



## V Campeonato Estadual Rio Loterias Caixa de Atletismo Sub 20

16 e 17 de maio de 2026

Local: Universidade Federal Fluminense – UFF, Campus Gragoatá, Niterói

Categoria Sub-20: atletas com 16, 17, 18 e 19 anos, no ano da competição.

### PROGRAMA HORÁRIO

#### 1ª ETAPA – 16/05/202 (Sábado) Manhã

Hora	Prova	Alt./peso/dist	Gênero	Fase
8:30	Lançamento do martelo	6 kg	Masculino	Final
8:30	5.000 Metros rasos		Feminino	Final
9:00	5.000 Metros rasos		Masculino	Final
9:15	Salto em Altura		Feminino	Final
9:30	100 Metros rasos		Masculino	Semifinal
9:35	Lançamento do Martelo	4 kg	Feminino	Final
10:00	100 Metros rasos		Feminino	Semifinal
10:30	100 Metros rasos		Masculino	Final
11:00	Lançamento do Dardo	800 g	Masculino	Final
11:00	100 Metros rasos		Feminino	Final
11:15	Salto em altura		Masculino	Final
11:20	400 Metros rasos		Masculino	Final p/ tempo
11:40	400 Metros rasos		Feminino	Final p/ tempo
12:00	4 x 100 Metros rasos		Masculino	Final p/ tempo
12:20	4 x 100 Metros rasos		Feminino	Final p/ tempo

#### 2ª Etapa – 16/05/2026 (Sábado) Tarde

Hora	Prova	Alt./peso/dist	Gênero	Fase
13:30	100 Metros com Barreiras	83,8 cm	Feminino	Final p/ tempo
13:40	Lançamento do Dardo	600 g	Feminino	Final
13:45	Salto Triplo		Masculino	Final
13:50	110 Metros com Barreiras	99,1 cm	Masculino	Final p/ tempo
14:10	3.000 Metros com Obstáculos	91,4 cm	Masculino	Final
14:40	3.000 Metros com Obstáculos	76,2 cm	Feminino	Final
14:40	Lançamento do Disco	1 kg	Feminino	Final
14:50	Salto Triplo		Feminino	Final
14:50	800 Metros rasos		Masculino	Final p/ tempo
15:10	800 Metros rasos		Feminino	Final p/ tempo
15:40	Lançamento do Disco	1,750 kg	Masculino	Final
15:40	Revezamento 4 X 400 Metros rasos		Misto	Final p/ tempo



### **3ª Etapa – 17/05/2026 (Domingo) - Manhã**

Hora	Prova	Alt./peso/dist.	Gênero	Fase
<b>08:30</b>	3.000 Metros rasos		Feminino	Final p/tempo
<b>08:30</b>	Arremesso de Peso	<b>4kg</b>	Feminino	Final
<b>09:00</b>	Salto em Distância		Masculino	Final
<b>09:10</b>	3.000 Metros rasos		Masculino	Final p/tempo
<b>09:30</b>	Arremesso de Peso	<b>6kg</b>	Masculino	Final
<b>09:40</b>	200 Metros rasos		Masculino	Final p/ tempo
<b>10:10</b>	200 Metros rasos		Feminino	Final p/ tempo
<b>10:20</b>	Salto em Distância		Feminino	Final
<b>10:40</b>	400 metros com Barreiras	<b>76,2cm</b>	Feminino	Final p/ tempo
<b>11:20</b>	400 metros com Barreiras	<b>91,4cm</b>	Masculino	Final p/ tempo
<b>11:50</b>	1.500 Metros rasos		Masculino	Final p/ tempo
<b>12:10</b>	1.500 Metros rasos		Feminino	Final p/ tempo
<b>12:30</b>	Revezamento 4 x 400 Metros		Masculino	Final p/ tempo
<b>12:50</b>	Revezamento 4 x 400 Metros		Feminino	Final p/tempo

#### **I – FINALIDADE**

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

#### **II – ORGANIZAÇÃO**

Art. 2º – O V 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 realizado em pista de piso sintético.

§ 1º – O V CAMPEONATO ESTADUAL RIO LOTERIAS CAIXA DE ATLETISMO SUB-20 será disputado na pista do Complexo de Atletismo Aída dos Santos – CAAS, UFF – Universidade Federal Fluminense, no Campus Gragoatá, em Niterói, em 03 (três) etapas, nos dias 16 e 17 de maio de 2026.

