

## Regulamento do Circuito de Preparação de Corta-Mato 22/23

### 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 (2011) poderão participar como Infantis.
- Circuito, compõe-se de um conjunto de 4 provas previstas para o seguinte calendário e local:



Novembro	Dezembro
5 de novembro - sábado - 14:30 - Cardielos	3 de dezembro - sábado - 14:30 – Âncora
19 de novembro - sábado - 14:00 – Viana	10 de dezembro - sábado - 14:30 – Verdoejo (Valença)

### 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 apenas os atletas filiados na Associação de Atletismo de Viana do Castelo.
- 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

- Nos atletas Benjamins não será elaborada classificação de Circuito, mas aqueles atletas benjamins, que participem em pelo menos três das provas do circuito recebem, na última prova, um prémio especial.
- Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada escalão e sexo (de infantis a veteranos) e um prémio, em material desportivo, ao vencedor de cada escalão e sexo, num total de 12 prémios.
- Todos os prémios serão entregues 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.