



# ASSOCIAÇÃO DISTRITAL ATLETISMO COIMBRA

Estádio Cidade de Coimbra 3º Piso

Rua D. Manuel I

3030-320 Coimbra

## COMUNICADO OFICIAL

Para conhecimento dos Clubes Filiados e outros, F.P.A., A.A.R.R., Orgãos de Comunicação Social e demais interessados, comunica-se:

### Campeonato Distrital de Corta Mato Curto Absoluto e Veteranos

#### II Corta Mato Jovem de Cantanhede

**LOCAL:** Parque de São Mateus - Cantanhede

**DATA:** 24 Março 2019

**HORA:** 10H00

#### Programa Horário

HORA	PROVA	ESCALÃO	DISTANCIA
10H00	BENJANINS A	MAS/FEM	500 M
10H10	BENJAMINS B	MAS/FEM	1.000 M
10H25	INFANTIS	MAS/FEM	1.500 M
10H40	INICIADOS/JUVENIS	FEM	2.500 M
11H00	INICIADOS/JUVENIS	MAS	3.000 M
11H20	JUNIORES/SENIORES/VETERANOS	FEM	4.000 M
11H45	JUNIORES/SENIORES/VETERANOS	MAS	4.000 M

#### Regulamento Campeonato Distrital Curto

1. Só poderão participar atletas filiados na ADAC.
2. Cada atleta só pode participar na prova do seu escalão.
3. Os clubes **deverão proceder à inscrição prévia** dos seus atletas até dia 21 de Março 2019 para o correio electrónico: [geral.adacoimbra2018@gmail.com](mailto:geral.adacoimbra2018@gmail.com).
4. Nos Campeonatos Distritais haverá classificação individual e coletiva em ambos os sexos.
5. Para a Classificação coletiva serão considerados os primeiros 4 atletas absolutos e veteranos (independentemente do escalão)
6. Medalhas aos 3 primeiros Classificados em cada escalão e sub escalões veteranos, em ambos os sexos.
7. Medalhas aos 3 primeiros classificados Sub23 em ambos os sexos.
8. Taças às 3 primeiras equipas (M/F) de Absolutos e Veteranos (independentemente do Escalão).
9. Os atletas **Veteranos** que pretendam participar no Corta Mato como **seniores**, devem informar da sua intenção aquando da sua inscrição;
10. Para o apuramento da Classificação coletiva será atribuído 1 ponto ao 1º class., 2 pontos ao 2º class. e assim sucessivamente.
11. Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições em vigor da F.P.A.

## **Corta Mato Jovem de Cantanhede**

1. É uma competição considerada aberta para as todas as categorias.
2. Todos os atletas interessados em participar **deverão enviar as suas inscrições até ao dia 21 de Março** de 2019 para o e-mail: [geral.adacoimbra2018@gmail.com](mailto:geral.adacoimbra2018@gmail.com)
3. **Prémios:**  
Medalhas aos 5 (cinco) primeiros classificados nos escalões de Benjamins A a Infantis de ambos os sexos. Medalhas aos 3 (três) primeiros classificados nos escalões Iniciados/Juvenis;  
Taças às 3 (três) primeiras equipas classificadas
4. Para o apuramento da classificação coletiva geral serão considerados todos os escalões de benjamins A a Juvenis, masculinos e femininos. No seu apuramento serão considerados os 10 primeiros classificados de cada escalão, sendo atribuídos 10 pontos ao 1º class., 9 pontos ao 2º class., ... 1 ponto ao 10º classificado.
5. Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições da FPA, em vigor.

Coimbra 13 de Março de 2019

A Direcção da ADAC