#### **III – PARTICIPAÇÃO E INSCRIÇÕES**

Art. 3º – Poderão participar do V 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, e se estrangeiro, estar legalmente no país;
- b) Ser inscrito por uma entidade filiada e ter registro na CBAat com validade no dia do evento, ou estar inscrito como avulso;
- 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 e estar com registro CBAAt válido na data da inscrição;
- f) A participação de atletas de outras federações, ou avulsos sem representatividade para uma equipe filiada à federação ou à CBAAt, será permitida mediante pagamento de taxa de R\$ 100,00 por atleta. Atletas avulsos representantes de equipes desta federação, FERAT, pagarão o valor de R\$ 60,00 por atleta. O comprovante de pagamento será pré-requisito para a efetivação da inscrição do atleta e deverá ser enviado junto com a inscrição;
- g) Atletas que estejam participando do campeonato não poderão competir como extra ou avulso em nenhuma outra prova;
- h) Os resultados obtidos por atletas avulsos ou extras, não serão considerados para fins de colocação, pontuação ou premiação no **V Campeonato Estadual Rio Loterias Caixa de Atletismo Sub-20**;
- i) Todos os atletas devem estar usando o uniforme oficial de seu clube. Nas provas de revezamentos, os membros das equipes deverão estar utilizando uniformes iguais;
- j) Os atletas que competirem representando outras federações e que se classificarem entre os 10 (dez) finalistas nas provas de arremesso, lançamentos e saltos poderão participar das tentativas finais, mas não terão direito a pódio nem pontuação no campeonato;
- k) 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;
- l) A inscrição no evento, realizada pelas entidades, declara que seus participantes estão aptos às exigências físicas das provas;
- m) Qualquer atleta inscrito no campeonato poderá substituir outro atleta do seu clube, desde que conste na relação prévia e respeite o prazo para substituição durante o Congresso Técnico;
- n) As provas de campo exigem a entrada na área de competição com 20 (vinte) minutos de antecedência em relação ao horário oficial, as provas de pista, com 15 (quinze) minutos. As provas de salto com vara requerem a presença dos participantes com 1 (uma) hora de antecedência. O não cumprimento do horário de chamada resultará na perda da prova;
- o) Somente poderão participar do V Campeonato Estadual Rio Loterias Caixa de Atletismo Sub-20, atletas a partir de 16 anos de idade no ano da competição, de acordo com a Norma 12 da CBAAt.
- Art. 4º – O campeonato será realizado em 2 (dois) dias, com 3 (três) etapas:
- a) Poderão ser inscritos 3 (três) atletas por prova e uma equipe de revezamento;
- b) Cada atleta, a partir de 16 anos (no ano da competição), poderá participar, no máximo, de 3 (três) provas individuais e dos revezamentos;
- c) Não será permitida a inclusão, alterações ou substituições de atletas no dia da competição, somente até o Congresso Técnico (CT);

d) Para atletas da categoria Sub-18, o atleta que participar de prova combinada poderá participar somente desta prova e dos revezamentos, conforme a Norma 12 da CBA.

Art. 5º – As inscrições deverão ser realizadas através, On Line, no Sistema de Competição (GerenTrack) até as 18h do dia 10 de maio de 2026 (domingo). Não serão aceitas inscrições após esta data.

[www.gerentrack.com.br](http://www.gerentrack.com.br)

Os comprovantes de pagamento deverão ser enviados para: [secretaria@feratrio.org.br](mailto:secretaria@feratrio.org.br)

Chave PIX: **CNPJ 44.172.442/0001-90** – Banco Cora.

#### **IV – PROGRAMA DE PROVAS**

Art. 6º – O programa horário será encaminhado com antecedência mínima de 15 dias da competição, podendo ser ajustado após o envio das inscrições e reenviado posteriormente.

Art. 7º – Serão disputadas as seguintes provas:

##### **Masculino:**

Corridas rasas: 100m, 200m, 400m, 800m, 1.500m, 3.000m e 5.000m;

Corridas com barreiras: 110m e 400m;

Corrida com obstáculos: 3.000m;

Revezamentos: 4x100m, 4x400m e 4x400m misto;

Saltos: altura, distância e triplo;

Arremessos/Lançamentos: peso, disco, dardo e martelo.

##### **Feminino:**

Corridas rasas: 100m, 200m, 400m, 800m, 1.500m, 3.000m e 5.000m;

Corridas com barreiras: 100m e 400m;

Corrida com obstáculos: 3.000m;

Revezamentos: 4x100m, 4x400m e 4x400m misto;

Saltos: altura, distância e triplo;

Arremessos/Lançamentos: peso, disco, dardo e martelo.

