



Fundada em 1987

ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

COMUNICADO OFICIAL N.º 06 2019/2020

Prova: **Campeonatos Regionais de Corta-Mato**
Data: **4 de janeiro de 2020 (sábado)**
Local: Seara – Ponte de Lima
Organização: Associação de Atletismo de Viana do Castelo
Colaboração: Associação Desportiva e Cultural da Seara
Director de Competição: Fernando Loureiro
Delegado Técnico: Rui Costa
Director Técnico: Rui Cerqueira

Campeonato Regional Jovem e de Veteranos de Corta-Mato Longo

Início da prova	Prova	Inf	Ini	Juv	Vet	Sexo	Observações
		07/08	05/06	03/04	+ 35 anos		
14:30	2000 m	●				F	2V. Grandes
14:45	2000 m	●				M	2V. Grandes
15:00	2500 m		●			F	1V. Peq. + 2V. Grandes
15:15	3000 m		●			M	3V. Grandes
15:30	3000 m			●		F	3V. Grandes
15:45	4000 m			●		M	4V. Grandes
16:05	4000 m				●	F	4V. Grandes
16:25	4000 m				●	M	4V. Grandes

Campeonato Regional de Corta Mato Curto

Início da prova	Prova	Juniões e Seniores (02, 01, 00 ...)	Sexo	Observações
16:05	4000 M	●	F	4V. Grandes
16:25	4000 M	●	M	4V. Grandes

Inscrições – Com inclusão do número de dorsal de época, aceites até às 18 horas do dia 2 de janeiro.

Regulamento

- Para os Campeonatos Regionais de Corta Mato apenas pontuarão os atletas devidamente inscritos na AAVC na época de 2019/2020.
- No Campeonato Regional de Corta-Mato Curto atletas Juniores e Seniores competem num só escalão contribuindo para uma só classificação individual e colectiva, sendo esta obtida pelos 4 primeiros atletas de cada equipa, independentemente do escalão a que pertencem. Em caso de igualdade pontual, será beneficiada a equipa cujo 4º atleta tiver melhor classificação.
- Os atletas Veteranos que desejem competir como Seniores no Regional de Corta-mato Curto, devem comunicar na altura da inscrição essa sua opção, sendo assim excluídos do Regional Longo para Veteranos.
- Em todos os escalões serão atribuídas medalhas aos 3 primeiros classificados em cada escalão e género.
- Aos clubes vencedores em cada escalão e género será atribuído um diploma.
- 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, 28 de dezembro de 2019

O Diretor Técnico Regional



(Prof. Rui Costa)