, remetendo por fax e correio electrónico às respectivas Associações participantes;
- Associação Regional participante deverá igualmente remeter até à data final de inscrição o plano de voo, estadia e alojamento, bem como a composição da comitiva;
- Associação organizadora deverá informar antecipadamente da hora da reunião técnica e da reunião de juízes;
- Associação organizadora poderá participar com mais atletas devendo antecipadamente indicar quais os atletas que integram a respectiva selecção e os atletas considerados extra;
- Cada atleta tem que participar obrigatoriamente em todas as provas.

Classificação

- A classificação individual será por escalão e sexo;
- A classificação individual obter-se-á pelo somatório do conjunto disciplinas pontuadas através da Tabela de Provas Combinadas;
- Será considerado vencedor(a) o(a) atleta que obtiver a pontuação mais elevada, sendo os lugares seguintes atribuídos por ordem decrescente;

- A classificação colectiva é geral e é obtida pelo somatório conjunto das melhores pontuações dos atletas de cada Associação nos escalões de infantis, iniciados e juvenis em ambos os sexos;
- Será considerado vencedor(a) a Associação que obtiver a pontuação mais elevada, sendo os lugares seguintes atribuídos por ordem decrescente;
- Em caso de empate, o desempate far-se-á a favor da Associação com maior número de 1ºs lugares. Se o empate subsistir, verificar-se-á entre estes qual tem o maior número de 2ºs lugares, e assim sucessivamente.
- Os atletas extra serão objecto de classificação à parte, não podendo contribuir para a respectiva classificação colectiva.

Prémios

- Medalhas para os três primeiros classificados individuais de cada escalão e sexo;
- Entregues troféus a todas as selecções de ilha participantes.

Equipamento Desportivo

- Os atletas deverão obrigatoriamente competir com o equipamento desportivo correspondente à sua Associação.

Ajuizamento

- A Associação organizadora da competição efectuará uma hora antes da hora prevista para o início da competição uma reunião com os Juizes;
- A Associação organizadora da competição informará com 4 dias antes as funções a serem desempenhadas pelos Juizes, podendo as mesmas serem alteradas posteriormente conforme as necessidades;
- Associação Organizadora anunciará a existência de um júri de apelo, que deverá ser constituído por 5 elementos (Presidente do Conselho de Arbitragem; o Director de Competição e os três juizes das Associações que se deslocam).

2.4. KM JOVEM REGIONAL

KM JOVEM REGIONAL 28/01/2012 – SÃO MIGUEL

Introdução

O KM Jovem Regional é uma competição de Meio Fundo destinada aos praticantes de ambos os sexos dos escalões de Infantis, Iniciados e Juvenis representantes das escolas, clubes ou atletas individuais das Associações Regionais com o apoio da Direcção Regional do Desporto. É uma proposta da Federação Portuguesa de Atletismo e integrada na Campanha “Viva o Atletismo”.

Objectivos Gerais

- Divulgar o Atletismo entre as camadas mais jovens;
- Criar o gosto pelo Atletismo através da prática diversificada das diversas disciplinas;
- Contribuir para a estruturação de hábitos de prática regular das actividades físicas;
- Contribuir para a formação dos jovens através da ocupação dos tempos livres com actividades físicas adequadas;
- Participar a Selecção Açores na Fase Nacional desta competição do calendário competitivo da Federação Portuguesa de Atletismo e integrada na campanha “Viva o Atletismo”;
- Promover a participação e respectiva qualidade nas disciplinas de meio fundo.

Escalões

- Fase Local: Infantis / Iniciados / Juvenis;
- Fase Regional: Infantis / Iniciados / Juvenis;
- Fase Nacional: Iniciados / Juvenis.

Comitiva

- Regional

Atletas			Dirigentes	Técnicos	Juizes	Total
Inf	Inic	Juv				
2	2	2	1	1	1	9

Nota: O número de atletas por escalão abrange ambos os sexos

- Nacional

Atletas			Dirigentes	Técnicos	Juizes	Total
Inf	Inic	Juv				
0	2	4	0	2	0	8

Nota: O número de atletas por escalão abrange ambos os sexos

Calendarização

- Competição:
 - Fase Local: A designar por cada Associação;
 - Fase Regional: 28 de Maio de 2012 Terceira;
 - Fase Nacional: 24 de Março em Lisboa.
- Limite de Apuramento para a competição regional: 22 de Janeiro de 2012.
- Limite de Inscrição na competição regional: 24 de Janeiro de 2012.
- Envio Resultados das Fases de Apuramento ao Seleccionador Regional: 24 de Janeiro de 2012 para Associação de Atletismo de São Miguel.

Apuramento

- Fase Local:

- Participam todos os atletas e apuram-se os melhores atletas em cada escalão e sexo de cada Associação.
- Fase Regional:
 - Participam os melhores atletas em cada escalão e sexo de cada Associação.
- Fase Nacional:
 - Apuram-se os primeiros atletas classificados em cada escalão e sexo;
 - A comitiva será composta para além dos atletas (2 Iniciados e 4 Juvenis), o seleccionador regional e um técnico. O critério para a escolha do técnico acompanhar a comitiva será composto pelo seguinte:
 - Critério 1: Com o maior número de atletas integrar a Selecção Açores;
 - Critério 2: Atletas que tenham uma melhor posição no ranking nacional;
 - Critério 3: Sempre que se justifique, nomeadamente quando os atletas a deslocar residirem em ilhas diferentes, será convidado um terceiro técnico.

Programa Horário

CÂMARA DE CHAMADA	ENTRADA PISTA	HORAS	PROVA	SEXO	ESCALÃO
17.40	17.50	18.00	1000 M	Mas	Infantis
17.50	18.00	18.10	1000 M	Fem	Infantis
18.00	18.10	18.20	1000 M	Mas	Juvenis
18.10	18.20	18.30	1000 M	Mas	Iniciados
18.20	18.30	18.40	1000 M	Fem	Iniciados
18.30	18.40	18.50	1000 M	Fem	Juvenis

Normas Regulamentares

- Só poderão participar nesta competição todos os atletas que estejam devidamente filiados na Associação respectiva, devendo para o efeito ser remetidas à entidade organizadora os respectivos comprovativos;
- Só serão consideradas as inscrições remetidas através de formulário formatado, através de fax e correio electrónico, até à data final de inscrição;
- No caso de incumprimento da alínea anterior não serão consideradas as inscrições;
- Na reunião técnica deverá ser apresentado o cartão de atleta, bem como cartão do cidadão ou BI;
- O Seleccionador Regional após acusar a recepção dos respectivos resultados dos atletas inscritos na competição, procederá à seriação dos resultados por escalão e sexo, remetendo por fax e correio electrónico às respectivas Associações participantes;
- Associação Regional participante deverá igualmente remeter até à data final de inscrição o plano de voo, estadia e alojamento, bem como a composição da comitiva;
- Associação organizadora deverá informar antecipadamente da hora da reunião técnica e da reunião de juizes;
- Associação organizadora poderá participar com mais atletas devendo antecipadamente indicar quais os atletas que integram a respectiva selecção e os atletas considerados extra;
- Cada atleta tem que participar obrigatoriamente em todas as provas.

Classificação

- A classificação individual será por escalão e sexo;
- A classificação colectiva é geral e, para as Associações com equipas completas (6 atletas), obtida pelo somatório das marcas dos atletas de cada Associação nos escalões de infantis, iniciados e juvenis em ambos os sexos. Será considerada vencedora a Associação que obtiver o menor tempo, sendo os lugares seguintes atribuídos por ordem crescente. Quando uma Associação não possuir atleta (falta de comparência, desqualificado ou outra) em determinado escalão e sexo, será atribuída a próxima classificação após as comitivas completas;
- Em caso de empate, o desempate far-se-á a favor da Associação com maior número de 1ºs lugares. Se o empate subsistir, verificar-se-á entre estes qual tem o maior número de 2ºs lugares, e assim sucessivamente.

Prémios

- Medalhas para os três primeiros classificados individuais de cada escalão e sexo;
- Entregues troféus a todas as selecções de ilha participantes.

Equipamento Desportivo

- Os atletas deverão obrigatoriamente competir com o equipamento desportivo correspondente à sua Associação.

Ajuizamento

- A Associação organizadora da competição efectuará uma hora antes da hora prevista para o início da competição uma reunião com os Juízes;
- A Associação organizadora da competição informará com 4 dias antes as funções a serem desempenhadas pelos Juízes, podendo as mesmas serem alteradas posteriormente conforme as necessidades;
- Associação Organizadora anunciará a existência de um júri de apelo, que deverá ser constituído por 5 elementos (Presidente do Conselho de Arbitragem; o Director de Competição e os três juízes das Associações que se deslocam).

2.5. TORNEIO OLÍMPICO JOVEM REGIONAL

TORNEIO OLÍMPICO JOVEM REGIONAL

28/04/2012 e 29/04/2012 – TERCEIRA

Introdução

O Torneio Olímpico Jovem é uma competição destinada aos praticantes de ambos os sexos dos escalões de Benjamins/Infantis, Iniciados e Juvenis representantes das escolas, clubes ou atletas individuais das Associações Regionais com o apoio da Direcção Regional do Desporto. É uma proposta da Federação Portuguesa de Atletismo e integrada na Campanha “Viva o Atletismo”.

Objectivos Gerais

- Divulgar o Atletismo entre as camadas mais jovens;
- Criar o gosto pelo Atletismo através da prática diversificada de disciplinas técnicas;
- Contribuir para a estruturação de hábitos de prática regular das actividades físicas;
- Contribuir para a formação dos jovens através da ocupação dos tempos livres com actividades físicas adequadas;
- Participar com Selecção Açores na Fase Nacional desta competição do calendário competitivo da Federação Portuguesa de Atletismo e integrada na campanha “Viva o Atletismo”.

Escalões

- Fase Local: Infantis / Iniciados / Juvenis
- Fase Regional: Infantis / Iniciados / Juvenis
- Fase Nacional: Iniciados / Juvenis

Comitiva

- Regional:
 - A comitiva de cada Associação Regional depende do número de atletas que obtenham dois mínimos. Para além dos atletas inclui três Técnicos, um Dirigente, um Juiz.
- Nacional:
 - A Selecção Açores será composta por 33 atletas, tendo em conta que nesta época pertencerá ao Grupo A, em virtude do resultado obtido no ano anterior.

Apuramento

- Fase Local:
 - Participam todos os atletas e apuram-se os melhores atletas em cada escalão e sexo de cada Associação que tenham obtido dois mínimos de participação regionais.
- Fase Regional:
 - Participam os melhores atletas em cada escalão e sexo de cada Associação que tenham obtido dois mínimos regionais.
- Fase Nacional:
 - Apuram-se os primeiros atletas classificados em cada escalão e sexo nas disciplinas que compõem o programa horário do Olímpico Jovem Nacional;
 - A comitiva será composta, além dos atletas, pelo seleccionador regional e três técnicos.