Art. 8º – O Congresso Técnico (CT), no qual serão definidas as alturas iniciais e progressões das provas de salto em altura, bem como esclarecidas outras questões da competição, poderá excluir provas sem atletas inscritos. O Congresso Técnico (CT) será realizado na quinta-feira, dia 14 de maio de 2026, às 20h, de forma online.



Art. 9º – Todos os procedimentos para **CONFIRMAÇÃO DE INSCRIÇÃO DE ATLETAS NAS PROVAS** de acordo com o Programa Horário (PH) serão realizados pelas respectivas entidades, até 30 minutos antes das provas de campo e de pista.

§ 1º – As provas de 100m e 200m serão realizadas em semifinais e finais;

§ 2º – As demais provas serão realizadas como **Finais por Tempo (FT)**;

§ 3º – Caso não haja número suficiente de inscritos para semifinais, as finais ocorrerão no horário previsto para as semifinais;

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

## 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.

Art. 11º – Para efeito de classificação das equipes, os atletas classificados do 1º ao 8º lugar, obterão pontuação conforme tabela abaixo.

Classificação	Pontuação	Classificação	Pontuação	Classificação	Pontuação
1º Lugar	13 pontos	4º Lugar	05 pontos	7º Lugar	02 pontos
2º Lugar	06 pontos	5º Lugar	04 pontos	8º Lugar	01 pontos
3º Lugar	02 pontos	6º Lugar	03 pontos		

As provas combinadas e revezamentos têm pontuação dobrada até o 8º lugar.

**Art. 12º** – Caso exista empate na pontuação por equipes nas primeiras, segundas e terceiras posições, será considerada vencedora a equipe que obtiver o maior número de primeiros lugares. Persistindo o empate, será considerada a equipe com maior número de segundos lugares, e assim sucessivamente. Caso o empate persista, este será mantido 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 pela Diretoria Técnica ou pela Direção de Competição da FERAT.

## VII- SAPATOS

Os tênis e sapatilhas dos atletas serão verificados na **Câmara de Chamada (CC)**, e aqueles que estiverem fora das especificações da WA, não serão autorizados para uso na competição.

A tabela de calçados permitidos pela WA pode ser acessada na página da CBAAt por meio do link:

[https://certcheck.worldathletics.org/?\\_gl=1\\*1dxe1aw\\*\\_ga\\*MjAwOTk3NjUxNC4xNjc0MDY1NTkz\\*\\_ga\\_7FE9YV46NW\\*MTcxNzY4MTI5MC4xNTYuMS4xNzE3NjgxMzU5LjAuMC4w](https://certcheck.worldathletics.org/?_gl=1*1dxe1aw*_ga*MjAwOTk3NjUxNC4xNjc0MDY1NTkz*_ga_7FE9YV46NW*MTcxNzY4MTI5MC4xNTYuMS4xNzE3NjgxMzU5LjAuMC4w)

## VIII – AUTORIZAÇÃO – USO DE IMAGEM E SOM

**Art. 15º** – Por meio da inscrição e participação no evento, todos os participantes — árbitros, professores, responsáveis pelas entidades, atletas e representantes da cerimônia de

premiação — autorizam, em caráter universal, gratuito e exclusivo, a FERAt a utilizar nome, voz, imagem, material biográfico, declarações, gravações, entrevistas e endossos dados pelo participante ou a ele atribuíveis, durante as competições, aquecimentos ou em qualquer outro momento relacionado ao evento.

Essa autorização abrange qualquer suporte existente ou que venha a ser criado, para fins de divulgação e promoção em diferentes mídias, incluindo todo e qualquer material produzido e/ou veiculado em vídeo, som e/ou fotografia, para utilização em transmissões, ações promocionais e redes sociais, seja em material impresso e/ou eletrônico da Federação Estadual de Atletismo do Rio de Janeiro (FERAt) e de seus parceiros.

A autorização é concedida por prazo indeterminado, válida em todo o território nacional e internacional, de forma livre e espontânea.

As equipes poderão apresentar propostas de alteração ou complementação deste regulamento. Tais propostas serão analisadas pelo Conselho Técnico da FERAt e, se aprovadas, entrarão em vigor somente no ano seguinte ao regulamento vigente.

**Art. 15.2** – A autorização de uso de imagem e som referida neste artigo é gratuita, não cabendo ao participante qualquer tipo de remuneração.