



Fundada em 1987

ASSOCIAÇÃO DISTRIAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

COMUNICADO OFICIAL N.º 04 2021/2022

Prova: Crosse Vila das Artes - V.N. Cerveira

Data: 4 de dezembro de 2021 (sábado)

Local: V.N. Cerveira - Lovelhe

Organização: Associação de Atletismo de Viana do Castelo

Colaboração: Município de V. N. de Cerveira
Associação Desportiva e Cultural de Lovelhe

Diretor de Competição: Vítor Lima

Delegado Técnico: Rui Costa

Diretor Técnico: Rui Cerqueira



| Início da prova | Prova | Escalaõ | | | | | | | Sexo | Obs. |
|-----------------|--------|---------|--------|-------|-------|-------|---------|---------|------|--------------------|
| | | Benj | Inf | Ini | Juv | Jun | Sen | Vet | | |
| | | 10/13 | 08/09 | 06/07 | 04/05 | 02/03 | 01 ou - | + de 35 | | |
| 14:30 | 700m | ● (*1) | | | | | | | F12 | 1 Volta Pequena |
| 14:40 | 700m | ● (*1) | | | | | | | M 26 | 1 Volta Pequena |
| 14:50 | 1700 m | | ● (*2) | | | | | | F 8 | 1V. Peq.+ 1 V. Gr. |
| 15:05 | 1700 m | | ● (*2) | | | | | | M 12 | 1V. Peq.+ 1 V. Gr. |
| 15:20 | 2700 m | | | ● | | | | | F 11 | 2V. Gr. + 1V. Peq. |
| 15:45 | 3000 m | | | ● | | | | | M 11 | 3V. Grandes |
| 15:55 | 4000 m | | | | ● | | | ● (*3) | F | 4V. Grandes |
| 15:55 | 6000 m | | | | | ● | ● | | F | 6V. Grandes |
| 16:20 | 4700 m | | | | ● | | | | M | 4V. Gr + 1 Peq. |
| 16:20 | 6000 m | | | | | | | ● (*3) | M | 6V. Grandes |
| 16:20 | 7000 m | | | | | ● | ● | | M | 7V. Grandes |

(*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 escalaõ 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 escalaõ de Benjamins, nascidos no ano de 2010 (que serão Infantis em Janeiro de 2020) poderão participar, se assim o desejarem, nesta competição como Infantis, disputando assim o Circuito de Corta-Mato no escalaõ de Infantis.

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

Inscrições – Realizada na plataforma online [FPA Competições](#), até 2 de dezembro de 2021.

Classificações - Haverá apenas classificação individual.

Caracterização da Prova - Realiza-se em terreno adjacente ao Centro Municipal de Atletismo de Vila Nova de Cerveira (junto ao INATEL). O terreno tem algum relevo e a prova disputa-se integralmente em piso regular de terra e erva baixa.

Regulamento da Competição

- Prova aberta a atletas Federados e do Desporto Escolar 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, 26 de novembro de 2021

Diretor Técnico Regional

Regulamento do Circuito de Preparação de Corta-Mato 21/22

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 (2010) poderão participar como Infantis.
- Circuito, compõe-se de um conjunto de 4 provas previstas para o seguinte calendário e local:



| Novembro | Dezembro |
|--|---|
| 6 de novembro - sábado - 14:30 - Cardielos | 4 de dezembro - sábado - 14:30 – VN Cerveira |
| 20 de novembro - sábado - 14:30 - Âncora | 18 de dezembro - domingo - 9:30 – (a definir) |

Participação

- A participação nas provas do Circuito é aberta apenas a atletas federados.
- A classificação em cada uma das provas, e a pontuação a atribuir para o circuito, será estabelecida considerando todos os atletas intervenientes.
- Apenas serão considerados na classificação final do Circuito os atletas que estejam filiados, na Associação de Atletismo de Viana do Castelo.

Pontuação

- Para serem considerados na classificação final do Circuito, os atletas terão que pontuar no mínimo em duas provas e no máximo três. Se participarem nas 4 provas o pior resultado será excluído.
- 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 12 prémios.
- O prémio será entregue no último corta-mato do Circuito para o escalão.
- Em caso de empate, o desempate far-se-á a favor do atleta melhor classificado na prova final do circuito. Se nenhum deles tiver participado nessa prova, será considerada a penúltima e assim sucessivamente.