Calendarização

- Competição:
 - Fase Local: A designar por cada Associação;
 - Fase Regional: 28 e 29 de Março 2012 – Terceira;
 - Fase Nacional: 02 e 03 de Junho de 2012 - Fátima.
- Limite de Apuramento para a competição regional: 22 de Abril de 2012.
- Limite de Inscrição na competição regional: 24 de Abril de 2012.

- Envio Resultados das Fases de Apuramento ao Seleccionador Regional: 24 de Abril de 2012 para Associação de Atletismo de São Miguel.

Programa de Provas

Ano	Infantis		Iniciados		Juvenis	
	Masc	Fem	Masc	Fem	Masc	Fem
Par	1ª JORNADA					
	60 M/B	60 M/B	PESO (4KG)	ALTURA	110 M/B	100 M/B
	1000 M MX	1000 M MX	80 M	80 M	Martelo (5KG)	300 M
	COMPR.	PESO (2KG)	1500 M OBST	1500 M OBST	COMPR.	DISCO (1KG)
	DARDO (500GR)	ALTURA	ALTURA	PESO (3KG)	300 M	COMPR.
	4X60 M	4X60 M	4X80 M	4X80 M	2000 M OBST	2000 M OBST
			4000 M MX	4000 M MX	Triplo	
	2ª JORNADA					
	150 M	150 M	100 M/B	COMPR.	PESO (5KG)	Altura
	1000 M	1000 M	COMPR.	80 M/B	100 M	Martelo (3 kg))
	ALTURA	DARDO (400GR)	1000 M	1000 M	Altura	100 M
	PESO (3KG)	COMPR.			3000 M	3000 M
					800 M	PESO (3KG)
					4X100 M	800 M
						4X100 M

Programa Horário

1.º JORNADA						
CÂMARA DE CHAMADA	ENTRADA NA PISTA	HORAS	PROVAS	SEXO	ESCALÃO	OBSER.
13:50	14:00	14:20	Martelo (5kg)	Mas	Juvenil	
14:30	14:40	15:00	Comprimento	Mas	Infantil	
14:30	14:40	15:00	Disco (1,5 kg)	Mas	Juvenil	
14:30	14:40	15:00	Peso (2 kg)	Fem	Infantil	
14:30	14:40	15:00	Altura	Fem	Iniciado	
14:40	14:50	15:00	110 mb (0,91m)	Mas	Juvenil	Final
14:55	15:05	15:15	100 mb (0,76m)	Fem	Juvenil	Final
15:10	15:20	15:30	60 mb (0,76m)	Mas	Infantil	Final
15:25	15:35	15:45	60 mb (0,76m)	Fem	Infantil	Final
15:30	15:40	16:00	Comprimento	Mas	Juvenil	
15:30	15:40	16:00	Altura	Mas	Iniciado	
15:30	15:40	16:00	Peso (4 kg)	Mas	Iniciado	
15:30	15:40	16:00	Disco (1 kg)	Fem	Juvenil	
15:40	15:50	16:00	80 m	Fem	Iniciado	Final
15:55	16:05	16:15	80 m	Mas	Iniciado	Final
16:10	16:20	16:30	300 m	Fem	Juvenil	Séries
16:25	16:35	16:45	300 m	Mas	Juvenil	Séries
16:30	16:40	17:00	Dardo (600 g)	Mas	Iniciado	
16:30	16:40	17:00	Comprimento	Fem	Juvenil	
16:30	16:40	17:00	Peso (3 kg)	Fem	Iniciado	
16:30	16:40	17:00	Peso (4 kg)	Fem	Juvenil	Extra
16:40	16:50	17:00	1.500 m Obst.	Fem	Iniciado	Final

16:50	17:00	17:15	1.500 m Obst.	Mas	Iniciado	Final
17:00	17:10	17:30	2.000 m Obst.	Fem	Juvenil	Final
17:00	17:10	17:30	Altura	Fem	Infantil	
17:25	17:35	17:45	2.000 m Obst.	Mas	Juvenil	Final
17:30	17:40	18:00	Dardo (500 g)	Fem	Iniciado	
17:30	17:40	18:00	Dardo (500g)	Mas	Infantil	
17:30	17:40	18:00	Triplo	Mas/Fem	Juvenil	Extra
17:40	17:50	18:00	5.000 m Mx	Fem/Mas	Juvenil	Final
17:40	17:50	18:00	1.000 m Mx	Fem/Mas	Infantil	Final
18:20	18:30	18:40	4x60 m	Fem	Infantil	Final
18:30	18:40	18:50	4x60 m	Mas	Infantil	Final
18:40	18:50	19:00	4x80 m	Fem	Iniciado	Final
18:50	19:00	19:10	4x80 m	Mas	Iniciado	Final
19:00	19:10	19:20	400 mb (0,76/0,84)	Fem/Mas	Juvenil	Extra

2.ª JORNADA						
CÂMARA DE CHAMADA	ENTRADA NA PISTA	HORAS	PROVAS	SEXO	ESCALÃO	OBSER.
09:20	09:30	10:00	Vara	Fem	Juvenil	
09:30	09:40	10:00	Comprimento	Fem	Iniciado	
09:30	09:40	10:00	Dardo (600 g)	Fem	Juvenil	
09:30	09:40	10:00	Peso (5 kg)	Mas	Juvenil	
09:40	09:50	10:00	100 mb (0,84)	Mas	Iniciado	Final
09:50	10:00	10:10	80 mb (0,76)	Fem	Iniciado	Final
10:00	10:10	10:20	100 m	Fem	Juvenil	Final
10:10	10:20	10:30	100 m	Mas	Juvenil	Final
10:20	10:30	10:40	60 m	Fem	Infantil	Final
10:30	10:40	10:50	60 m	Mas	Infantil	Final
10:30	10:40	11:00	Vara	Mas	Juvenil	
10:30	10:40	11:00	Comprimento	Mas	Iniciado	
10:30	10:40	11:00	Dardo (700 g)	Mas	Juvenil	
10:30	10:40	11:00	Peso (3 kg)	Mas	Infantil	
10:40	10:50	11:00	3.000 m	Fem	Juvenil	Final
10:50	11:00	11:10	3.000 m	Mas	Juvenil	Final
11:00	11:10	11:20	1.000 m	Fem	Iniciado	Final
11:10	11:20	11:30	1.000 m	Mas	Iniciado	Final
11:20	11:30	11:40	600 m	Fem	Infantil	Final
11:30	11:40	11:50	600 m	Mas	Infantil	Final
11:30	11:40	12:00	Comprimento	Fem	Infantil	
11:30	11:40	12:00	Altura	Fem	Infantil	
11:30	11:40	12:00	Peso (3 kg)	Fem	Juvenil	
11:30	11:40	12:00	Dardo (400 g)	Fem	Infantil	
11:40	11:50	12:00	800 m	Fem	Juvenil	Final
11:50	12:00	12:10	800 m	Mas	Juvenil	Final
12:20	12:30	12:30	4x100 m	Fem	Juvenil	Final
12:30	12:40	12:40	4x100 m	Mas	Juvenil	Final

Classificação

- A classificação individual será por escalão e sexo;
- Serão pontuados até ao máximo de 8 atletas por prova, atribuindo-se ao 1º classificado 8 pontos, ao 2º classificado 7 pontos, e assim sucessivamente, até 1 ponto ao eventual 8º classificado;

- A classificação colectiva é geral e é obtida pelo somatório das pontuações dos atletas de cada Associação nos escalões de infantis, iniciados e juvenis em ambos os sexos;
- Será considerada vencedora a Associação que obtiver a pontuação mais elevada, sendo os lugares seguintes atribuídos por ordem decrescente;
- Em caso de empate, o desempate far-se-á a favor da Associação com maior número de 1ºs lugares. Se o empate subsistir, verificar-se-á entre estes qual tem o maior número de 2ºs lugares, e assim sucessivamente.

Prémios

- Medalhas para os três primeiros classificados individuais de cada escalão e sexo por disciplina;
- Entregues troféus a todas as ilhas participantes.

Equipamento Desportivo

- Os atletas deverão obrigatoriamente competir com o equipamento desportivo correspondente à sua Associação.

Ajuizamento

- A Associação organizadora da competição efectuará uma hora antes da hora prevista para o início da competição uma reunião com os Juízes;
- A Associação organizadora da competição informará com 4 dias antes as funções a serem desempenhadas pelos Juízes, podendo as mesmas serem alteradas posteriormente conforme as necessidades;
- Associação Organizadora anunciará a existência de um júri de apelo, que deverá ser constituído por 5 elementos (Presidente do Conselho de Arbitragem; o Director de Competição e os três juízes das Associações que se deslocam).

2.6. CAMPEONATO REGIONAL DE JUVENIS

CAMPEONATO REGIONAL DE JUVENIS

12/05/2012 e 13/05/2012 – TERCEIRA

Introdução

O Campeonato Regional de Juvenis é uma iniciativa das Associações de Atletismo da Região Autónoma dos Açores e tem o apoio da Direcção Regional do Desporto.

Objectivos Gerais

- Divulgar o Atletismo entre as camadas mais jovens;
- Criar o gosto pelo Atletismo através da prática diversificada de disciplinas técnicas;
- Contribuir para a estruturação de hábitos de prática regular das actividades físicas;
- Contribuir para a formação dos jovens através da ocupação dos tempos livres com actividades físicas adequadas;
- Potenciar obtenção de mínimos de acesso às competições nacionais no escalão de Juvenis.

Escalões

- Fase Local: Iniciados / Juvenis
- Fase Regional: Iniciados / Juvenis
- Fase Nacional: Iniciados / Juvenis

Comitiva

- Regional

A comitiva de cada Associação Regional depende do número de atletas que obtenham dois mínimos de participação. Para além dos atletas inclui um Técnico, um Dirigente e um Juiz.

Apuramento

- Fase Local
 - Participam todos os atletas dos escalões de Iniciados e Juvenis e apuram-se os melhores atletas em cada escalão e sexo de cada Associação que tenham obtido um mínimo de participação regional.
- Fase Regional
 - Participam os melhores atletas em cada escalão e sexo de cada Associação que tenham obtido um mínimo de participação regional.
- Fase Nacional
 - Participam os atletas que tenham obtido um mínimo de participação nacional.

Calendarização

- Competição:
 - Fase Local: A designar por cada Associação;
 - Fase Regional: 12 e 13 de Maio de 2012 – Terceira;
 - Fase Nacional: 31 de Junho e 1 de Julho de 2012 - Leiria.
- Limite de Apuramento para a competição regional:
 - 06 de Maio de 2012.
- Limite de Inscrição na competição regional:
 - 08 de Maio de 2012.

