

1º dia – 04.05.2024 – SÁBADO - MANHÃ

1ª.ETAPA					
	HORA	Provas		Sexo	Fase
01	07:45	5.000 METROS RASOS		MASCULINO	FINAL
02	08:15	5.000 METROS RASOS		FEMININO	FINAL
03	08:15	SALTO EM ALTURA		MASCULINO	FINAL
04	08:15	LANÇAMENTO DO MARTELO	6kg	MASCULINO	FINAL
05	08:40	100 METROS RASOS		MASCULINO	DECATLO
06	08:50	100 METROS C/ BARREIRAS	83,8cm	FEMININO	HEPTATLO
07	09:00	100 METROS C/ BARREIRAS	83,8cm	FEMININO	SEMIFINAL
08	09:10	SALTO EM DISTANCIA (T.Oficial)	2m	MASCULINO	DECATLO
10	09:30	100 METROS RASOS		MASCULINO	SEMI FINAL
11	09:40	LANÇAMENTO DO MARTELO		FEMININO	FINAL
12	09:40	100 METROS RASOS		FEMININO	SEMI FINAL
13	09:40	ARREMESSO DE PESO	6kg	MASCULINO	DECATLO
14	09:40	SALTO TRÍPLO	11/13	MASCULINO	FINAL
15	09:55	SALTO EM ALTURA		FEMININO	HEPTATLO
16	10:05	100 METROS RASOS		MASCULINO	FINAL
17	10:15	100 METROS RASOS		FEMININO	FINAL
18	10:25	100 METROS C/ BARREIRAS		FEMININO	FINAL
19	10:40	800 METROS RASOS		MASCULINO	FPT
20	10:55	800 METROS RASOS		FEMININO	FPT
21	11:00	SALTO TRÍPLO	9m/11m	FEMININO	FINAL

1º dia – 04.05.2024 – SÁBADO - TARDE

2ª.ETAPA					
	HORA	Prova		Sexo	Fase
01	13:00	SALTO EM ALTURA		MASCULINO	DECATLO
02	13:00	ARREMESSO DO PESO	4,0kg	FEMININO	HEPTATLO
03	13:00	400 METROS RASOS		MASCULINO	FPT
04	13:15	400 METROS RASOS		FEMININO	FPT
05	13:50	SALTO EM DISTÂNCIA (T. OFICIAL)	2,0m	FEMININO	FINAL
06	13:55	200 METROS RASOS		FEMININO	HEPTATLO
07	13:55	LANÇAMENTO DO DARDO	600g	FEMININO	FINAL
08	14:15	SALTO COM VARA		MASCULINO	FINAL
09	14:25	400 METROS RASOS		MASCULINO	DECATLO
10	14:35	3000 METROS RASOS		MASCULINO	FPT
11	14:55	3000 METROS RASOS		FEMININO	FINAL
12	15:20	REVEZAMENTO 4X100 METROS		MASCULINO	FPT
13	15:40	REVEZAMENTO 4X100 METROS		FEMININO	FPT



2º Dia 05.05.2024 - DOMINGO - MANHÃ

3ª. ETAPA					
	HORA	Prova		Sexo	Fase
01	07:45	3000 METROS C/ OBSTACULOS	91,4cm	MASCULINO	FPT
02	08:15	3000 METROS C/ OBSTACULOS	76,2cm	FEMININO	FINAL
03	08:15	SALTO EM DISTANCIA		FEMININO	HEPTATLO
04	08:15	LANÇAMENTO DO DISCO	1,0kg	FEMININO	FINAL
05	08:20	SALTO EM ALTURA		FEMININO	FINAL
06	08:45	110 METROS C/ BARREIRAS	99,1cm	MASCULINO	DECATLO
07	09:00	110 METROS C/ BARREIRAS	99,1cm	MASCULINO	SEMI FINAL
08	09:35	LANÇAMENTO DE DARDO	600g	FEMININO	HEPTATLO
09	10:10	200 METROS RASOS		MASCULINO	SEMI FINAL
10	10:15	LANÇAMENTO DO DISCO	1,750g	MASCULINO	FINAL
11	10:15	200 METROS RASOS		FEMININO	SEMI FINAL
12	10:15	SALTO COM VARA		MASCULINO	DECATLO
13	10:20	800 METROS RASOS		FEMININO	HEPTATLO
14	10:30	110 METROS COM BARREIRAS	99,1cm	MASCULINO	FINAL
15	10:45	200 METROS RASOS		MASCULINO	FINAL
16	11:00	200 METROS RASOS		FEMININO	FINAL
17	11:30	LANÇAMENTO DO DISCO	1,750kg	MASCULINO	DECATLO

