



ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE
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:

III Corta Mato Jovem de Cantanhede/Cross Trail Jovem

Campeonato Distrital de Corta Mato Curto Absoluto/Sub23 e Veteranos

Campeonato Distrital Corta Mato Jovem - Juvenis

LOCAL: Parque de São Mateus - Cantanhede

DATA: 22 Março 2020

HORA: 09H45

Programa Horário

HORA	PROVA	ESCALÃO	DISTANCIA
09H45	BENJANINS A	MAS/FEM	500 M
09H50	BENJAMINS B	MAS/FEM	1.000 M
10H05	INFANTIS	MAS/FEM	1.500 M
10H25	INICIADOS	FEM.	2.500 M
10H45	INICIADOS	MAS.	3.000 M
	JUVENIS	FEM.	3.000 M
11H10	JUNIORES/SENIORES	FEM.	4.000 M
	VETERANOS	FEM.	4.000 M
11H30	JUVENIS	MASC.	4.000 M
	JUNIORES/SENIORES	MASC.	4.000 M
11H50	VETERANOS	MASC.	4.000 M

Regulamento Campeonato Distrital Curto Absoluto e Veteranos

1. O Campeonato Distrital de Corta mato Curto destina-se a atletas filiados na ADAC.
2. Poderão participar atletas Filiados em outras Associações, que serão considerados como atletas extras.
3. Cada atleta só pode participar na prova do seu escalão.
4. Os clubes **deverão proceder à inscrição prévia** dos seus atletas até dia 19 de Março 2020 para o correio electrónico: geral.adacoimbra2018@gmail.com.
5. Nos Campeonatos Distritais haverá classificação individual e coletiva em ambos os sexos.
6. Para a Classificação coletiva serão considerados os primeiros 4 atletas absolutos e veteranos (independentemente do escalão)
7. Medalhas aos 3 primeiros Classificados em cada escalão e sub escalões veteranos, em ambos os sexos.
8. Medalhas aos 3 primeiros classificados Sub23 em ambos os sexos.
9. Taças às 3 primeiras equipas (M/F) de Absolutos e Veteranos (independentemente do Escalão).
10. Os atletas **Veteranos que pretendam participar no Corta Mato como seniores**, devem informar da sua intenção aquando da sua inscrição;
11. Para o apuramento da Classificação coletiva será atribuído 1 ponto ao 1º class., 2 pontos ao 2º class. e assim sucessivamente.
12. Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições em vigor da F.P.A.

Campeonato Distrital de Corta-Mato Jovem - Juvenis

1. Neste Campeonato Distrital só poderão participar os atletas devidamente filiados na ADAC.
2. Nesta competição haverá classificação individual e colectiva, por sexo.
3. Para a classificação coletiva: Serão considerados os 4 (quatro) primeiros classificados de cada equipa.
4. Prémios:
Medalhas aos 3 primeiros classificados de cada sexo.
Taças/Troféus às 3 primeiras equipas (Masc./ Fem).
5. Para o apuramento da classificação colectiva será atribuído 1 (um) ponto ao 1º Class., 2 (dois) pontos ao 2º Class. e assim sucessivamente.

Corta Mato Jovem de Cantanhede/Cross Trail Jovem

1. É uma competição para os escalões de benjamins A/B, Infantis e iniciados em ambos os sexos.
2. Todos os atletas interessados em participar **deverão enviar as suas inscrições até ao dia 19 de Março** de 2020 para o e-mail: geral.adacoimbra2018@gmail.com.
3. Os atletas não filiados que pretendam participar terão de ser devidamente inscritos. A inscrição destes atletas é da responsabilidade das Entidades que os inscrevem e/ou dos seus Encarregados de Educação. A Direcção da ADAC não se responsabiliza por qualquer acidente ou incidente que possa ocorrer a estes atletas.
4. **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;
Taças às 3 (três) primeiras equipas classificadas
4. Para o apuramento da classificação coletiva geral serão considerados todos os escalões de benjamins A a Iniciados, 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 02 de Março de 2020

A Direcção da ADAC