Programa de Provas

Escalão	Masculinos		Femininos	
	1ª jornada	2ª jornada	1ª jornada	2ª jornada
Juvenis	Martelo (5 kg)	2.000 m obst.	100 m barr.	Martelo (3 kg)
	110 m barr.	Altura	Triplo	3.000 m
	Vara	200 m	100 m	Comprimento
	100 m	Dardo (700 g)	Altura	Vara

	Disco (1,5 kg)	300 m barr. (0,84)	Peso (3 kg)	200 m
	300 m	Triplo	300 m	300 m barr. (0,76)
	Comprimento	Peso (5 kg)	2.000 m obst.	Disco (1 kg)
	1.500 m	800 m	Dardo (600 g)	800 m
	3.000 m	4x300 m	5.000 mx	4x300 m
	4x100 m		1.500 m	
	5.000 mx		4x100 m	

Programa Horário

1.ª JORNADA					
CÂMARA CHAMADA	ENTRADA NA PISTA	HORAS	PROVAS	SEXO	OBSERVAÇÕES
15:00	15:10	15:30	Martelo (3kg)	FEM	Séries/Final
	15:20		110mb (0,91m)	MAS	
15:15	15:35	15:45	100mb (0,76m)	FEM	Séries/Final
	15:25		Altura Triplo-Salto	FEM MAS	
15:30	15:50	16:00	100m	FEM	Meia-final
15:40	16:00	16:10	100m	MAS	Meia-final
15:55	16:05	16:25	Dardo (0,700 g)	MAS	Séries/Final
	16:15		300m	MAS	
16:10	16:20	16:40	Vara	MAS	Séries/Final
	16:30		300m	FEM	
16:25	16:45	16:55	2000mObst	FEM	Séries/Final
16:40	16:50	17:10	Peso (5 kg)	MAS	Séries/Final
	17:00		Triplo-Salto 1500m	FEM MAS	
16:50	16:50	17:20	Disco (1kg)	FEM	EXTRA Séries/Final
	17:10		Disco (1,750kg) 1500m	MAS FEM	
17:00	17:20	17:30	3000m	MAS	Séries/Final
17:15	17:35	17:45	100m	MAS	Final
17:20	17:40	17:50	100m	FEM	Final
17:15	17:35	17:55	5000mx	MAS/FEM	Final
			10.000mx	MAS	Final
18:05	18:25	18:30	4X100m	MAS	Final
18:10	18:35	18:35	4X100m	FEM	Final

2.ª JORNADA					
CÂMARA CHAMADA	ENTRADA NA PISTA	HORAS	PROVAS	SEXO	OBSERVAÇÕES
09:30	09:40	10:00	Martelo (5Kg)	MAS	EXTRA
	09:50		Martelo (4kg) Altura Comprimento 300mb (0,84m)	FEM MAS FEM MAS	
09:45	09:55	10:15	Dardo (600g)	FEM	Séries/Final
	10:05		300mb (0,76m)	FEM	
10:00	10:20	10:30	2000mObst.	MAS	Séries/Final
10:15	10:25	10:45	Vara	FEM	Séries/Final
	10:35		3000M	FEM	
10:30	10:50	11:00	200m	MAS	Séries/Final
10:45	11:05	11:15	Comprimento	MAS	
11:00	11:10	11:30	Peso (3 kg)	FEM	Séries/Final
	11:20		200m	FEM	

11:10	11:20	11:40	Disco (1,5 kg) 800m	MAS MAS	Séries/Final
	11:30				
11:20	11:40	11:50	800m	FEM	Séries/Final
11:30	11:50	12:00	4x300m	MAS	Séries/Final
11:40	12:00	12:10	4x300m	FEM	Séries/Final

Classificação

- Haverá classificação individual e colectiva;
- Serão pontuados até ao máximo de 8 atletas por prova, atribuindo-se ao 1º classificado 8 pontos, ao 2º classificado 7 pontos, e assim sucessivamente, até 1 ponto ao eventual 8º classificado;
- A classificação colectiva é obtida pelo somatório das pontuações dos atletas;
- Será considerado vencedor o clube que obtiver a pontuação mais elevada, sendo os lugares seguintes atribuídos por ordem decrescente;
- Em caso de empate, o desempate far-se-á a favor do clube com maior número de 1ºs lugares. Se o empate subsistir, verificar-se-á entre estes qual tem o maior número de 2ºs lugares, e assim sucessivamente.

Normas Regulamentares

- Só poderão participar nesta competição todos os atletas que estejam devidamente filiados na Associação respectiva, devendo para o efeito ser remetidas à entidade organizadora os devidos comprovativos;
- Só serão consideradas as inscrições remetidas através de formulário formatado, através de fax e correio electrónico, até à data final de inscrição;
- No incumprimento da alínea anterior não serão consideradas as inscrições;
- Na reunião técnica deverão ser apresentados o cartão de atleta, bem como cartão do cidadão ou BI;
- O Seleccionador Regional após a acusar recepção dos respectivos resultados dos atletas inscritos na competição, procederá à seriação dos resultados por escalão e sexo, remetendo por fax e correio electrónico às respectivas Associações participantes;
- Associação Regional participante deverá igualmente remeter até à data final de inscrição o plano de voo, estadia e alojamento, bem como a composição da comitiva;
- Associação organizadora deverá informar antecipadamente a hora da reunião técnica e da reunião de juizes;
- Associação organizadora poderá participar com mais atletas devendo antecipadamente indicar quais os atletas que integram a respectiva selecção e os atletas considerados extra;
- Cada atleta tem que participar obrigatoriamente em todas as provas;
- Cada Associação poderá inscrever um número ilimitado de atletas em cada uma das provas, desde que preencham os requisitos exigidos;
- Os atletas poderão participar em quatro provas no conjunto dos dois dias, sendo uma delas uma estafeta considerando-se as eliminatórias e a final como uma só prova, nunca poderão realizar as 4 provas no mesmo dia;
- Os atletas dos escalões de Juvenis que participem em corridas de distância igual ou superior a 800 m, ou na prova de marcha, não poderão participar na prova de marcha ou noutra corrida nessa mesma jornada, independente da ordem de participação nessas provas.

Prémios

- Medalhas para os três primeiros classificados individuais de cada escalão e sexo por disciplina;
- Entregues troféus a todas as ilhas participantes.

Equipamento Desportivo

- Os atletas deverão obrigatoriamente competir com o equipamento desportivo correspondente ao seu clube.

Ajuizamento

- A Associação organizadora da competição efectuará até uma hora antes da hora prevista para o início da competição uma reunião com os Juizes;
- A Associação organizadora da competição informará com 4 dias antes as funções a serem desempenhadas pelos Juizes, podendo as mesmas serem alteradas posteriormente conforme as necessidades;

- Associação Organizadora anunciará a existência de um júri de apelo, que deverá ser constituído por 5 elementos (Presidente do Conselho de Arbitragem; o Director de Competição e os três juízes das Associações que se deslocam).

2.7. TAÇA REGIONAL DE INFANTIS E INICIADOS

TAÇA REGIONAL DE INFANTIS E INICIADOS

09/06/2012 e 10/06/2012 – SÃO MIGUEL

Introdução

A Taça Regional de Infantis e Iniciados é uma iniciativa das Associações de Atletismo da Região Autónoma dos Açores com o apoio da Direcção Regional do Desporto.

Objectivos Gerais

- Divulgar o Atletismo entre as camadas mais jovens;
- Criar o gosto pelo Atletismo através da prática diversificada de disciplinas técnicas;
- Contribuir para a estruturação de hábitos de prática regular das actividades físicas;
- Contribuir para a formação dos jovens através da ocupação dos tempos livres com actividades físicas adequadas.

Escalões

- Fase Local: Infantis / Iniciados
- Fase Regional: Infantis / Iniciados

Comitivas

- Regional

Atletas			Dirigentes	Técnicos	Juizes	Total
Inf	Inic	Juv				
8	8	0	1	2	1	20

Nota: O número de atletas por escalão abrange ambos os sexos

Apuramento

- Fase Local
 - Participam todos os atletas e apuram-se os melhores em cada escalão e sexo que tenham obtido dois mínimos de participação regionais.
- Fase Regional
 - Participam os melhores atletas em cada escalão e sexo que tenham obtido dois mínimos de participação regionais.

Calendarização

- Competição:
 - Fase Local: A designar por cada Associação;
 - Fase Regional: 09 e 10 de Junho de 2012 – São Miguel.
- Limite de Apuramento para a competição regional: 03 Junho de 2012.
- Limite de Inscrição na competição regional: 05 de Junho de 2012.

Programa de Provas

Ano	Infantis		Iniciados	
	Masc	Fem	Masc	Fem
Ímpar	1ª Jornada			
	60 M/B	60 M/B	100M/B (0.84)	80 M/B (0.76)
	1.000 MX	1.000 MX	4.000 MX	4.000 MX
	PESO (3KG)	PESO (2KG)	COMPRI.	COMPRI.
	ALTURA	ALTURA	DARDO (600GR)	TRIPLO

			MARTELO (4KG)	DARDO (500GR)
	2ª Jornada			
	150 M	150 M	250 M	250 M
	1.000 M	1.000 M	1.500M	1.500 M
	COMPRI.	DARDO (400GR)	ALTURA	ALTURA
	DARDO (500 gr)	COMPRI.	PESO (4KG)	MARTELO (3Kg)
	4X60 M	4X60 M	TRIPLO	PESO (3KG)
			4 X 80 M	4 X 80 M

Programa Horário

1.ª JORNADA						
CÂMARA DE CHAMADA	ENTRADA NA PISTA	HORAS	PROVAS	SEXO	ESCALÃO	OBSE
15h00	15h15	15h30	Martelo	Mas	Iniciado	Final
15h40	15h50	16h00	100 B	Mas	Iniciado	Elimi
15h30	15h40	16h00	Altura	Fem	Infantil	Final
15h30	15h40	16h00	Comprimento	Fem	Iniciada	Final
15h55	16h05	16h15	80 B	Fem	Iniciadas	Elim
16h10	16h20	16h30	60 B	Mas	Infantis	Elim
16h25	16h35	16h45	60 B	Fem	Infantis	Elim
16h40	16h50	17h00	1000 M M	M / F	Infantis	Final
16h30	16h45	17h99	Comprimento	Mas	Iniciados	Final
17h00	17h10	17h30	Altura	Mas	Infantis	Final
17h00	17h20	17h30	4000 M M	M / F	Iniciados	Final
17h40	17h50	18h00	100 M B	Mas	Iniciados	Final
17h30	17h45	18h00	Peso	Fem	Infantis	Final
17h30	17h45	18h00	Dardo (0,600)	Mas	Iniciados	Final
17h30	17h40	18h00	Triplo	Fem	Iniciados	Final
17h55	18h05	18h15	80 M B	Fem	Iniciados	Final
18h10	18h20	18h30	60 M B	Fem	Infantis	Final
18h25	18h35	18h45	60 M B	Fem	Infantis	Final
18h30	18h45	19h00	Peso (3 kg)	Mas	Infantil	Final
18h30	18h45	19h00	Dardo (0,500)	Fem	Iniciadas	Final

