



REGULAMENTO CIRCUITO DISTRITAL DE MILHAS

Época 2024/2025

1. Organização:

O Circuito Distrital de Milhas é uma organização da ADAC, em conjunto com os clubes filiados organizadores das provas constantes no circuito.

2. Participação:

A participação no Circuito Distrital de Milhas da ADAC é restrita aos atletas que cumpram os seguintes critérios:

- a) Estejam filiados na FPA através da ADAC;
- b) Sejam Sub20 à data da realização das provas;
- c) Cumpram o presente regulamento sem prejuízo do regulamento próprio de cada prova, que deve ser consultado junto das respetivas organizações.

3. Inscrições:

As inscrições nas provas do Circuito serão efetuadas de acordo com o regulamento da respectiva prova.

4. Provas:

- 12 de abril de 2025 – III Milha de Eiras, Grupo Recreativo Eirense;
- 25 de abril de 2025 – I Milha de Tábua, Comissão de Melhoramentos de Percelada;
- 19 de junho de 2025 – IV Milha de Ceira, Centro Popular de Trabalhadores Sobral de Ceira.

5. Classificação e Pontuação

Neste circuito haverá classificações individuais para cada escalão/género (Sub-20, Seniores e Veteranos) e classificações coletivas para cada escalão/género (Sub-20, Seniores e Veteranos).

Para ser considerado finisher, cada atleta tem a obrigatoriedade de realizar as 3 milhas do circuito.

Os atletas veteranos devem optar se querem competir como Absolutos ou Veteranos na primeira milha em que participem, realizando todo o circuito no mesmo escalão, não havendo acumulação de classificação individual e coletiva.

Individualmente: vence o atleta que somar mais pontos, de acordo com a seguinte pontuação: 1º - 100 pts; 2º - 99 pts;; 100º - 1 pt; 101º - 1 pt



Em caso de empate, os critérios de desempate são:

1º Confronto direto

2º Soma dos tempos, sendo que vence quem tiver menos tempo

Coletivamente: Para apuramento da classificação coletiva final do circuito, serão seriadas em primeiro lugar as equipas que tenham quatro (4) atletas a terminar, seguidas pelas equipas que tenham três (3) atletas a terminar. Não será realizado nenhum ajuste nas pontuações das equipas em relação aos membros das equipas que não pontuam ou aos atletas que participam individualmente.

Vence a equipa que tenha participado todas as milhas do circuito e somar mais pontos, em cada escalão/género, de acordo com a seguinte pontuação:

1º - 15 pts; 2º - 14 pts;; 15º - 1 pt; 16º - 1 pt

Em caso de empate, os critérios de desempate são:

1º Confronto direto

2º Número de 1º lugar, o número de 2º lugar e assim sucessivamente em todos os eventos do Circuito

Prémios:

Os prémios referentes ao circuito serão entregues em Gala com data a definir.

- Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados por escalão e género.
- Serão atribuídos troféus às três melhores equipas de cada escalão (sub-20, seniores e veteranos) e género.

CAMPEONATO DISTRITAL ESCALÕES JOVENS:

Infantis – III Milha de Eiras, Grupo Recreativo Eirense

Iniciados – I Milha de Tábua, Comissão de Melhoramentos de Percelada

Juvenis – IV Milha de Ceira, Centro Popular de Trabalhadores de Sobral de Ceira

6. Casos omissos

Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com o Regulamento Geral de Competições.

A direção da ADAC