



COMUNICADO OFICIAL Nº 08/2018

Para conhecimento dos clubes filiados na Associação Distrital de Atletismo de Coimbra e outros, F.P.A., A.A.R.R., Órgãos de Comunicação Social e demais interessados, comunica-se:

CAMP. DISTRITAL CORTA MATO LONGO JUNIORES e SÉNIORES

VI CORTA MATO CONCELHO DE TÁBUA

CAMPEONATO DE PORTUGUAL CORTA MATO ANDDI

LOCAL: Estádio Municipal de Tábua (Pinhal anexo) **HORAS:** 10H00 **DATA:** 11/Fev/2018

PROGRAMA - HORÁRIO

10H00	600 M	Benjamins A/B	Masc./Fem.	1+ ½ Volta à Pista
10H10	1.700 M	Infantis	Femininos	1 Volta exterior
	2.100 M	Infantis	Masculinos	1 volta exterior + 1 volta à Pista
10H20	2.500 M	Iniciados	Fem.	2 voltas à pista + 1 volta exterior
10H35	3.400 M	Iniciados	Masculinos	2 voltas exteriores
		Juvenis	Femininos	
		Veteranas (escalão único)	Femininos	
		Séniore ANDDI	Femininos	
10H55	3.800 M	Juvenis	Masculinos	1 volta à Pista + 2 voltas exteriores
	5.500 M	Juniores/Séniore	Femininos	1 volta à pista + 3 voltas exteriores
	Veteranos (escalão único)	Masculinos		
11H30	7.200 M	Juniores / Séniore ANDDI	Masculinos	1 volta à Pista + 4 voltas exteriores
	8.900 M	Seniores	Masculinos	1 volta à pista + 5 voltas exteriores

REGULAMENTO DO CAMPEONATO DISTRITAL CORTA MATO

- 1 - Só podem participar atletas que se encontrem devidamente filiados na ADAC.
- 2 - Cada atleta só poderá participar na prova do seu escalão
- 3 - Nos Campeonatos Distritais de Juniores e Seniores de ambos os sexos haverá classificação individual e colectiva.
- 4 - Medalhas aos 3 (três) primeiros classificados em cada escalão e sexo.
Taças às 3 (três) primeiras equipas (M/F) dos respectivos escalões.
- 5 - Será atribuído o título individual no escalão de Sub23 Masc. e Fem.
- 6 - Os atletas Veteranos que participarem no Corta-Mato Distrital Longo serão considerados como Seniores.
- 7 - Para o apuramento da classificação colectiva será atribuído 1 (um) ponto ao 1ª Class., 2 (dois) pontos ao 2º Class., assim sucessivamente.
- 8 - Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições em vigor da F.P.A.

REGULAMENTO DO VI CORTA MATO CONCELHO DE TÁBUA

- 1 - Estas provas estão abertas a todos os atletas interessados, mas que se encontrem em boas condições físicas, sendo da sua responsabilidade ou da entidade que representam, em representação de Clubes, Escolas e outras Entidades.
- 2 - **-INSCRIÇÕES:** deverão dar entrada nos serviços administrativos da ADAC até às 16.00 horas do dia 08 de Fevereiro 2018 através do e-mail geral.adacoimbra@gmail.com
- 3 - Os Dorsais para a prova serão os dorsais da época (para os Atletas que estão Filiados na Associação Distrital de Atletismo de Coimbra).
- 4 - Cada atleta só poderá participar na prova do seu escalão. Os Veteranos têm escalão único.
- 5 - Nesta competição haverá classificação individual e colectiva.
- 6 - **- Prémios:**
 - Individualmente será atribuída Troféu ao 1º classificado, ao 2º e 3º medalhões e ao 4º a 10º medalhas por escalão/sexo de Benjamins a Veteranos.
 - Colectivamente serão atribuídas taças às 10 primeiras equipas classificadas (no conjunto de todos os escalões). A classificação colectiva será encontrada pela soma dos primeiros dez atletas chegados à meta em cada prova de ambos os sexos. A pontuação dos atletas será da seguinte forma: 1º - 10 pontos, 2º - 9 pontos, 3º - 8 pontos e assim sucessivamente até ao 10º - 1 ponto.
- 7 - Cada clube para pontuar para a classificação colectiva terá de participar com o mínimo de 5 atletas no conjunto de todos os escalões.
- 8 - A organização procederá a um seguro para os atletas que não tenham seguro desportivo ou escolar.
- 9 - Haverá no local uma ambulância para primeiros socorros.
- 10- As provas serão disputadas conforme mapa que se anexa.
- 11- Os atletas deverão ser portadores de alfinetes para fixar os dorsais.
- 12- Todos os atletas deverão ser portadores de uma identificação, para qualquer dúvida.
- 13- Todos os atletas terão direito a duche quente ou frio nos balneários do Estádio Municipal de Tábua.
- 14- Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições em vigor da FPA.

Apoios: Câmara Municipal de Tábua

Juntas e Uniões de Freguesias do Concelho de Tábua

Associação Distrital de Atletismo de Coimbra

Coimbra, 11 de Janeiro de 2018

A Direcção da ADAC

1700 metros - 1 volta exterior