2.ª JORNADA						
CÂMARA DE CHAMADA	ENTRADA NA PISTA	HORAS	PROVAS	SEXO	ESCALÃO	OBSE
09h00	09h15	09h30	Martelo	Fem	Iniciadas	Final
09h40	09h50	10h00	250 M	Mas	Iniciadas	Séries
09h30	09h40	10h00	Altura	Mas	Iniciadas	Final
09h30	09h40	10h00	Comprimento	Fem	Iniciadas	Final
09h30	09h40	10h00	Peso (3 kg)	Fem	Iniciadas	Final
09h55	10h05	10h15	250 M	Fem	Iniciadas	Séries
10h10	10h20	10h30	150 M	Mas	Infantis	Elim.
10h25	10h35	10h45	150 M	Fem	Infantis	Séries
10h30	10h40	11h00	Comprimento	Fem	Infantis	Final
10h30	10h40	11h00	Dardo (500 g)	Mas	Infantis	Final
10h30	10h40	11h00	Peso (4 Kg)	Mas	Iniciado	Final
10h40	10h50	11h00	1000 M	Mas	Infantis	Final
10h55	11h05	11h15	1000 M	Fem	Infantil	Final
11h00	11h10	11h30	Altura	Fem	Iniciadas	Final
11h10	11h20	11h30	1500 M	Mas	Iniciados	Final

11h25	11h35	11h45	1500 M	Fem	Iniciados	Final
11h30	11h40	12h00	Triplo	Mas	Iniciados	Final
11h40	11h45	12h00	4 x 60 M	Fem	Infantis	Final
11h45	11h55	12h15	Dardo (400 g)	Fem	Infantis	Final
11h55	12h05	12h15	4 x 60	Mas	Infantis	Final
12h10	12h20	12h30	4 x 80 M	Fem	Iniciadas	Final
12h25	12h35	13h45	4 x 80 M	Mas	Iniciados	Final

Classificação

- A classificação individual será por escalão e sexo;
- Serão pontuados todos os atletas por estação, atribuindo-se ao 1º classificado 25 pontos, ao 2º classificado 23 pontos, ao 3º classificado 21 pontos, ao 4º classificado 20 pontos e assim sucessivamente;
- Será considerada vencedora a Associação que obtiver a pontuação mais elevada, sendo os lugares seguintes atribuídos por ordem decrescente;
- Em caso de empate, o desempate far-se-á a favor da Associação com maior número de 1ºs lugares. Se o empate subsistir, verificar-se-á entre estes qual tem o maior número de 2ºs lugares, e assim sucessivamente.

Normas Regulamentares

- Só poderão participar nesta competição todos os atletas que estejam devidamente filiados na Associação respectiva, devendo para o efeito ser remetidas à entidade organizadora os respectivos comprovativos;
- Só serão consideradas as inscrições remetidas através de formulário formatado, através de fax e email, até à data final de inscrição;
- No incumprimento da alínea anterior não serão consideradas as inscrições;
- Na reunião técnica deverão ser apresentados o cartão de atleta, bem como cartão do cidadão ou BI;
- O Seleccionador Regional, após a acusar recepção dos respectivos resultados dos atletas inscritos na competição, procederá à seriação dos resultados por escalão e sexo, remetendo por fax e correio electrónico às respectivas Associações participantes,
- Associação Regional participante deverá igualmente remeter até à data final de inscrição o plano de voo, estadia e alojamento, bem como a composição da comitiva;
- A Associação organizadora deverá informar antecipadamente da hora da reunião técnica e da reunião de juizes;
- A Associação organizadora poderá participar com mais atletas devendo antecipadamente indicar quais os atletas que integram a respectiva selecção e os atletas considerados extra;
- Cada atleta tem que participar obrigatoriamente em todas as provas em que foi inscrito;
- Cada Associação poderá inscrever um número ilimitado de atletas em cada uma das provas, desde que preencham os requisitos exigidos;
- Os atletas poderão participar em quatro provas no conjunto dos dois dias, sendo uma delas uma estafeta considerando-se as eliminatórias e a final como uma só prova, nunca poderão realizar as 4 provas no mesmo dia;
- Os atletas dos escalões de infantis e iniciados que participem em corridas de distância igual ou superior a 250 m, ou na prova de marcha, não poderão participar na prova de marcha ou noutra corrida (com excepção da estafeta) nessa mesma jornada, independente da ordem de participação nessas provas.

Prémios

- Medalhas para os três primeiros classificados individuais de cada escalão e sexo por disciplina;
- Entregues troféus a todas as ilhas participantes.

Equipamento Desportivo

- Os atletas deverão obrigatoriamente competir com o equipamento desportivo correspondente à sua Associação.

Ajuizamento

- A Associação organizadora da competição efectuará uma hora antes da hora prevista para o início da competição uma reunião com os Juizes;

- A Associação organizadora da competição informará com 4 dias antes as funções a serem desempenhadas pelos Juízes, podendo as mesmas serem alteradas posteriormente conforme as necessidades;
- Associação Organizadora anunciará a existência de um júri de apelo, que deverá ser constituído por 5 elementos (Presidente do Conselho de Arbitragem; o Director de Competição e os três juizes das Associações que se deslocam).

2.8. CAMPEONATO REGIONAL DE JUNIORES E ABSOLUTOS

CAMPEONATO REGIONAL DE JUNIORES E ABSOLUTOS

16/06/2012 e 17/06/2012 – SÃO MIGUEL

Introdução

O Campeonato Regional de Juniores e Absolutos é uma iniciativa das Associações de Atletismo da Região Autónoma dos Açores com o apoio da Direcção Regional do Desporto.

Objectivos Gerais

- Potenciar a prestação desportiva e aumentar o número de atletas a participar em competições nacionais;
- Potenciar a obtenção de mínimos às competições nacionais no escalão de Juniores e Absolutos;
- Aproximar o quadro competitivo regional ao nacional;
- Fomentar e alargar o período de treino dos escalões de Juniores e Seniores.

Escalões

- Fase Local: Juvenis / Juniores / Seniores;
- Fase Regional: Juvenis / Juniores / Seniores.

Comitiva

A comitiva de cada Associação Regional depende do número de atletas que obtenham um mínimo de participação regional. Para além dos atletas inclui um Técnico, um Dirigente e um Juiz.

Apuramento

- Fase Local
 - Participam todos os atletas e apuram-se, no escalão de Juvenis e Juniores, os que tenham obtido um mínimo de participação regional no escalão de Juniores e, no escalão de Absolutos, os que tenham obtido um mínimo no escalão de Absolutos.
- Fase Regional
 - Participam os melhores atletas em cada sexo, no escalão de Juvenis e Juniores, os que tenham obtido um mínimo de participação regional no escalão de Juniores e, no escalão de Absolutos, os que tenham obtido um mínimo no escalão de Absolutos.
 - .
- Fase Nacional
 - Participam os atletas que tenham obtido um mínimo de participação nacional.

Calendarização

- Competição:
 - Fase Local: A designar por cada Associação;
 - Fase Regional: 16 e 17 de Junho de 2012 – São Miguel.
- Limite de Apuramento para a competição regional: 10 de Junho de 2012.
- Limite de Inscrição na competição regional: 12 de Junho de 2012.

Programa de Provas

Escalão	Masculinos		Femininos	
	1ª Jornada	2ª Jornada	1ª Jornada	2ª Jornada
Absolutos	400 m	Martelo (7,260 kg)	Martelo (4 kg)	400 m barr. (0,76)
	110 m barr.	400 m barr. (0,91)	400 m	Altura
	100 m	Triplo	Disco (1 kg)	200 m
	1.500 m	Vara	Triplo	800 m
	Altura	Disco (2 kg)	100 m barr.	Peso (4 kg)
	5.000 m	200 m	Vara	Comprimento
	Comprimento	800 m	100 m	Dardo (600 g)

	Peso (7,260 kg) Dardo (800 g) 10.000 mx	3.000 m obst.	1.500 m 3.000 m obst. 10.000 mx	5.000 m
--	---	---------------	---------------------------------------	---------

Programa Horário

1ª JORNADA					
CÂMARA DE CHAMADA	ENTRADA NA PISTA	HORAS	PROVA	SEXO	OBSERV.
15:30	15:40	16:00	Martelo (4 Kg)	F	Final
15:40	15:50	16:00	110 m barr.	M	Final
15:30	15:40	16:00	Triplo	F	Final
15:30	15:40	16:00	Altura	M	Final
15:55	16:05	16:15	100 m barr.	F	Final
16:10	16:20	16:30	100 m	M	½ final
16:30	16:40	17:00	Vara	F	Final
16:25	16:35	17:45	100 m	F	½ final
16:30	16:40	17:00	Disco (1 Kg)	F	Final
16:30	16:40	17:00	Peso (7,260 Kg)	M	Final
16:50	16:50	17:00	400 m	M	Séries
16:50	17:00	17:10	400 m	F	Séries
17:00	17:10	17:20	1.500 m	M	Final
17:10	17:20	17:30	1.500 m	F	Final
17:00	17:10	17:30	Comprimento	M	Final
17:20	17:30	17:40	3.000 m obst.	F	Final
17:40	17:50	18:00	5.000 m	M	Final
17:30	17:40	18:00	Dardo (800 grs.)	M	Final
18:00	18:10	18:20	4x100 m	M	Final
18:10	18:20	18:30	4x100 m	F	Final
18:20	18:30	18:40	10 Km Marcha	M	Final
18:20	18:30	18:40	5 Km Marcha	F	Final

2ª JORNADA					
CÂMARA DE CHAMADA	ENTRADA NA PISTA	HORAS	PROVA	SEXO	OBSERV.
09:10	09:20	09:30	10.000 m	M	Final
09:30	09:40	10:00	Martelo (7,260 Kg)	M	Final
09:30	09:40	10:00	Vara	M	Final
09:40	09:50	10:00	200 m	M	Eliminatória
09:30	09:40	10:00	Triplo	M	Final
09:55	10:05	10:15	200 m	F	Eliminatória
10:10	10:20	10:30	400 m barr.	M	Séries
10:25	10:35	10:45	400 m barr.	F	Séries
10:30	10:40	11:00	Disco (2 Kg)	M	Final
10:30	10:40	11:00	Peso (4 Kg)	F	Final
10:40	10:50	11:00	800 m	M	Final
10:30	10:40	11:00	Comprimento	F	Final
10:45	10:55	11:15	Altura	F	Final
10:55	11:05	11:15	800 m	F	Final
11:10	11:20	11:30	3.000 m Obstáculo	M	Final
11:25	11:35	11:45	5.000 m	F	Final
11:30	11:40	12:00	Dardo (600 grs.)	F	Final
11:40	11:50	12:00	200 m	M	Final
11:50	12:00	12:10	200 m	F	Final
12:00	12:10	12:20	4x400 m	M	Final

12:10	12:20	12:30	4x400 m	F	Final
-------	-------	-------	---------	---	-------

Classificação

- Haverá classificação individual e colectiva;
- Serão pontuados até ao máximo de 8 atletas por prova, atribuindo-se ao 1º classificado 8 pontos, ao 2º classificado 7 pontos, e assim sucessivamente, até 1 ponto ao eventual 8º classificado;
- A classificação colectiva é obtida pelo somatório das pontuações dos atletas;
- Será considerado vencedor o clube que obtiver a pontuação mais elevada, sendo os lugares seguintes atribuídos por ordem decrescente. Em caso de empate, o desempate far-se-á a favor do clube com maior número de 1ºs lugares. Se o empate subsistir, verificar-se-á entre estes qual tem o maior número de 2ºs lugares, e assim sucessivamente.