2º dia – 05.05.2024 – DOMINGO – TARDE

4ª. ETAPA					
	HORA	Prova		Sexo	Fase
01	13:30	LANÇAMENTO DO DARDO	800g	MASCULINO	DECATLO
02	13:30	SALTO COM VARA		FEMININO	FINAL
03	13:30	400 METROS COM BARREIRAS	91,4cm	MASCULINO	FPT
04	13:30	ARREMESSO DE PESO	6,0kg	MASCULINO	FINAL
05	13:50	400 METROS COM BARREIRAS	76,6cm	FEMININO	FPT
06	14:20	1500 METROS RASOS		MASCULINO	DECATLO
07	14:25	SALTO EM DISTANCIA (T. Oficial)	2,0m	MASCULINO	FINAL
08	14:30	1500 METROS RASOS		MASCULINO	FPT
09	14:35	LANÇAMENTO DE DARDO	800g	MASCULINO	FINAL
10	14:40	1500 METROS RASOS		FEMININO	FPT
11	14:50	ARREMESSO DE PESO	4,0kg	FEMININO	FINAL
12	15:00	REVEZAMENTO 4X400		MISTO	FPT

REGULAMENTO

I – FINALIDADE

Art. 1º – É uma competição realizada anualmente com a finalidade de desenvolver o Atletismo no Estado do Rio de Janeiro, promovendo deste modo, o intercâmbio entre as entidades que fomentam a prática do Atletismo e contribuindo assim, para o desenvolvimento técnico deste esporte no Estado e no país.

II – ORGANIZAÇÃO

Art. 2º – O III CAMPEONATO ESTADUAL RIO LOTERIAS CAIXA DE ATLETISMO SUB-20 será organizado e dirigido pela arbitragem da Federação Estadual Rio de Atletismo (FERAT), segundo as regras da WA e deste regulamento, sendo preferencialmente realizada em pista de piso sintético.

§ 1º – O III CAMPEONATO ESTADUAL RIO LOTERIAS CAIXA DE ATLETISMO SUB-20 será disputado na pista do Centro Esportivo Miécimo da Silva, na Pista Jurema Henrique da Silva. Na Rua Olinda Ellis, 470, Campo Grande, Rio de Janeiro, em 4(quatro etapas) nos dias 04 e 05 de maio de 2024.

III – PARTICIPAÇÃO E INSCRIÇÕES

Art. 3º – Poderão participar do III CAMPEONATO ESTADUAL RIO LOTERIAS CAIXA DE ATLETISMO SUB-20 as entidades devidamente regularizadas com a FERAT.

§ 1º- São condições para o atleta participar do campeonato:

- a) Ser brasileiro;
- b) Ser inscrito por uma entidade filiada e ter registro na CBAAt com validade no dia do evento;
- c) Estar dentro do limite de idade para a categoria
- d) Não estar cumprindo penalidade imposta pela CBAAt ou FERAT;
- e) Apresentar carteira de atleta expedida pela CBAAt, RG, Carteira de Trabalho ou Passaporte;
- f) A participação de atletas de outras federações será permitida mediante pagamento de taxa de R\$ 30,00 por atleta.
- g) Atletas que estejam participando do Campeonato não poderão competir como extra ou avulso em nenhuma outra prova.
- h) Os atletas extras ou avulsos devem competir com camisa ou camiseta branca, short ou bermuda azul ou preta.
- i) Os resultados obtidos por atletas avulsos ou extras não serão considerados para fins de colocação, pontuação ou premiação no campeonato.
- j) Todos os atletas devem estar usando o uniforme oficial de seu clube. E nas provas de revezamento os membros da equipe deverão estar usando peças iguais.
- K) Os atletas que competirem representando outras Federações e que se classificarem entre os (8) oito finalistas nas provas de lançamentos e saltos, não poderão participar das tentativas finais;
- l) Os atletas que competirem representando outras Federações e que se classificarem entre os (8) oito finalistas nas provas de pista, não poderão participar das fases finais.
- m) A inscrição no evento realizada pelas entidades, declara que seus participantes estão aptos



à exigência física das provas.

n) Qualquer atleta inscrito no campeonato poderá substituir outro atleta de seu clube, desde que conste da relação previa e respeite o prazo de 1 (uma) hora antes da prova disputada.

o) As provas de campo devem dar entrada a área de prova 30 (trinta) minutos antes do horário oficial da competição, enquanto as provas de pista entram com 20 (vinte) minutos de antecedência. Já as provas de salto com vara requerem a presença dos participantes com 1 (uma) hora de antecedência em relação ao horário programado. A não observância do horário de chamada para as provas resultará na perda da prova.

Art. 4o – O Campeonato será realizado em 2 dias com 2 etapas cada..

a) Poderão ser inscritos (3) três atletas por prova e um conjunto nos revezamentos;

b) Cada atleta (nascidos em 2008, 2007, 2006, 2005) poderá participar no máximo de (03) três provas individuais e dos revezamentos;

c) Não será permitido a inclusão de atletas no dia da competição, os treinadores somente poderão fazer substituição entre atletas inscritos, desde que tenha algum atleta inscrito na prova e de acordo com a letras a), b), c) deste artigo.

