



**III CAMPEONATO POTIGUAR DE ATLETISMO MASTER  
REALIZAÇÃO ASPAM EM PARCERIA COM ABRAM E FNA**

**REGULAMENTO**

**DAS CONDIÇÕES GERAIS DE PARTICIPAÇÃO**

**01- DA REALIZAÇÃO**

O “III CAMPEONATO POTIGUAR DE ATLETISMO MASTER” que será sediado em Natal/RN, no Centro de treinamento Esportivo da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, nos dias 12 e 13 de Outubro de 2019. Será uma realização da Federação Norte Riograndense de Atletismo em parceria com a Associação Potiguar de Atletismo Master.

**02- DAS INSCRIÇÕES**

A inscrição terá o de R\$ 80,00 (Oitenta Reais) para atletas do estado do Rio Grande do Norte e R\$ 100,00 (Cem Reais) para atletas de outros estados. Este valor deve ser depositado na conta abaixo:

**Banco**

**CAIXA ECONÔMICA FEDERAL**

**AGÊNCIA – 0633**

**OPERAÇÃO – 013**

**CONTA – 19.441-0**

**TITULAR – Julio Cesar Guimarães Junior**

Cada clube ou entidade poderá inscrever quantos atletas desejar em cada prova, porém, cada atleta, ao fazer o depósito da taxa de inscrição poderá inscrever-se em apenas 02 (duas) provas, mais o revezamento. O atleta que desejar inscrever-se em mais provas deverá pagar a quantia de R\$20,00 por cada prova extra. O pagamento da taxa de prova extra junto com o depósito de inscrição.



## III CAMPEONATO POTIGUAR DE ATLETISMO MASTER REALIZAÇÃO ASPAM EM PARCERIA COM ABRAM E FNA

### REGULAMENTO

As inscrições serão realizadas através de ficha de Inscrição, que está disponível no site da Federação Norte Rio Grandense de Atletismo <http://fnatletismo.com.br/>. A ficha de inscrição deve ser preenchida e enviada para o email [associacao.master.rn@gmail.com](mailto:associacao.master.rn@gmail.com) junto com o comprovante de depósito. As inscrições deverão ser confirmadas, impreterivelmente, até o dia 10 de Setembro de 2019. Uma vez efetuada a inscrição não haverá troca de provas.

#### **03-DA IDADE**

Poderão inscrever atletas de ambos os sexos com 30 (trinta) anos de idade ou mais completos no dia 12 de Outubro de 2019.

#### **04-DAS CATEGORIAS E PROVAS**

As categorias são formadas ou agrupadas de 5 (cinco) em 5 (cinco) anos, considerando a idade de cada atleta comprovado no seu registro geral (RG), na data início da competição.

Das Provas

Serão abertas inscrições para as seguintes provas dentro das respectivas etapas:



## III CAMPEONATO POTIGUAR DE ATLETISMO MASTER REALIZAÇÃO ASPAM EM PARCERIA COM ABRAM E FNA

### REGULAMENTO

#### DIVISÃO DAS PROVAS

##### **1ª Etapa – 12 de Outubro de 2019 – sábado**

<b>Prova</b>	<b>Sexo</b>
Lançamento do Martelo (5,0 kg)	M
Lançamento do Martelo (3,0 kg)	F
Salto em Distância	F
110m com barreiras – 0,91 m	M
1.500m rasos	M
1.500m rasos	F
Salto em Altura	F
2.000m com obstáculos – 0,91 m	M
2.000m com obstáculos – 0,76 m	F
100m rasos	F
100m rasos	M
400m rasos	F
400m rasos	M
Salto em Distância	M
Salto em Altura	M
Disco (1,5 kg)	M
3.000m Marcha Atlética	M
3.000m Marcha Atlética	F
Lançamento do Disco (1,0 kg)	F

##### **2ª Etapa – 13 de Outubro de 2019 – domingo/tarde**

<b>Prova</b>	<b>Sexo</b>
Cross	M
Cross	F
Arremesso do Peso (3,0 kg)	F
200m rasos	M
200m rasos	F
Salto Triplo	F
800m rasos	M
800m rasos	F



### III CAMPEONATO POTIGUAR DE ATLETISMO MASTER REALIZAÇÃO ASPAM EM PARCERIA COM ABRAM E FNA

#### REGULAMENTO

Arremesso do Peso (5,0 kg)	M
5.000m rasos	F
5.000m rasos	M
Lançamento do Dardo (700 g)	M
Lançamento do Dardo (500 g)	F
Salto Triplo	M
400m com barreiras – 0,91 m	M
400m com barreiras – 0,76 m	F
Revezamento Medley (100-200-300-400m rasos)***	F
Revezamento Medley (100-200-300-400m rasos)***	M

**\*\*Dependendo do número de inscritos, as provas poderão sofrer alteração de horário, mas, sempre informado com antecedência para organização e programação dos atletas.**

#### **05-DOS TÉCNICOS E REPRESENTANTES DE EQUIPES**

Os técnicos e representantes das equipes participantes não poderão permanecer na pista em hipótese alguma.