Normas Regulamentares

- Só poderão participar nesta competição todos os atletas que estejam devidamente filiados na Associação respectiva, devendo para o efeito ser remetidas à entidade organizadora os respectivos comprovativos;
- Só serão consideradas as inscrições remetidas através de formulário formatado, através de fax e correio electrónico, até à data final de inscrição;
- No incumprimento da alínea anterior não serão consideradas as inscrições;
- Na reunião técnica deverão ser apresentados o cartão de atleta, bem como cartão do cidadão ou BI;
- O Seleccionador Regional, após a acusar recepção dos respectivos resultados dos atletas inscritos na competição, procederá à seriação dos resultados por escalão e sexo, remetendo por fax e correio electrónico às respectivas Associações participantes;
- Associação Regional participante deverá igualmente remeter até à data final de inscrição o plano de voo, estadia e alojamento, bem como a composição da comitiva;
- Associação organizadora deverá informar antecipadamente da hora da reunião técnica e da reunião de juizes;
- Associação organizadora poderá participar com mais atletas devendo antecipadamente indicar quais os atletas que integram a respectiva selecção e os atletas considerados extra;
- Cada atleta tem que participar obrigatoriamente em todas as provas em que se inscreveu;
- Cada Associação poderá inscrever um número ilimitado de atletas em cada uma das provas, desde que preencham os requisitos exigidos;
- Os atletas poderão participar em quatro provas no conjunto dos dois dias, sendo uma delas uma estafeta considerando-se as eliminatórias e a final como uma só prova, nunca poderão realizar as 4 provas no mesmo dia.

Prémios

- Medalhas para os três primeiros classificados individuais no escalão e sexo de absolutos nas várias provas;
- Serão atribuídas pela Associação organizadora medalha ao primeiro classificado de cada disciplina no escalão de Juniores;
- Entregues troféus aos três primeiros clubes classificados colectivamente em masculinos e femininos.

Equipamento Desportivo

- Os atletas deverão obrigatoriamente competir com o equipamento desportivo correspondente ao seu clube.

Ajuizamento

- A Associação organizadora da competição efectuará uma hora antes da hora prevista para o início da competição uma reunião com os Juizes;
- A Associação organizadora da competição informará com 4 dias antes as funções a serem desempenhadas pelos Juizes, podendo as mesmas serem alteradas posteriormente conforme as necessidades;
- Associação Organizadora anunciará a existência de um júri de apelo, que deverá ser constituído por 5 elementos (Presidente do Conselho de Arbitragem; o Director de Competição e os três juizes das Associações que se deslocam).

3. NORMAS DAS COMPETIÇÕES REGIONAIS A INTRODUIR NO CALENDÁRIO (PROPOSTAS)

3.1. CAMPEONATO REGIONAL DE JUNIORES/ABSOLUTOS DE INVERNO

Introdução

O Campeonato Regional de Juniores e Absolutos de Inverno é uma iniciativa das Associações de Atletismo da Região Autónoma dos Açores com o apoio da Direcção Regional do Desporto com vista a preparar os atletas regionais para os Campeonatos Nacionais de Inverno/ Pista Coberta.

Objectivos Gerais

- Manter por um período mais alargado a prática desportiva dos atletas dos escalões de Juniores e Seniores;
- Potenciar a prestação desportiva e aumentar o número de atletas a participar em competições nacionais com especial ênfase no período de Inverno;
- Aproximar o quadro competitivo regional ao nacional no período de Inverno;
- Fomentar e alargar o período de treino dos escalões de Juniores e Seniores.

Comitativas Mínimas

Associações	Atletas			Dirigentes	Técnicos	Juizes	Total
	Juv	Jun	Sen				
Faial	2	7	7	1	1	1	20
Pico	2	7	7	1	1	1	20
Terceira	2	7	7	1	1	1	20
S.Miguel	2	7	7	1	1	1	20

Nota: O número de atletas por escalão abrange ambos os sexos

Escalões

- Fase Local: Juvenis / Juniores / Seniores de ambos os sexos;
- Fase Regional: Juvenis / Juniores / Seniores de ambos os sexos;
- Fase Nacional: Juvenis / Juniores / Seniores de ambos os sexos.

Calendarização

- Competição:
 - Fase Local: Cada Associação deverá obrigatoriamente realizar, no mínimo, uma fase de apuramento;
 - Fase Regional: Data e local a definir.
- Limite de Apuramento para a competição regional: A definir em função da data de competição regional.
- Limite de Inscrição na competição regional: A definir em função da data de competição regional.

Apuramento

- Fase Local
 - Participam todos os atletas e apuram-se, no escalão de Juvenis e Juniores, os que tenham obtido um mínimo de participação regional no escalão de Juniores e, no escalão de Absolutos, os que tenham obtido um mínimo no escalão de Absolutos.
- Fase Regional
 - Participam os melhores atletas em cada sexo, no escalão de Juvenis e Juniores, os que tenham obtido um mínimo de participação regional no escalão de Juniores e, no escalão de Absolutos, os que tenham obtido um mínimo no escalão de Absolutos.
 - .
- Fase Nacional
 - Participam os atletas que tenham obtido um mínimo de participação nacional.

Normas Regulamentares

- Só poderão participar nesta competição todos os atletas que estejam devidamente filiados na Associação respectiva, devendo para o efeito ser remetidas à entidade organizadora os respectivos comprovativos;
- Só serão consideradas as inscrições remetidas através de formulário formatado, através de fax e correio electrónico, até à data final de inscrição;
- No incumprimento da alínea anterior não serão consideradas as inscrições;
- Na reunião técnica deverá ser apresentado o cartão de atleta, bem como cartão do cidadão ou BI;
- Associação Regional participante deverá igualmente remeter até à data final de inscrição o plano de voo, estadia e alojamento, bem como a composição da comitiva;
- Associação organizadora deverá informar antecipadamente da hora da reunião técnica e da reunião de juizes;
- Cada atleta tem que participar obrigatoriamente em todas as provas;
- Cada Associação poderá inscrever um número ilimitado de atletas em cada uma das provas, desde que preencham os requisitos exigidos;
- Os atletas poderão participar em quatro provas no conjunto dos dois dias, sendo uma delas uma estafeta considerando-se as eliminatórias e a final como uma só prova, nunca poderão realizar as 4 provas no mesmo dia;

Programa de Provas

Escalão	Masculinos		Femininos	
	1ª Jornada	2ª Jornada	1ª Jornada	2ª Jornada
Absoluto	60 m	60 mb (1.067 m)	Martelo (4 Kg)	60 mb (0,84m)
	Altura	Martelo (7,260 Kg)	60 m	200 m
	1.500 m	Peso (7,260 Kg)	Comprimento	Altura
	Triplo	200 m	Peso (4 Kg)	Triplo
	Dardo (800 g)	Vara	Vara	800 m
	Disco (2 kg)	800 m	1.500 m	3.000 m
	5.000 MX	Comprimento	3.000 MX	Dardo (600 g)
	400 m	3.000 m	400 m	Disco (1 kg)
		4x400 m.		4 x 400 m

Programa Horário

- Será definido pela Associação organizadora da competição.

Classificação

- Haverá classificação individual e colectiva;
- Serão pontuados até ao máximo de 8 atletas por prova, atribuindo-se ao 1º classificado 8 pontos, ao 2º classificado 7 pontos, e assim sucessivamente, até 1 ponto ao eventual 8º classificado;
- A classificação colectiva é obtida pelo somatório das pontuações dos atletas;
- Será considerado vencedor o clube que obtiver a pontuação mais elevada, sendo os lugares seguintes atribuídos por ordem decrescente. Em caso de empate, o desempate far-se-á a favor do clube com maior número de 1ºs lugares. Se o empate subsistir, verificar-se-á entre estes qual tem o maior número de 2ºs lugares, e assim sucessivamente.

Prémios

- Medalha para o primeiro classificado no escalão de Juniores em ambos os sexos e por disciplina;
- Medalhas aos três primeiros classificados e por disciplina no escalão de Absolutos em ambos os sexos.

Equipamento Desportivo

- Os atletas deverão obrigatoriamente competir com o equipamento desportivo correspondente ao seu clube.

Ajuizamento

- Só poderão participar juizes devidamente filiados na Federação Portuguesa de Atletismo;
- A Associação organizadora da competição efectuará uma hora antes da hora prevista para o início da competição uma reunião com os Juizes;
- A Associação organizadora da competição informará com 4 dias antes as funções a serem desempenhadas pelos Juizes, podendo as mesmas serem alteradas posteriormente conforme as necessidades;
- Os Juizes das ilhas participantes serão objecto do pagamento do prémio por jornada ao valor estabelecido pela Associação organizadora da competição;
- Associação Organizadora anunciará a existência de um júri de apelo, que deverá ser constituído por 5 elementos (Presidente do Conselho de Arbitragem; o Director de Competição e os três juizes das Associações que se deslocam).

14. ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

14.1. CORRIDAS DE BARREIRAS

Provas	Nº Bar.	Altura	Dist. à 1ª Bar.	Entre Bar.	Última Bar.
Masculinos					
Inf – 60 m/b	6	0.76 m	12.00 m	7.50 m	10.50 m
Inic – 60 m/b	5	0.84 m	13.00 m	8.50 m	13.00 m
Inic – 100 m/b	10	0.84 m	13.00 m	8.50 m	10.50 m
Inic- 250 m/b	6	0.76 m	35.00 m	35.00 m	40.00 m
Juv – 60 m/b	5	0.914 m	13.72 m	9.14 m	9.72 m
Juv –110 m/b	10	0.914 m	13.72 m	9.14 m	14.02 m
Juv – 300 m/b	7	0.84 m	50,00 m	35,00 m	40,00 m
Jun/Abs - 60 m/b	5	1,067 m	13.72 m	9,14 m	14.02 m
Jun/Abs - 110 m/b	10	1.067 m	13.72 m	9.14 m	14.02 m
Jun/Abs - 400 m/b	10	0,914 m	50,00 m	35,00 m	40,00 m
Femininos					
Inf – 60 m/b	6	0.76 m	12.00 m	7.00 m	13.00 m
Inic – 60 m/b	6	0.76 m	12.00 m	8.00 m	12.00 m
Inic – 80 m/b	8	0.76 m	12.00 m	8.00 m	12.00 m
Inic – 250 m/B	6	0.76 m	35.00 m	35.00 m	40.00 m
Juv – 60 m/b	5	0.76 m	13.00 m	8.50 m	13.00 m
Juv – 100 m/b	10	0.76 m	13.00 m	8.50 m	10.50 m
Juv – 300 m/b	7	0.76 m	50,00 m	35,00 m	40,00 m
Jun/Abs - 100 m/b	10	0.84 m	13.00 m	8.50 m	10.50 m
Jun/Abs - 400 m/b	10	0.76 m	45,00 m	35,00 m	40,00 m
Jun/Abs - 60 m/b	5	0,84 m	13,00 m	8,50 m	10,50 m