Vide Regra 12 da CBAt

NORMA 12 CATEGORIAS OFICIAIS DO ATLETISMO BRASILEIRO POR FAIXA ETÁRIA:

http://atletismoamapa.org.br/wp-content/uploads/2019/01/Norma12_CBAt.pdf

Art. 5º – As inscrições deverão ser encaminhadas para a FERAt até as 23h59MIN do dia 26 de abril de 2024, SEXTA-FEIRA que antecede o campeonato (07 dias antes). Não serão aceitas inscrições após esta data.

Através do email: formularios@feratrio.org.br

IV – PROGRAMA DE PROVAS

Art. 6º – O programa horário será encaminhado com antecedência de dias ao dia da competição, podendo ser ajustado após o envio das inscrições e enviado novamente com antecedência mínima de 2 dias ao evento.

Art. 7º – Serão disputadas as seguintes provas no campeonato:

FEMININO /MASCULINO

- 100 metros
- 200 metros
- 400 metros
- 800 metros
- 1500 metros
- 3000 metros
- 3000 metros com obstáculos



- 100m com barreiras 110m com barreiras
- 400m com barreiras
- Salto em Altura
- Salto em Distância
- (9M)Salto triplo (11M)
- Salto com vara
- (4kg) Arremesso do Peso(6kg)
- (4KG)Lançamento Martelo (6kg)
- (1kg) Lançamento do Disco (1,75kg)
- (600g) Lançamento do Dardo (800g)
- Decatlo
- Heptatlo
- Revezamento 4x100m
- Revezamento 4x400m

Art.8º – Com antecedência mínima de 20 minutos ao início da primeira prova do campeonato será realizado o

Congresso Técnico, onde será definido a indicação das alturas mínimas e das elevações da barra nas provas de saltos em altura, assim como qualquer esclarecimento sobre outras provas da competição.

Art.9º – Todos os procedimentos para confirmar inscrição de atletas nas provas do Programa Horário pelas respectivas entidades serão realizados até 45 minutos para as provas de campo e provas de pista.

§ 1º – As provas de 100m, 200m, 100m c/ b, 110m c/b serão programada em semifinal e final;

§ 2º – As demais provas serão realizadas como final por tempo;

§ 3º – Quando não houver número de inscritos suficientes para a formação de séries semifinais, as finais serão disputadas no horário da semifinal;

§ 4º – As provas de campo serão realizadas como final.

V – PREMIAÇÕES E PONTUAÇÕES

Art. 10º – Os atletas classificados em 1º, 2º e 3º lugares em cada prova receberão medalhas de ouro, prata e bronze.

§ 1º – A FERAt homenageará, com troféus representativos da competição, as três equipes melhores colocadas na soma geral de pontos;

§ 2º – A FERAt homenageará, com troféus representativos da competição, o atleta com melhor índice técnico no masculino e a atleta com o melhor índice técnico no feminino das entidades filiadas.



Art. 11º – Para efeito de classificação das equipes, os atletas classificados do 1º até o 8º lugar obterão os seguintes pontos, em cada prova:

- 1o- lugar - 10 pontos
- 2º - lugar - 08 pontos
- 3º - lugar - 06 pontos
- 4º - lugar - 05 pontos
- 5º - lugar - 04 pontos
- 6º - lugar - 03 pontos
- 7º - lugar - 02 pontos
- 8º - lugar - 01 pontos

§ 1º – Haverá bonificação por recorde igualado ou superado, sendo validada a bonificação de maior importância para a prova;

- RECORDE DO CAMPEONATO: 3 pontos
- RECORDE ESTADUAL: 5 pontos

§ 2º – Os records obtidos durante o campeonato serão homologados pela FERAT, desde que obtidos de acordo com o disposto nas Regras Oficiais da WA e nas normas da CBAt;

§ 3º – Pontuarão para suas equipes somente os três atletas melhores colocados em cada prova.

Art. 12º – Caso exista um empate na pontuação por equipes nas primeira, segunda e terceira posições, será vencedor a equipe que obter o maior número de primeiros lugares, persistindo o empate o maior número de segundos lugares e assim sucessivamente. Caso persista o empate, será decidido o empate como resultado final.

VI – PROTESTO

Art. 13º – Todos os protestos no Campeonato devem ser apresentados por escrito na forma prevista na Regra 8 RT (146) da WA.

Art. 14º – Os casos omissos neste Regulamento serão resolvidos pelo Diretor Técnico ou Pelo Diretor de Competição da FERAT.

VI – AUTORIZAÇÃO

Art. 15º – Por meio da inscrição e participação no evento, todos os participantes: Árbitros, Professores, Responsáveis das Entidades, Atletas, Representantes da Cerimônia de Premiação, autorizam em caráter universal, gratuito e exclusivo, a FERAT, o direito de usar nome, voz, imagem, material biográfico, declarações, gravações, entrevistas e endossos dados pelo participante ou a ele atribuíveis, seja durante as competições aquecimentos ou qualquer suporte existente ou que venha a ser criado, para divulgação e promoção nas diferentes mídias. As equipes poderão apresentar propostas para mudanças e complementação deste regulamento. Tais propostas serão analisadas pelo Conselho Técnico da FERAT, se aprovadas, entram em vigor somente no ano seguinte ao regulamento vigente.

