



Fundada em 1987

# ASSOCIAÇÃO DISTRIAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

## COMUNICADO OFICIAL N.º 06 2017/2018



**Prova:** Corta Mato de Paredes de Coura  
(IV corta-mato do circuito de preparação)  
**Data:** 17 de dezembro de 2017 (domingo)  
**Local:** Praia do Taboão – Paredes de Coura  
**Organização:** Associação de Atletismo de Viana do Castelo  
Clube Natação e Cultura de Paredes de Coura  
Câmara Municipal de Paredes de Coura  
**Colaboração:** Câmara Municipal de Paredes de Coura  
**Diretor de Competição:** José Augusto Meixedo  
**Delegado Técnico:** Rui Costa  
**Diretor Técnico:** Rui Cerqueira



Início da prova	Prova	Escalaão							Sexo	Obs.
		Benj	Inf	Ini	Juv	Jun	Sen	Vet		
		06/10	04/05	02/03	00/01	98/99	97 ou -	+ de 35		
10:00	700m	●							F	1 Volta Média
10:05	700m	●							M	1 Volta Média
10:10	2000m		● (*1)						F	2V. Gr.
10:20	2000m		● (*1)						M	2V. Gr.
10:30	2500m			●					F	1 V. Peq.. + 2 V. Gr.
10:45	3000m			●					M	3V. Gr.
11:00	3500m				●				F	1 V. Peq + 3 V. Gr..
11:00	4500m							● (*2)	F	1 V. Peq + 3 V. Gr.
11:00	5000m					●	●		F	5 V. Gr.
11:25	4500m				●				M	1 Peq. + 4V. Gr
11:25	5500m							● (*2)	M	1 Peq. + 5V. Gr
11:25	6500m					●	●		M	1 Peq. + 6V. Gr

Volta Pequena=0,5km Volta Média=0,8km Volta Grande=1,0km

(\*1) Os atletas do escalaão de Benjamins, nascidos no ano de 2006 (Infantis em Janeiro de 2018) poderão participar, se assim o desejarem, nesta competição como Infantis, disputando assim o Circuito de Corta-Mato no escalaão de Infantis.

(\*2) Os atletas do escalaão de Veteranos, poderão participar como seniores ou veteranos, devendo fazer essa opção no momento da inscrição.

**Inscrições** - Até 30 minutos antes do programa horário.

### Classificações

- **Classificação individual para o Circuito** de Preparação de Corta Mato (com entrega dos prémios do Circuito), e;  
- **Classificação coletiva para Benjamins (com entrega de medalhas)**. Independentemente do sexo a classificação coletiva dos atletas benjamins será obtida pelo somatório do número de pontos correspondentes à classificação dos quatro atletas melhores classificados de cada equipa. Primeiro serão classificadas as equipas com pelo menos 4 atletas, depois as de pelo menos 3 atletas e assim sucessivamente. Os prémios a atribuir a cada equipa serão medalhas para todos os atletas que integram a equipa, quer tenham ou não pontuado na classificação coletiva.

**Caracterização da Prova** - Desenrola-se em terrenos próximos da Praia Fluvial do Taboão, junto ao recinto do Festival de Paredes de Coura. Trata-se de um percurso com alguns declives, com piso quase sempre regular em erva. Em função das condições climáticas (chuva) poderão existir zonas com alguma lama.

### Regulamento da Competição

- Prova aberta a atletas Federados e não Federados de todos escalaões.
- 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, 7 de dezembro de 2017

Direto 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.