14.2. SALTOS VERTICAIS (PROGRESSÃO DAS FASQUIAS)

	ALTURA		VARA	
	Masculinos	Femininos	Masculinos	Femininos
Infantis	1,00 / 1,05 / 1,10 / 1,15 / 1,20 / 1,25 / 1,28 (+ 3 cm)	0,90 / 0,95 / 1,00 / 1,05 / 1,10 / 1,15 / 1,18 (+ 3 cm)	1,80 / 1,90 / 2,00 / 2,10 / 2,15 / 2,20 / 2,30 (+ 10 cm)	1,80 / 1,90 / 2,00 / 2,10 / 2,15 / 2,20 / 2,30 (+ 10 cm)
Iniciados	1,15 / 1,20 / 1,25 / 1,30 / 1,33 (+ 3 cm)	1,05 / 1,10 / 1,15 / 1,20 / 1,23 (+ 3 cm)	1,80 / 1,90 / 2,00 / 2,10 / 2,15 / 2,20 / 2,30 (+ 10 cm)	1,80 / 1,90 / 2,00 / 2,10 / 2,15 / 2,20 / 2,30 (+ 10 cm)
Juvenis	1,25 / 1,30 / 1,35 / 1,40 / 1,43 (+ 3 cm)	1,10 / 1,15 / 1,20 / 1,25 / 1,30 / 1,35 / 1,38 (+ 3 cm)	1,80 / 1,90 / 2,00 / 2,10 / 2,15 / 2,20 / 2,30 (+ 10 cm)	1,80 / 1,90 / 2,00 / 2,10 / 2,15 / 2,20 / 2,30 (+ 10 cm)
Juniores / Absolutos	1,45 / 1,50 / 1,55 / 1,60 / 1,65 / 1,70 / 1,73 (+ 3 cm)	1,20 / 1,25 / 1,30 / 1,35 / 1,40 / 1,43 (+ 3 cm)	2,40 / 2,50 / 2,60 / 2,70 / 2,80 / 2,90 / 3,00 (+ 10 cm)	1,90 / 2,00 / 2,10 / 2,20 / 2,30 / 2,40 (+ 10 cm)

14.3. **SALTOS HORIZONTAIS (DISTÂNCIA DA TÁBUA DE CHAMADA)**

	COMPRIMENTO		TRIPLO SALTO	
	Masculinos	Femininos	Masculinos	Femininos
Infantis	1 m	1 m	---	---
Iniciados	1 m	1 m	9 m	8 m
Juvenis	3 m	3 m	9/11 m	9 m
Juniores	3 m	3 m	11 m	9 m
Absolutos	3 m	3 m	11 m	9 m

14.4. **LANÇAMENTOS (ENGENHOS)**

Escalão	Masculinos					Femininos				
	INF	INIC	JUV	JUN	ABS	INF	INIC	JUV	JUN	ABS
Peso	3 Kg	4 Kg	5 Kg	6 Kg	7,260 Kg	2 Kg	3 Kg	3 Kg	4 Kg	4 Kg
Dardo	500 Gr	600 Gr	700 Gr	800 Gr	800 Gr	400 Gr	500 Gr	600 Gr	600 Gr	600 Gr
Disco	---	0,75 Kg	1 Kg	1,5 Kg	2 Kg	---	0,75 Kg	1 Kg	1 Kg	1 Kg
Martelo	3 Kg	4 Kg	5 Kg	6 Kg	7,260 Kg	2 Kg	3 Kg	3 Kg	4 Kg	4 Kg

14.5. **DISTRIBUIÇÃO DAS PROVAS DA TAÇA REGIONAL DE INFANTIS E INICIADOS**

PROVAS	INF. M		INF. F		INIC. M		INIC. F	
	P	I	P	I	P	I	P	I
60 m	X	-	X	-	-	-	-	-
80 m	-	-	-	-	X	-	X	-
150 m	-	X	-	X	-	-	-	-
250 m	-	-	-	-	-	X	-	X
600 m	X	-	X	-	-	-	-	-
800 m	-	-	-	-	X	-	X	-
1000 m	-	X	-	X	-	-	-	-
1.500 m	-	-	-	-	-	X	-	X
Marcha	X	X	X	X	-	X	-	X
1.500 m obst	-	-	-	-	X	-	X	-
60 mb	X	X	X	X	-	-	-	-
80 mb	-	-	-	-	-	-	-	X
100 mb	-	-	-	-	-	X	-	-
250 mb	-	-	-	-	X	-	X	-
Altura	X	X	X	X	X	X	X	X
Compr.	X	X	X	X	X	X	X	X
Triplo	-	-	-	-	-	X	-	X
Vara	-	-	-	-	X	-	X	-
Peso	X	X	X	X	X	X	X	X
Dardo	X	X	X	X	X	X	X	X
Disco	-	-	-	-	X	-	X	-
Martelo	-	-	-	-	-	X	-	X
Estafeta	X	X	X	X	X	X	X	X

14.6. DISTRIBUIÇÃO DAS PROVAS OLÍMPICO JOVEM

PROVAS	INF. M		INF. F		INIC. M		INIC. F		JUV. M		JUV. F	
	P	I	P	I	P	I	P	I	P	I	P	I
60 m	-	X	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-
80 m	-	-	-	-	X	X	X	X	-	-	-	-
150 m	X	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-
300 m	-	-	-	-	-	-	-	-	X	X	X	X
600 m	-	X	-	X	-	-	-	-	-	-	-	-
800 m	-	-	-	-	-	-	-	-	X	X	X	X
1000 m	X	-	X	-	X	X	X	X	-	-	-	-
3.000 m	-	-	-	-	-	-	-	-	X	X	X	X
Marcha	X	X	X	X	X	-	X	-	-	X	-	X
1.500 m Obt	-	-	-	-	X	X	X	X	-	-	-	-
2.000 m Obt	-	-	-	-	-	-	-	-	X	X	X	X
60 mb	X	X	X	X	-	-	-	-	-	-	-	-
80 mb	-	-	-	-	-	-	X	X	-	-	X	X
110mb/100 mb	-	-	-	-	X	X	-	-	-	-	X	X
Altura	X	X	X	X	X	X	X	X	X	-	X	-
Compr.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Triplo	-	-	-	-	-	-	-	-	X	-	X	-
Vara	-	-	-	-	-	-	-	-	-	X	-	X
Peso	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Dardo	X	X	X	X	X	X	X	X	-	X	-	X
Disco	-	-	-	-	-	-	-	-	-	X	-	X
Martelo	-	-	-	-	-	-	-	-	X	-	X	-
Estafeta	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

14. MÍNIMOS DE PONTUAÇÃO REGIONAIS

14.1. INFANTIS

INFANTIS

MASCULINOS			FEMININOS		
M. REG.	PROVAS	M. PONT.	M. REG.	PROVAS	M. PONT.
8.8/9.04	60 m	8.9/9.14	9.1/9.34	60 m	9.2/9.44
20.0/20.24	150 m	20.2/20.44	23.5/23.74	150 m	23.7/23.94
1:50.0	600 m	1:52.0	2:10.0	600 m	2:12.0
3.38.0	1.000 m	3.41.0	3.55.0	1.000 m	3.58.0
11.4/11.64	60 mb	11.6/11.84	12.8/13.04	60 mb	13.0/13.24
6.30.0	1.000 mm	6.35.0	6.50.0	1.000 mm	6.55.0
1,25	Altura	1,20	1,20	Altura	1,15
4,25	Comp.	4,15	4,10	Comp.	4,00
8,15	Peso (3 kg)	8,00	7,95	Peso (3 kg)	7,80
24,00	Dardo (500 g)	22,00	20,00	Dardo (400 g)	18,00

14.2. INICIADOS

INICIADOS

MASCULINOS			FEMININOS		
M. REG.	PROVAS	M. PONT.	M. REG.	PROVAS	M. PONT.
10.4/10.64	80 m	10.5/10.74	11.4/11.64	80 m	11.5/11.74
34.5/34.64	250 m	34.7/34.84	37.5/37.64	250 m	37.7/37.84
2.22.0	800 m	2.25.0	2.48.0	800 m	2.51.0
3.22.0	1.000 m	3.25.0	3.48.0	1.000 m	3.51.0
4.50.0	1.500 m	4.55.0	5.45.0	1.500 m	5.50.0
17.0/17.24	100 mb	17.2/17.44	15.5/15.74	80 mb	15.7/15.94
39.0/39.14	250 mb	39.4/39.54	43.0/43.14	250 mb	43.4/43.54
26.00.0	4.000 mm	26.15.0	28.00.0	4.000 mm	28.15.0
5:20.0	1.500 m obst.	5:25.0	6:30.0	1.500 m obst.	6:35.0
1,50	Altura	1,45	1,30	Altura	1,25
4,90	Compr.	4,80	4,35	Compr.	4,25
2,00	Vara	1,95	1,80	Vara	1,75
10,50	Triplo	10,40	9,60	Triplo	9,50
36,00	Dardo (600 g)	34,00	24,00	Dardo (600 g)	22,00
26,00	Disco (1 kg)	24,00	19,00	Disco (1 kg)	17,00
10,40	Peso (4 kg)	10,00	8,00	Peso (4 kg)	7,60
25,00	Martelo (4 kg)	23,00	20,00	Martelo (4 kg)	18,00

14.3. JUVENIS**JUVENIS**

MASCULINOS			FEMININOS		
M. REG.	PROVAS	M. PONT.	M. REG.	PROVAS	M. PONT.
12.1/12.34	100 m	12.2/12.44	13.9/14.14	100 m	14.0/14.24
25.5/25.74	200 m	25.7/25.94	29.3/29.54	200 m	29.5/29.74
46.0/46.14	300 m	46.4/46.54	49.0/49.14	300 m	49.4/49.54
2.17.0	800 m	2.20.0	2.40.0	800 m	2.43.0
4.40.0	1.500 m	4.45.0	5.35.0	1.500 m	5.40.0
10.05.0	3.000 m	10.20.0	12.20.0	3.000 m	12.35.0
18.0/18.24	110 mb	18.2/18.44	19.0/19.24	100 mb	19.2/19.44
51.0/51.14	300 mb	51.4/51.54	54.0/54.14	300 mb	54.4/54.54
25.00.0	4.000 mm	25.10.0	26.00	4.000 mm	26.10.0
32.00.0	5.000 mm	32.15.0	36.00.0	5.000 mm	36.15.0
7.40.0	2.000 Obst.	7.50.0	9.00.0	2.000 Obst.	9:10.0
1,60	Altura	1,55	1,35	Altura	1,30
5,40	Compr.	5,30	4,40	Compr.	4,30
2,50	Vara	2,40	2,20	Vara	2,10
11,20	Triplo	11,10	9,50	Triplo	9,40
36,00	Dardo (700 g)	34,00	24,00	Dardo (600 g)	22,00
27,00	Disco (1,5 kg)	25,00	22,00	Disco (1,0 kg)	20,00
10,60	Peso (5 kg)	10,20	8,55	Peso (3 kg)	8,15
27,00	Martelo (5 kg)	25,00	24,00	Martelo (3 kg)	22,00

