



ASSOCIAÇÃO DISTRICTAL 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., Órgãos de Comunicação Social e demais interessados, comunica-se:

Campeonato Distrital de Cross Trail Jovem

Bosque do Sarilho

Local: Pova da Lomba - Cantanhede

Hora: 09H30

Data: 29 de Novembro 2020

PROGRAMA HORÁRIO

Hora	Zona 0 (Zero)
09H00	Entrada no recinto fechado e treinos

Hora	Prova	Sexo	Escalão	Observações
09H30	500 Metros	F	Benjamins A	Nascidos em 2011/2012/2013
09H45	800 Metros	M	Benjamins A	Nascidos em 2011/2012/2013
10H00	800 Metros	F	Benjamins B	Nascidos em 2009/2010
10H15	1.200 Metros	M	Benjamins B	Nascidos em 2009/2010
10H30	1.600 Metros	F	Infantis	Nascidos em 2007/2008
10H45	2.100 Metros	M	Infantis	Nascidos em 2007/2008
11H00	2.100 Metros	F	Iniciados	Nascidos em 2005/2006
11H15	2.800 Metros	M	Iniciados	Nascidos em 2005/2006

PARTICIPAÇÃO

No Campeonato Distrital de Cross Trail Jovem só podem participar atletas filiados na ADAC.

SEGUROS

Todos os Atletas filiados na ADAC estarão abrangidos pelo Seguro obrigatório da Federação Portuguesa de Atletismo, apólice nº AG 64313266 da Companhia de Seguros Fidelidade.

INSCRIÇÕES

1 - As inscrições, *gratuitas*, devem ser enviadas através do endereço geral.adacoimbra2018@gmail.com, **impreterivelmente até 25 de Novembro de 2020.**

2 - Requisito das inscrições:

- Nome Completo
- Data de Nascimento
- Clube/Individual

DORSAIS

1. A entrega dos Dorsais (08H45 às 8H55) será efetuada através de envelope encerrado e entregue de forma intransmissível por elemento do staff da organização a cada Clube que deverá destacar apenas um elemento, Dirigente/técnico, para rececionar o respetivo envelope;
2. Todos os atletas participarão com o dorsal de época.
3. Os atletas deverão ser portadores de no mínimo três (3) alfinetes para fixação do Dorsal.

PRÉMIOS

Serão atribuídos Prémios Individuais e colectivos:

1. **Individuais**: Medalhas aos 5 primeiros Classificados de cada prova e escalão e Diplomas a todos os participantes.
2. **Colectivos**: Troféus às 3 primeiras equipas (M e F), com o menor número de pontos no somatório dos pontos de todas as provas dos escalões em competição.
3. Para o apuramento da classificação colectiva será atribuído 1(um) ponto ao 1º Class., 2 (dois) pontos ao 2º Class. e assim sucessivamente, em cada prova dos escalões em competição.

ARBITRAGEM

Será da responsabilidade do Conselho Regional de Arbitragem da ADAC.

TERMO DE RESPONSABILIDADE

Conforme orientação n.º 036/2020 da DGS é obrigatório o preenchimento e entrega de um Termo de Responsabilidade (em Anexo) por todos os atletas. O Termo de Responsabilidade terá de ser entregue no secretariado da Competição até às 09H15.

MANUAL DE PROCEDIMENTOS

Manual, em anexo, elaborado tendo em conta o contexto atual da pandemia, bem como as orientações da DGS.

Coimbra 16 de Outubro de 2020

A Direcção da ADAC



Termo de Responsabilidade para participação em competição durante a crise COVID-19 - Atletas menores de 18 anos

Denominação da competição:

Atleta: _____

Data de Nascimento: ____/____/____

Número de Cartão de Cidadão:

Por este instrumento, eu, _____, encarregado de educação do atleta _____, declaro que:

Fui devidamente informado/a, em linguagem clara e objetiva, que a frequência das instalações desportivas, para efeitos de competição de atletismo, resulta de uma DECISÃO TOMADA POR MIM, numa avaliação consciente e informada, em que pondero as vantagens da participação competitiva, face ao aumento de RISCO DE SAÚDE.

Fui devidamente informado/a que o conjunto de medidas de mitigação implementadas se destinam a diminuir o risco e possibilidade de infeção pelo SARS-CoV-2, mas não podem assegurar a segurança plena nas instalações desportivas e da atividade, no contexto de pandemia, sendo fundamentais o distanciamento físico, a etiqueta respiratória, a lavagem frequente das mãos, a não partilha de objetos e a permanência no domicílio.

Fui esclarecido e alertado sobre os riscos acrescidos em contrair a doença (COVID-19), bem como das consequências e eventuais sequelas que acarretam não só para minha saúde, como para a dos outros.

Neste contexto, comprometo-me cumprir e a assegurar o cumprimento das Normas e Orientações da Direção-Geral da Saúde, bem como as recomendações do Departamento Médico da FPA e do meu Médico Assistente.

Por fim, declaro a minha intenção de participar na competição suprarreferida.

Assinatura: _____

Data: ____/____/____

RISCOS DA DOENÇA COVID-19

- ▶ Isolamento, interrupção do processo de treino
- ▶ Sequelas com diminuição da função pulmonar (ou outras desconhecidas à data atual)
- ▶ Transmissão secundária
- ▶ Riscos para a minha comunidade
- ▶ Morte