



## Regulamento Campeonato Distrital de Cross/Trail Jovem 2017/2018

### **INTRODUÇÃO**

O Campeonato Distrital de Cross/Trail Jovem 2017/2018 destina-se apenas a atletas dos Escalões da área de Formação (Benjamins A, Benjamins B, Infantis, Iniciados e Juvenis), sendo composto por 4 a 6 competições distribuídas de igual modo pelas vertentes do Corta Mato e do Trail Running.

### **ORGANIZAÇÃO**

A responsabilidade organizativa do Campeonato Distrital de Cross/Trail Jovem 2017/2018 é da Associação Distrital de Atletismo de Coimbra, em conjunto com os Clubes Filiados que se proponham a organizar as respectivas competições.

### **CANDIDATURAS**

As Candidaturas, dos Clubes filiados, para a realização de Provas de Corta-Mato e Trail Running, devem dar entrada na ADAC, através do endereço [geral.adacoimbra@gmail.com](mailto:geral.adacoimbra@gmail.com), até 31 de Outubro de 2017, sendo certo que a 1ª prova (Trail Running) se realizará a 19 de Novembro de 2017 em Cantanhede. Esta prova será uma realização conjunta da ADAC e do nosso Clube Associado Sporting Clube Povoense.

### **PARTICIPAÇÃO**

Nas Competições do Campeonato Distrital de Cross/Trail Jovem podem participar atletas filiados e não filiados na ADAC.

## SEGUROS

- a. Os Atletas filiados na ADAC estarão abrangidos pelo Seguro obrigatório, exigido para a sua filiação, que sendo o da Federação Portuguesa de Atletismo será pago pela ADAC como apoio à formação.
- b. Os Atletas não filiados na ADAC a responsabilidade pelo seu Seguro Desportivo, será da Entidade por quem se inscrevem para participarem, nas provas do Campeonato Distrital de Cross/Trail Jovem 2017/2018, no caso de serem Atletas Individuais essa responsabilidade será do seu Encarregado de Educação.

## INSCRIÇÕES

As inscrições para todas as competições do Campeonato Distrital de Cross/Trail Jovem 2017/2018 serão sempre efetuadas de acordo com o regulamento da respetiva Prova.

## PROVAS

- a. As Distâncias das Competições de Trail Running serão as aprovadas no Regulamento Geral de Competições – Escalões Jovens - da FPA, para a vertente Corta Mato, acrescidas no máximo até 20%.
  1. **Benjamins A:** Masculinos (distância limite: 1.200 Mts); Femininos (distância limite: 1.200Mts)
  2. **Benjamins B:** Masculinos (distância limite: 2.200 Mts); Femininos (distância limite: 2.200 Mts)
  3. **Infantis:** Masculinos (distância limite: 3.000 Mts); Femininos (distância limite: 2.200 Mts);
  4. **Iniciados:** Masculinos (distância limite: 4.200 Mts); Femininos (distância limite: 3.000 Mts);
  5. **Juvenis:** Masculinos (distância limite: 5.500 Mts); Femininos (distância limite: 4.200 Mts).
- b. Relativamente à Altimetria para as Provas de Trail Running o valor máximo não deverá exceder os 200 metros.

## PONTUAÇÃO

Cada clube pode inscrever/participar com um número ilimitado de atletas por prova. No entanto, apenas os quatro melhores classificados serão considerados para efeitos de classificação coletiva, por género e por escalão.

Por cada prova serão atribuídos pontos pela Classificação Geral Individual Masculina e Feminina, e igualmente para a Classificação Colectiva, para os diversos escalões conforme tabela de seguinte:

1º Class = 1 Ponto; 2º Class = 2 Pontos .....; 100º Class = 100 pontos

As Classificações Coletivas por género e por escalão, em cada prova, será encontrada aplicando a seguinte tabela, após a soma dos quatro melhores atletas de cada equipa:

Classificação	Pontos
1º Equipa	12
2º Equipa	10
3º Equipa	8
4º Equipa	7
5º Equipa	6
6º Equipa	5
7º Equipa	4
8º Equipa	3
9º Equipa	2
10º Equipa	1
11º Equipa	1
...	1

Exemplo:

- **Equipa A:** 5º + 6º + 7º + 8º = 26 => 1º lugar (12 pontos)
- **Equipa B:** 3º + 4º + 12º + 13º = 32 => 2º lugar (10 pontos)
- **Equipa C:** 1º + 2º + 17º + 20º = 40 => 3º lugar (8 pontos)

## CLASSIFICAÇÕES FINAIS

As Classificações Finais serão obtidas através do somatório das pontuações Individuais e Colectivas de cada prova.

Para as Classificações Finais é **obrigatório a participação em 50% das provas mais uma** (2+1 ou 3+1).

## PRÉMIOS (Por Prova)

Serão atribuídos Prémios Individuais/Colectivos de acordo com os Regulamentos específicos de cada prova.

## PRÉMIOS FINAIS

INDIVIDUAIS: Serão atribuídos Prémios/Diplomas a todos os atletas participantes

COLECTIVOS: Serão atribuídos Taças às primeiras 5 Equipas Classificadas e Diplomas às restantes, por Género e Escalão, de acordo com as Classificações no Finais do Campeonato Distrital de Cross/Trail Jovem 2017/2018.

ADAC 19 de Setembro de 2017