14.4. ABSOLUTOS**ABSOLUTOS**

MASCULINOS			FEMININOS		
M. REG.	PROVAS	M. PONT.	M. REG.	PROVAS	M. PONT.
11.8/12.04	100 m	11.9/12.14	13.7	100 m	13.8
24.0/24.24	200 m	24.2/24.44	29.0	200 m	29.2
54.5/54.64	400 m	55.0/55.14	65.8	400 m	66.3
2.06.0	800 m	2.08.0	2.36.0	800 m	2.38.0
4.20.0	1.500 m	4.25.0	5.25.0	1.500 m	5.30.0
9.40.0	3.000 m	9.50.0	11.50.0	3.000 m	12.00.0
16.20.0	5.000 m	16.30.0	20.50.0	5.000 m	21.00.0
34.00.0	10.000 m	34.15.0	40.00.0	10.000 m	40.15.0
17.0/17.24	110 mb	17.2/17.44	18.0/18.24	100 mb	18.2/18.44
65.5/65.64	400 mb	66.0/66.14	73.0/73.24	400 mb	73.5/73.64
28.30.0	5.000 mm	28.40.0	34.20.0	5.000 mm	34.30.0
65.00.0	10.000 mm	65.15.0	68.00.0	10.000 mm	68.15.0
9.45.0	3.000 Obst.	9.55.0	13:30.0	3.000 Obst.	13:40.0
1,75	Altura	1,70	1,45	Altura	1,40
6,00	Compr.	5,90	4,90	Compr.	4,80
3,00	Vara	2,90	2,50	Vara	2,40
12,30	Triplo	12,20	10,00	Triplo	9,90
42,00	Dardo (800 g)	40,00	27,00	Dardo (600 g)	25,00
30,00	Disco (2,0 kg)	28,00	27,00	Disco (1 kg)	25,00
10,30	Peso (7,260 kg)	10,00	8,50	Peso (4 kg)	8,20
30,00	Martelo (7,260 kg)	28,00	27,00	Martelo (4 kg)	25,00

15. MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO

15.1. REGIONAIS

	Infantis		Iniciados		Juvenis		Juniors		Seniores	
	Masc	Fem	Masc	Fem	Masc	Fem	Masc	Fem	Masc	Fem
60 m	8,8 (9.04)	9,1 (9.34)								
80 m			10,4 (10.64)	11,4 (11.64)						
100 m					12,1 (12.34)	13,9 (14.14)	12,0 (12.24)	13,8 (14.04)	11,8 (12.04)	13,7 (13.94)
150 m	20,0 (20.24)	23,5 (23.74)								
200 m					25,5 (25.74)	29,3 (29.54)	25,0 (25.24)	29,2 (29.44)	24,0 (24.24)	29,0 (29.24)
250 m			34,5 (34.74)	37,5 (37.74)						
300 m					46,0 (46.24)	49,0 (49.24)				
400 m					57,8 (57.94)	68,0 (68.14)	56,0 (56.14)	66,5 (66.64)	54,5 (54.64)	65,8 (65.94)
600 m	1.50,0	2.10,0								
800 m			2.22,0	2.38,0	2.17,0	2.40,0	2.10,0	2.38,0	2.06,0	2.36,0
1.000 m	3.38,0	3.55,0	3.22,0	3.48,0						
1.500 m			4.50,0	5.45,0	4.40,0	5.35,0	4.30,0	5.30,0	4.20,0	5.25,0
3.000 m			10.25,0	12.40,0	10.05,0	12.10,0	9.50,0	12.00,0	9.40,0	11.55,0
5.000 m							17.00,0		16.20,0	20.50,0
10.000 m									34.00,0	40.00,0
60 m/b	11,4 (11.64)	12,8 (13.04)								
80 m/b				15,5 (15.74)						
100 m/b			17,0 (17.24)			19,0 (19.24)		18,5 (18.74)		18,0 (18.24)
110 m/b					18,0 (18.24)		18,0 (18.24)		17,0 (17.24)	
250 m/b			39,0 (39.24)	43,0 (43.24)						
300 m/b					51,0 (51.24)	54,0 (54.24)				
400 m/b					64,0 (64.14)	75,0 (75.14)	66,0 (66.14)	74,0 (74.14)	65,5 (65.64)	73,0 (73.14)
1.500 m/Ob.			5.20,0							
2.000 m/Ob.					7.40,0					
3.000 m/Ob.							10.20,0		10.10,0	
1.000 MX	6.30,4	6.50,0								
2.000 MX				12.30,0						
3.000 MX			19.00,0	21.00,0						19.00,0
4.000 MX			26.00,0	28.00,0	25.00,0	26.00,0				
5.000 MX					32.00,00	36.00,0	30.00,0	34.20,0	28.30,0	34.00,0
10.000 MX							65.00,0	68.30,0	65.00,0	68.00,0
Comprim.	4.25	4.10	4.90	4.35	5.40	4.45	5.70	4.70	6.00	4.90
Altura	1.25	1.18	1.50	1.30	1.60	1.35	1.75	1.40	1.80	1.45
Triplo			10.50	9.00	11.20	9.50	11.80	9.80	12.30	10.00
Vara			2.00	1.80	2.50	1.90	2.70	2.20	3.00	2.30
Peso	8.15	7.95	10.40	8.00	10.60	8.55	11.00	8.20	10.30	8.50
Dardo	24.00	20.00	33.00	21.00	36.50	24.00	40.00	26.00	42.00	27.00
Disco			26.00	19.00	27.00	22.00	30.00	24.00	30.00	27.00
Martelo			25.00	20.00	27.00	23.00	27.00	24.00	30.00	27.00

15.2. NACIONAIS

Pista Coberta			
MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO			
MASCULINOS			
PROVAS	Portugal	Sub-23	Juniors
60 m	6,9 / 7,14 10,8 / 11,04 (100m)	7,1 / 7,34 11,0 / 11,24 (100m)	7,2 / 7,44 11,2 / 11,44 (100m)
200 m	22,7 / 22,94 22,2 / 22,44 (ar livre)	23,0 / 23,24 22,4 / 22,64 (ar livre)	23,3 / 23,54 22,9 / 23,14 (ar livre)
400 m	51,0 / 51,14 49,9 / 50,04 (ar livre)	51,6 / 51,74 51,5 / 51,64 (ar livre)	52,0 / 52,14 51,9 / 52,04 (ar livre)
800 m	1 57,00 1 56,00 (ar livre)	2 02,00 1 58,00 (ar livre)	2 04,00
1 500 m	3 58,00 3 56,00 (ar livre)	4 09,00 4 02,00 (ar livre)	4 15,00
3 000 m	8 35,00 8 30,00 (ar livre) 14 40,00 (5 000 m)	8 58,00 8 40,00 (ar livre) 15 00,00 (5 000 m)	9 20,00
60 m bar (1,06m)	8,6 / 8,84 15,6 / 15,84 (110 m bar)	8,8 / 9,04 16,1 / 16,34 (110 m bar)	9,4 / 9,64 (1,00m) 9,6 / 9,84 (1,06m) 9,0 / 9,24 (0,91m) 16,7 / 16,94 (110m 1,00) 17,0 / 17,24 (110m 1,06) 16,5 / 16,74 (110m 0,91)
5 000 m Marcha	23 30,00	25 00,00	25 30,00
Altura	1,95	1,85	1,81
Vara	4,25	3,60	3,40
Comprimento	6,90	6,50	6,40
Tripla Salto	14,00	13,20	13,00
Peso (7,260kg)	14,00	11,70	12,00 (5kg) 12,50 (5kg)
4X400 m	s/ mínimo	s/ mínimo (4x200 m)	s/ mínimo (4x200 m)
Hóptatlo	4.300 / 5.500 (Decatlo) 3.200 (Pentatlo Técnico)	4.050 / 5.400 (Decatlo)	3.800 / 5.300 (Decatlo) 2.900 (Pentatlo Técnico)

Pista Coberta			
MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO			
FEMININOS			
PROVAS	Portugal	Sub-23	Juniores
60 m	8,0 / 8,24 12,6 / 12,84 (100m)	8,2 / 8,44 12,7 / 12,94 (100m)	8,3 / 8,54 12,9 / 13,14 (100m)
200 m	26,4 / 26,64 25,7 / 25,94 (ar livre)	28,0 / 28,24 26,0 / 26,24 (ar livre)	28,3 / 28,54 26,5 / 26,74 (ar livre)
400 m	61,0 / 61,14 59,9 / 60,04 (ar livre)	62,3 / 62,44 61,0 / 61,14 (ar livre)	63,0 / 63,14 62,5 / 62,64 (ar livre)
800 m	2 22,00 2 17,00 (ar livre)	2 23,00 2 20,00 (ar livre)	2 26,00
1 500 m	4 45,00 4 36,00 (ar livre)	4 55,00 4 48,00 (ar livre)	5 00,00
3 000 m	10 30,00 10 00,00 (ar livre) 17 30,00 (5 000 m)	10 40,00 10 30,00 (ar livre) 18 00,00 (5 000 m)	11 10,00
60 m bar (0,84m)	9,4 / 9,64 16,0 / 16,24 (100 m bar)	9,6 / 9,84 16,5 / 16,74 (100 m bar)	10,1 / 10,34 10,0 / 10,24 (0,76m) 17,0 / 17,24 (100m 0,84) 16,9 / 17,14 (100m 0,76)
3 000 m Marcha	15 30,00	17 00,00	17 30,00
Altura	1,56	1,52	1,50
Vara	2,90	2,40	2,30
Comprimento	5,40	5,15	5,10
Tripla Salto	11,40	10,70	10,60
Peso (4kg)	11,80	10,50	9,80 (4kg) 10,70 (3kg)
4X400 m	s/ mínimo	s/ mínimo (4x200 m)	s/ mínimo (4x200 m)
Pontatlo	2.800 (Pontatlo) / 4.000 (Hoptatlo)	2.600 (Pontatlo) / 3.750 (Hoptatlo)	2.400 (Pontatlo) / 3.500 (Hoptatlo)