## III CAMPEONATO POTIGUAR DE ATLETISMO MASTER REALIZAÇÃO ASPAM EM PARCERIA COM ABRAM E FNA

### REGULAMENTO

#### 06-DA CONTAGEM DE PONTOS

Em cada prova e em cada categoria de idade serão atribuídos os seguintes pontos em função da classificação final:

Classificação	Pontos
1º	13
2º	9
3º	7
4º	5
5º	4
6º	3
7º	2
8º	1

O desempate entre a contagem de pontos de duas ou mais equipes dar-se-á pelo maior número de primeiros lugares, permanecendo o empate pelo maior número de segundo lugares e assim sucessivamente até que ocorra o desempate.

REVEZAMENTO: A contagem de pontos será em dobro.

#### 07-DA PREMIAÇÃO

Serão premiados com medalhas os atletas classificados nos 03 (três) primeiros lugares de cada prova na categoria, masculino e feminino. Não haverá troféus para equipes, mas serão computados os pontos para que fique registrado a participação de cada uma.



## III CAMPEONATO POTIGUAR DE ATLETISMO MASTER REALIZAÇÃO ASPAM EM PARCERIA COM ABRAM E FNA

### REGULAMENTO

#### **08-CHAMADA PARA CONFIRMAÇÃO**

Todos os atletas inscritos deverão confirmar sua participação na câmara de chamada, obedecendo as normas relacionadas, em relação ao horário das provas, conforme segue:

	ENTRADA NA CÂMARA	ENTRADA PARA PROVA
CORRIDAS	30min antes	10min antes
CORRIDAS COM BARREIRA	30min antes	15min antes
REVEZAMENTOS	35min antes	15min antes
SALTOS	45min antes	30min antes
LANÇAMENTOS	45min antes	30min antes
ARREMESSOS	45min antes	30min antes

#### **09-DAS PROVAS DE PISTA**

A Todas as provas de pista serão disputadas como Final por tempo, independente do número de competidores.

#### **10-DOS ARREMESSOS, LANÇAMENTOS E SALTOS**

Para arremessos, lançamentos e saltos terão direito a 02 (três) tentativas classificatórias, e mais 03 (três) tentativas para os 08 (oito) finalistas. Apenas para os saltos em altura todos os atletas terão direito a 03 (três) tentativas diretas.



**III CAMPEONATO POTIGUAR DE ATLETISMO MASTER  
REALIZAÇÃO ASPAM EM PARCERIA COM ABRAM E FNA**

**REGULAMENTO**

**TABELA DOS IMPLEMENTOS**

CATEGORIAS	PESO	DISCO	DARDO	MARTELO	MARTELETE
M-30 a 45	7,26kg	2,00kg	800g	7,26kg	15,88kg
M-50-55	6,00kg	1,50kg	700g	6,00kg	11,34kg
M-60-65	5,00kg	1,00kg	600g	5,00kg	9,08kg
M-70-75	4,00kg	1,00kg	500g	4,00kg	7,26kg
M-80+	3,00kg	1,00kg	400g	3,00kg	5,45kg
W-30 a 45	4,00kg	1,00kg	600g	4,00kg	9,08kg
W-50-55	3,00kg	1,00kg	500g	3,00kg	7,26kg
W-60 a 70	3,00kg	1,00kg	400g	3,00kg	5,45kg
W-75+	2,00kg	0,75kg	400g	2,00kg	4,00kg

**11-CHAMADA**

O atleta que não comparecer a câmara de chamada no horário estabelecido, estará automaticamente fora da prova.

**12-REVEZAMENTO**

Nas provas de revezamento a composição das equipes será por categoria de 5 em 5 anos, e ter no mínimo 1 (um) atleta da categoria, podendo complementar a equipe com atletas de categorias de maior idade, devendo o atleta da categoria fechar a prova; cada clube ou entidade deverá participar com apenas uma equipe.



## III CAMPEONATO POTIGUAR DE ATLETISMO MASTER REALIZAÇÃO ASPAM EM PARCERIA COM ABRAM E FNA

### REGULAMENTO

#### **13-USO DE UNIFORMES**

Os atletas deverão usar uniformes de seu respectivo clube ou entidade.

#### **14-DA CONFIRMAÇÃO DAS PROVAS**

Todas as provas serão anunciadas com antecedência conforme a sequência estabelecida no programa, as confirmações dos atletas deverão ser feitas antecipadamente através de chefes de equipes ou pelo próprio atleta.

#### **15-CONSELHO DE APELAÇÕES**

Reclamações até 30 (trinta) minutos após a realização da prova, os membros do conselho serão designados no dia do congresso técnico.

#### **16-OBSERVAÇÃO**

Nas provas de velocidade a 1ª queima (**Advertência**), a 2ª queima (**Desclassificação**), independentemente do atleta que tenha queimado.

Para todas as demais regras não contidas no presente regulamento, devem ser consideradas as regras da IAAF.

PARÁGRAFO ÚNICO:

**A organização deste evento poderá alterar esse regulamento a qualquer momento se assim achar necessário.**