

CAMPEONATO REGIONAL DE CORTA-MATO LONGO

9 DE NOVEMBRO DE 2025
CASTELO DO NEIVA

PROGRAMA HORÁRIO

Hora s	Escalão	Géner o	Distânci a	Voltas
09:00	Sub-14	Fem	2km	2 voltas de 1km
09:20	Sub-14	Masc	2km	2 voltas de 1 km
09:40	Sub-16	Fem	2,5km	1 volta 1km + 1 volta 1,5km
10:00	Sub-16 Sub-18 e Sub 20	Masc Fem	3km	2 voltas 1,5km
10:20	Sub-18 e Sub 20	Masc	4km	1 volta 1km + 2 voltas 1,5km
10:40	Benj A Sub-10	Masc Fem	500m	1 Voltas 0,5km
10:50	Benj B Sub-12	Masc Fem	1km	1 Voltas de 1km
11:00	Absolutos (Sub-23, Seniores Veteranos (F35, F40 e F45 e F50+)	Fem	6 km	4 voltas 1,5km
11:30	Absolutos (Sub-23, Seniores Veteranos (M35, M40 e M45 e M50+)	Masc	7,5 km	5 voltas de 1,5 km

REGULAMENTO

1. O Campeonato Regional de Corta Mato destina-se, exclusivamente, a atletas filiados na Associação de Atletismo de Viana do Castelo (AAVC) dos escalões de Sub-14, Sub-16, Sub-18, Sub-20, Sub-23, Seniores e Veteranos.
2. Os atletas dos escalões de Sub-14, Sub-16, Sub-18, Sub-20 só poderão competir nos campeonatos das suas categorias. Os atletas de 2º ano do escalão Sub-12, poderão competir como sub-14.
3. Os atletas veteranos deverão optar, no momento da inscrição, se preferem participar na corrida de seniores ou na corrida específica do seu escalão de Veteranos, não podendo estar nenhum atleta inscrito nas duas competições.
4. No escalão de Sub-10 e Sub-12 não será atribuído o título de campeão regional. A competição para estes atletas vai servir como mais uma experiência competitiva.
5. Os atletas estrangeiros residentes em Portugal e filiados na respetiva associação regional (AAVC), são equiparados a atletas portugueses, não havendo restrições aplicáveis, quer no acesso ao pódio, quer na participação em classificações coletivas, sendo a verificação da sua elegibilidade é feita da seguinte forma:
 - a. **Atletas menores de 18 anos** - pela apresentação do certificado de frequência em escola do território nacional na época anterior à da competição;
 - b. **Atletas com 18 anos e mais** - pela apresentação do número de identificação da segurança social e número fiscal português.
 - c. **Os atletas abrangidos** pelas alíneas anteriores têm que enviar para a associação os documentos solicitados por e-mail até o fecho das inscrições.
 - d. Os atletas **estrangeiros não abrangidos** pelas alíneas anteriores, não comparados a atletas portugueses é restringida o acesso ao pódio e não terão direito quer ao título de campeão individual quer aos respetivos lugares de honra.
6. **CLASSIFICAÇÕES.** Nestes campeonatos haverá classificação individual e coletiva para os 3 primeiros de cada escalão em ambos os géneros. No escalão de Benjamins A e B, só existirá classificação individual.
7. Para a classificação coletiva dos Campeonatos Regionais de Corta-mato serão considerados os quatro (4) primeiros atletas de cada equipa, podendo apenas pontuar um (1) atleta estrangeiro (não equiparado a português) por clube, de acordo com o regulamento geral de competições.

8. Caso não existam equipas suficientes para completar o pódio coletivo, serão seriadas em primeiro lugar as equipas que tenham quatro (4) atletas a terminar, seguidas pelas equipas que tenham três (3) atletas a terminar.
9. Não será realizado nenhum ajuste nas pontuações coletivas em relação aos membros das equipas que não pontuam ou aos atletas que participam individualmente.
10. **PRÉMIOS.** Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados por escalão e género (Sub10, Sub12, Sub-14, Sub-16, Sub-18, Sub-20, Veteranos M35; M40; M45; M50+, e absolutos);
11. Serão atribuídos **troféus às três melhores equipas** dos escalões de Sub-14, Sub-16, Sub-18, Sub-20, seniores e veteranos para ambos os géneros. Para a classificação coletiva de Veteranos contam os (4) melhores atletas veteranos por clube independentes do respetivo escalão de veteranos.
12. **As CERIMÓNIAS PROTOCOLARES** serão imediatamente a seguir as respetivas competições e os atletas terão de participar com o uniforme do seu clube e deverão usar calçado desportivo adequado conforme Artº 15 do RGC.
13. **APURAMENTO PARA CAMPEONATO NACIONAL.** Serão apurados diretamente os 3 primeiros atletas (F e M) e a 1ª equipa (F e M) (até 6 atletas cada), de acordo com o regulamento da FPA. Se a equipa vencedora por algum motivo não puder participar é substituída pela equipa segunda classificada.
14. **INSCRIÇÕES.** Deverão ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> impreterivelmente até às 23:59 horas da quinta-feira, dia 06 de novembro, de forma a ser efetuada a admissão de atletas. Depois das inscrições concluídas a organização reserva o direito de ajustar o programa horário.
15. **LOCALIZAÇÃO.** A localização exata da competição é nas seguintes coordenadas: 41°37'40.8"N 8°48'50.3"W ou 41.628000, -8.813972