Ar Livre				
MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO				
MASCULINOS				
PROVAS	Portugal	Sub-23	Juniors	Juvenis
100 m	10,8 / 11,04	11,0 / 11,24	11,2 / 11,44	11,4 / 11,64
200 m	22,2 / 22,44	22,4 / 22,64	22,9 / 23,14	23,6 / 23,84
400 m	49,9 / 50,04	50,2 / 50,34	51,5 / 51,64	53,1 / 53,24 38,9 / 39,04 (300 m)
800 m	1 56,00	1 58,00	2 00,00	2 04,00
1 500 m	3 56,00	4 02,00	4 09,00	4 15,00
3 000 m	--	--	8 58,00	9 20,00
5 000 m	14 50,00	15 30,00	16 10,00	--
10 000 m	S/mínimos	S/mínimos	--	--
Maratona	S/mínimos	--	--	--
110 m bar (1,06m)	15,6 / 15,84	16,1 / 16,34	16,6 / 16,84 (1,00m)	16,4 / 16,64 (0,91m)
400 m bar (0,91m)	55,8 / 55,94	57,8 / 57,94	58,8 / 58,94	59,7 / 59,84 43,4 / 43,54 (300 bar)
3 000 Obst (0,91m)	9 30,00	9 50,00	10 15,00	6 40,00 (2 000 m Obst)
Altura	1,96	1,88	1,85	1,77
Vara	4,35	3,80	3,60	3,10
Comprimento	7,00	6,70	6,50	6,25
Triplo Salto	14,20	13,50	13,20	12,60
Peso (7,260kg)	14,20	12,00	12,60 (6kg)	12,30 (5kg)
Martelo (7,260kg)	48,00	40,00	41,00 (6kg)	34,00 (5kg)
Disco (2kg)	43,00	35,00	35,50 (1,75 kg)	33,00 (1,5kg)
Dardo (800g)	52,00	49,00	45,00	40,00 (700g)
5 000 m Marcha	--	--	--	29 00,00
10 000 m Marcha	49 00,00	55 00,00	57 00,00 / 25 30,00 (5.000 Mts)	--
20 000 m Marcha	--	--	--	--
50 km Marcha	S/mínimos	--	--	--
4X100 m	S/mínimos	S/mínimos	S/mínimos	S/mínimos
4X400 m	S/mínimos	S/mínimos	S/mínimos	S/mínimos (4x300 m)
Octatlo	--	--	--	4.200 pontos
Duatlo	5.300 pontos	5.100 pontos	4.900 pontos	--

Ar Livre				
MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO				
FEMININOS				
PROVAS	Portugal	Sub-23	Juniors	Juvenis
100 m	12,6 / 12,84	12,7 / 12,94	12,9 / 13,14	13,1 / 13,34
200 m	25,7 / 25,94	26,0 / 26,24	26,5 / 26,74	27,2 / 27,44
400 m	59,9 / 60,04	60,2 / 60,34	61,1 / 61,24	63,0 / 63,14 45,9 / 46,04 (300 m)
800 m	2 17,00	2 20,00	2 23,00	2 26,00
1 500 m	4 36,00	4 48,00	4 55,00	5 00,00
3 000 m	--	10 30,00	10 50,00	11 20,00
5 000 m	17 30,00	--	--	--
10 000 m	S/mínimos	--	--	--
Maratona	S/mínimos	--	--	--
100 m bar (0,84m)	15,9 / 16,14	16,4 / 16,64	17,0 / 17,24	16,8 / 17,04
400 m bar (0,76m)	66,8 / 66,94	68,7 / 68,84	69,8 / 69,94	70,8 / 70,94 51,4 / 51,54 (300 bar)
3 000 Obst (0,76m)	11 45,00	12 45,00	14 00,00	8 30,00 (2 000 m Obst)
Altura	1,60	1,53	1,53	1,50
Vara	3,00	2,50	2,50	2,30
Comprimento	5,50	5,20	5,20	5,10
Triplo Salto	11,50	10,90	10,90	10,60
Peso (4kg)	12,00	10,50	10,00	11,00 (3kg)
Martelo (4kg)	45,00	40,00	39,00	36,00 (3kg)
Disco (1kg)	37,00	32,50	31,00	27,00
Dardo (600g)	37,00	34,50	29,50	27,00
5 000 m Marcha	--	--	--	31 00,00
10 000 m Marcha	58 00,00	1 04 00,00	1 06 00,00 / 29 00,00 (5.000 Mts)	--
4X100 m	S/mínimos	S/mínimos	S/mínimos	S/mínimos
4X400 m	S/mínimos	S/mínimos	S/mínimos	S/mínimos (4x300 m)
Haptatio	3.500 pontos	3.250 pontos	3.000 pontos	3.200 pontos

MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO - Taça FPA Saltos "ROBERT ZOTKO"						
PROVAS	Júvenis		Juniors		Seniores	
	Masc	Fem	Masc	Fem	Masc	Fem
Altura	1,75	1,47	1,80	1,48	1,86	1,52
Vara	3,00	2,10	3,30	2,25	3,70	2,50
Comprimento	6,00	4,90	6,30	5,00	6,60	5,20
Triplo Salto	12,40	10,40	12,90	10,50	13,30	10,80

MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO - Taça FPA Velocidade e Barreiras			Mínimos para as Provas Extra de Barreiras		
PROVAS	Masc	Fem	Masc	Fem	Escalão
60 m	7,2 / 7,44 11,2 / 11,44 (100 m)	8,3 / 8,54 12,9 / 13,14 (100 m)	8,7 / 8,94	9,5 / 9,74	Todos
400 m	Masc	Fem	MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO - Taça FPA de Provas Combinadas		
Júvenis	53,3 / 53,44	63,3 / 63,44			
Juniors	53,2 / 53,34	63,2 / 63,34			
Sub-23	51,8 / 51,94	62,5 / 62,64			
Seniores	51,3 / 51,44	61,3 / 61,44			
60 m bar	Masc	Fem	MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO - Taça FPA de Provas Combinadas		
Júvenis	9,2 / 9,44 (0,91)	10,1 / 10,34			
Juniors	9,5 / 9,74 (1,00)	10,2 / 10,44			
Sub-23	8,9 / 9,14	9,7 / 9,94			
Seniores	8,7 / 8,94	9,5 / 9,74			
			Masc	Fem	PROVAS
			3.300 pontos		Heptatlo
				2.100 pontos	Pentatlo

MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO Taça Nacional de Lançamentos para Júvenis		MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO Campeonato Nacional de Lançamentos Longos				
PROVAS	Júvenis		Juniors		Seniores	
	Masc	Fem	Masc	Fem	Masc	Fem
Peso	12,00 (5kg)	10,80 (3kg)	—	—	—	—
Martelo	33,00 (5kg)	34,00 (3kg)	40,00 (6kg)	38,00	47,00	43,50
Disco	32,00 (1,5kg)	26,00	35,00 (1,75kg)	30,00	42,00	36,00
Dardo	39,00 (700g)	26,50	44,00	28,00	51,00	35,00

MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO - Taça FPA de Marcha						
PROVAS	Júvenis		Juniors		Seniores	
	Masc	Fem	Masc	Fem	Masc	Fem
5.000 m	36.00,00	41.00,00	---	---	---	---
10.000 m	---	---	59.00,00	1:14.00,00	---	1:12.00,00
20.000 m	---	---	---	---	2:00.00,00	---

15.3. JOGOS DAS ILHAS

Sicília 2011

Epreuves	Masculins		Féminines	
	T. auto.	T. man.	T. auto.	T. man.
100 m	11,54	11,3	12,84	12,6
200 m	23,44	23,2	27,04	26,8
400 m	52,05	51,9	61,94	60,8
800 m	2 02,0		2 24,95	
1500 m	4 14,0		4 57,00	
3000 m	9 22,0		11 25,0	
2000 steeple	6 34,0		8 04,90	
100 m Haies (76cm)			15,94	15,7
110 m Haies (91cm)	15,84	15,6		
400 m Haies (M-84/F-76cm)	60,04	59,9	71,04	69,9
Hauteur	1,80		1,55	
Longueur	6,50		5,10	
Perche	3,00		2,60	
Triple	13,00		10,60	
Poids	13,20 (5kg)		9,40 (4kg)	
Javelot	45,80 (700g)		29,00 (600g)	
Disque	36,00 (1,5kg)		29,00 (1kg)	
Marteau	38,00 (5kg)		29,00 (4kg)	

16. SELECCIONADOR REGIONAL

1. Em cada época desportiva num sistema de rotatividade, uma Associação Regional ficará responsável pelo planeamento, organização e representação do Atletismo Regional;
2. A Associação Regional gestora será responsável por indicar a pessoa que será responsável pelo cargo de Seleccionador Regional;
3. A Associação Regional que não pretenda indicar um Seleccionador Regional na época da sua responsabilidade, deverá manifestar às outras Associações até ao final do mês de Setembro, a pretensão de naquela época ser responsável pela gestão;
4. A Associação Regional será responsável pela reunião de Associações, devendo para o efeito efectuar 3 reuniões ao longo da época: No início da época até ao final do mês de Outubro; Outra até ao final mês de Janeiro; Outra até ao final de Junho;
5. Nas reuniões cada Associação se fará representar pelo Director Técnico e por um Dirigente Associativo;
6. Será responsável por informar com 7 dias de antecedência à data de reunião, comunicando às Associações Regionais a ordem de trabalhos;
7. O Seleccionador Regional Será responsável pela elaboração do Caderno Regional de Competições na época em vigor onde deverá constar os seguintes elementos:
 - 7.1. Normas Regulamentares das Competições;
 - 7.2. Calendário Competitivo Regional;
 - 7.3. Mínimos Regionais;
 - 7.4. Máximos Regionais;
 - 7.5. Mínimos Nacionais;
 - 7.6. Normas Regulamentares dos Jogos das Ilhas;
 - 7.7. Mínimos Jogos das Ilhas;
 - 7.8. Rankings Regionais.
8. O Seleccionador Regional Será responsável pela apresentação do Plano de Desenvolvimento Regional a ser entregue na cimeira da Direcção Regional Desporto;
9. Será responsável pela elaboração das actas de reuniões, tendo no máximo 7 dias após as datas de reuniões, para ser remetida às restantes Associações Regionais para serem lidas e assinadas;
10. Será responsável pela organização das Selecções Açores que irão participar nas competições nacionais;
11. Será responsável por apresentação do Plano de formação a ser realizado na região Açores;
12. Será responsável por indicar os técnicos que acompanharam a Selecção Açores nas Competições Nacionais. Os critérios a serem utilizados para o efeito serão os seguintes:
 - 12.1. Critério 1: Com o maior número de atletas integrar a Selecção Açores;
 - 12.2. Critério 2: Atletas que tenham uma melhor posição no ranking nacional;
 - 12.3. Critério 3: Sempre que se justifique, nomeadamente quando os atletas a deslocar residirem em ilhas diferentes, será convidado um terceiro técnico.
13. Será responsável por representar em reuniões da Federação no âmbito de matérias regionais;
14. Será responsável por enviar às associações 3 dias antes de cada competição regional o quadro dos resultados dos atletas participantes das várias Associações nas competições regionais;
15. O Centro de Formação de Atletismo dos Açores será coordenado pelo técnico José Neves e gerido pela Associação de Atletismo de São Miguel;
16. O Projecto para os Jogos das Ilhas e sua planificação será da responsabilidade do Centro de Formação de Atletismo dos Açores;
17. O Seleccionador para os Jogos das Ilhas será de acordo com os seguintes critérios:
 - 17.1. Ano par – Associação Atletismo da Ilha Terceira;
 - 17.2. Ano Impar – Associação Atletismo de S. Miguel;

17.3. Os critérios estabelecidos, deverá ser passível de revisão na reunião de Associações Regionais, quando outra Associação tenhas as condições e os requisitos, para poder coordenar o projecto.