

CAMPEOANTO REGIONAL DE CORTA-MATO LONGO

9 DE NOVEMBRO DE 2025

CASTELO DO NEIVA

PROGRAMA HORÁRIO

Horas	Escalão	Género	Distância	Volts
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 (Seniores e Sub23); Vet (M35, M40 e M45 e M50; M55; M60; M65: M70+)	Fem	6 km	4 voltas 1,5km
11:30	Absolutos (Seniores e Sub23); Vet (M35, M40 e M45 e M50; M55; M60; M65: M70+)	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, Sub23, 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 Absolutos (Seniores e Sub23) ou na corrida específica do seu escalão de Veteranos, não podendo estar nenhum atleta inscrito nas duas competições.
4. O 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 alienas anteriores tem 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, Absolutos (Todos os escalões de Sub23 a VetM70+); Veteranos M35; M40; M45; M50; M55; M60; M65; M70+;
11. Serão atribuídos **troféus às três melhores equipas** dos escalões de Sub-14, Sub-16, Sub-18, Sub-20, Absolutos (Seniores e Sub23) 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 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