



Fundada em 1987

**corta-mato**

2017/2018



Circuitos de Preparação

# ASSOCIAÇÃO DISTRIAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

## COMUNICADO OFICIAL N.º 02 2017/2018

**Prova:** Crosse do Dólmen – Vila Praia de Âncora  
**Data:** 18 de novembro de 2017 (sábado)  
**Local:** Barrosa – Vila Praia de Âncora  
**Organização:** Associação de Atletismo de Viana do Castelo  
**Colaboração:** Câmara Municipal de Caminha  
 Associação Desportiva Afifense  
**1.ª Competição:** Fernando Loureiro  
**Delegado Técnico:** Rui Costa  
**Diretor Técnico:** Rui Cerqueira



Início da prova	Prova	Escalão							Sexo	Obs.
		Benj	Inf	Ini	Juv	Jun	Sen	Vet		
		06/10	04/05	02/03	00/01	98/99	97 ou -	+ de 35		
14:30	700m	● (*1)							F/M	1 Volta Média
14:40	2000 m		● (*2)						F	2V. Grandes
14:50	2000 m		● (*2)						M	2V. Grandes
15:00	2500 m			●					F	1V. Peq.+ 2V. Gr.
15:00	3000 m			●					M	3V. Grandes
15:20	4000 m				●				F	4V. Grandes
15:20	6000 m					●	●	● (*3)	F	6V. Grandes
15:50	4500 m				●				M	4V. Gr + 1 Peq.
15:50	7000 m							● (*3)	M	7V. Grandes
15:50	8000 m					●	●		M	8V. Grandes

(Volta Pequena = 500m; Volta Grande=1.000m)

(\*1) Tratando-se esta de uma prova com carácter essencialmente lúdico, a participação de pais, treinadores e outras pessoas que se proponham a acompanhar os atletas do escalão de Benjamins, a participação de pais, treinadores e outras pessoas que se proponham a acompanhar os atletas do escalão de Benjamins, será admitida. Esta medida visa permitir um acompanhamento mais próximo a estes jovens atletas permitindo-lhes melhor gerir, emocional e fisicamente, a sua participação neste tipo de atividades.

(\*2) Os atletas do escalão de Benjamins, nascidos no ano de 2006 (que serão Infantis em Janeiro de 2018) poderão participar, se assim o desejarem, nesta competição como Infantis, disputando assim o Circuito de Corta-Mato no escalão de Infantis.

(\*3) Os atletas do escalão de Veteranos, poderão participar como seniores ou veteranos, devendo fazer essa opção no momento da inscrição.

**Inscrições** – Até 30 minutos antes do início da competição

**Classificações** - Haverá apenas classificação individual.

**Caracterização da Prova** - Realiza-se em terreno adjacente ao Dólmen da Barrosa em Vila Praia de Âncora. O terreno tem algum relevo e a prova disputa-se integralmente em piso de erva baixa e regular.

**Acesso ao local** - O acesso a esta zona pode fazer-se virando, na rotunda da Nacional 13 situada próximo do Intermaché, na direção de S. Lourenço e Lanheses, para logo a seguir (+/- a 300m) sair para Norte numa segunda rotunda. O Dólmen da Barrosa encontra-se assinalado nas placas e fica muito próximo desta segunda rotunda.

**Regulamento da Competição**

- Prova aberta a atletas Federados e do Desporto Escolar de todos escalões.
- Os atletas deverão ser portadores de alfinetes para segurança do Dorsal.
- Os casos omissos são resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições

Viana do Castelo, 9 de novembro de 2017

Diretor Técnico Regional

(Prof. Rui Costa)



## Regulamento do Circuito de Preparação de Corta-Mato 17/18



### Princípios Gerais

- A criação do Circuito de Preparação de Corta-Mato, adiante designado por Circuito, visa essencialmente:
  - Promover a prática do atletismo junto das camadas jovens.
  - Promover uma maior participação de atletas nas provas de corta-mato de preparação.
  - Envolver os clubes na organização de provas de Corta-Mato de Preparação.
  - Circuito será realizado anualmente e destina-se a atletas de todos os escalões: Infantis, Iniciados, Juvenis, Juniores, Seniores e Veteranos, de ambos os sexos. Os atletas Benjamins de último ano (2006) poderão participar como Infantis.
  - Circuito, compõe-se de um conjunto de 4 provas previstas para o seguinte calendário, horário e local:

Novembro	Dezembro
4 de novembro - sábado - 14:30 - Cardielos	2 de dezembro - sábado - 14:30 - Correlhã
18 de novembro - sábado - 14:30 - Âncora	17 de dezembro - domingo - 10:00 - Coura

### Participação

- A participação nas provas do Circuito é aberta a atletas federados, populares ou do desporto escolar.
- A classificação em cada uma das provas será estabelecida considerando todos os atletas intervenientes.
- Apenas serão considerados na classificação final do Circuito os atletas que estejam filiados, em qualquer associação de atletismo.

### Pontuação

- Para poderem ser classificados no Circuito os atletas terão que participar em, pelo menos, três provas.
- A classificação final será obtida através da soma dos pontos obtidos em cada uma das provas do Circuito, contabilizando apenas as três melhores pontuações nas quatro possíveis.
- Nas provas integradas no Circuito, a pontuação a atribuir será a seguinte:

1º Lugar - 20 Pontos	7º Lugar - 14 Pontos	14º Lugar - 7 Pontos
2º Lugar - 19 Pontos	8º Lugar - 13 Pontos	15º Lugar - 6 Pontos
3º Lugar - 18 Pontos	9º Lugar - 12 Pontos	16º Lugar - 5 Pontos
4º Lugar - 17 Pontos	10º Lugar - 11 Pontos	17º Lugar - 4 Pontos
5º Lugar - 16 Pontos	11º Lugar - 10 Pontos	18º Lugar - 3 Pontos
6º Lugar - 15 Pontos	12º Lugar - 9 Pontos	19º Lugar - 2 Pontos
	13º Lugar - 8 Pontos	20º Lugar - 1 Ponto

### Prémios

- Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada escalão e sexo e um prémio, em material desportivo, ao vencedor de cada escalão e sexo, num total de 10 prémios.
- O prémio será entregue no último corta-mato do Circuito para o escalão.
- Os casos de empate serão decididos a favor do atleta que obtiver mais primeiros lugares. Se o empate subsistir, aplicar-se-á o mesmo critério relativamente aos segundos lugares e assim sucessivamente. Se ainda assim subsistir o empate, será considerado vencedor, o atleta que tiver obtido melhor classificação na última prova onde pontuou para o circuito, e assim sucessivamente.