



Fundada em 1987

# ASSOCIAÇÃO DISTRIAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

## COMUNICADO OFICIAL N.º 06 2015/2016



**Prova:** 1º Crosse da A.D. Darquense  
(final do circuito de corta-mato)  
**Data:** 12 de dezembro de 2015 (sábado)  
**Local:** Campo de jogos da Srª. da Oliveira (Darque)  
**Organização:** Associação Desportiva Darquense  
**Colaboração:** Junta da Freguesia de Darque  
Associação de Atletismo de Viana do Castelo  
**Director de Competição:** Fernando Loureiro / Vasco Parente  
**Delegado Técnico:** Rui Costa  
**Director Técnico:** Rui Cerqueira



Início da prova	Prova	Escalaão <sup>(*)3</sup>							Sexo	Obs.
		Benj 04/08	Inf 02/03	Ini 00/01	Juv 98/99	Jun 96/97	Sen 95 ou -	Vet + de 35		
14:30	850m	● (*1)							F/M	1 Volta Pequena
14:40	2000 m		● (*2)						F/M	2V. Médias
14:50	2500 m			●					F	1V. Média. + 1V. Gr.
15:05	3000 m			●					M	2V. Grandes
15:20	4000 m				●			● (*3)	F	2V. Gr.+ 1 V. Média
15:20	6000 m					●	●		F	4V. Grandes
15:50	4500 m				●				M	3V. Grandes
15:50	6000 m							● (*3)	M	4V. Grandes
15:50	7500 m					●	●		M	5V. Grandes

(Volta Pequena = 850m; Volta Média = 1000m; Volta Grande=1500m)

(\*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 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 2004 (que serão Infantis em janeiro de 2016) poderão participar, se assim o desejarem, nesta competição como Infantis, disputando assim o Circuito de Corta-Mato no escalão de Infantis.

(\*3) Tendo em conta a preparação da nova época os atletas que mudem de escalão em janeiro poderão optar por realizar a prova no escalão de 2016, independentemente do escalão em que fizeram as restantes provas do circuito.

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

**Classificações** - Haverá apenas classificação individual que contará também para o Circuito de Corta-mato. Tratando-se da última prova integrada no **Circuito** de Corta-mato 2015, nela serão **entregues os prémios** aos vencedores.

**Caracterização da Prova** - Realiza-se em terreno próximos do Campo de jogos Srª da Oliveira em Darque. O percurso desenrola-se em terreno com algum relevo, num piso de terra e relva.

**Regulamento da Competição**

- Prova aberta a atletas Federados e não Federados 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, 2 de dezembro de 2015

O Director Técnico Regional

  
(Prof. Rui Costa)

