



## 1º CORTA-MATO PERO NETO/MÓNICA ROSA

### REGULAMENTO

#### 1. ORGANIZAÇÃO

O 1º Corta-Mato Pero Neto/Mónica Rosa é uma prova aberta a atletas federados, populares e alunos em representação de escolas. Os atletas estrangeiros filiados numa federação de outro país só poderão participar mediante autorização expressa da sua federação e da Federação Portuguesa de Atletismo.

Realiza-se no dia 23 de Fevereiro de 2020, com início às 09H30.

É uma organização conjunta do Clube de Atletismo Mónica Rosa e da Sociedade Instrutiva e Recreativa 1º de Dezembro de Pero Neto.

Integra, este ano, o Campeonato Distrital de Corta-Mato sub-18, sub-20 e Longo Seniores e Veteranos.

#### 2. CARACTERÍSTICAS DA PISTA

É um percurso desenhado no interior do pinhal, com piso de terra batida e arenosa. Tem um perímetro, na sua volta grande de cerca de 2000M, sendo que, sempre que necessário, são feitos cortes que permitem percursos mais curtos.

#### 3. ESCALÕES

<b>BENJAMINS A*</b>	2015 E 2014	AMBOS OS SEXOS
<b>BENJAMINS A</b>	2011, 2012 E 2013	AMBOS OS SEXOS
<b>BENJAMINS B</b>	2009 E 2010	AMBOS OS SEXOS
<b>INFANTIS</b>	2007 E 2008	AMBOS OS SEXOS
<b>INICIADOS</b>	2005 E 2006	AMBOS OS SEXOS
<b>JUVENIS (SUB-18)</b>	2003 E 2004	AMBOS OS SEXOS
<b>JÚNIORES (SUB-20)</b>	2001 E 2002	AMBOS OS SEXOS
<b>SUB-23</b>	1998, 1999 E 2000	AMBOS OS SEXOS
<b>SENIORES</b>	1997 E ANTERIORES	AMBOS OS SEXOS
<b>V35</b>	35 ANOS À DATA DA PROVA	AMBOS OS SEXOS
<b>V40</b>	40 ANOS À DATA DA PROVA	AMBOS OS SEXOS
<b>V45</b>	45 ANOS À DATA DA PROVA	AMBOS OS SEXOS
<b>V50</b>	50 ANOS À DATA DA PROVA	AMBOS OS SEXOS
<b>V55</b>	55 ANOS À DATA DA PROVA	AMBOS OS SEXOS
<b>V60</b>	60 ANOS À DATA DA PROVA	AMBOS OS SEXOS
<b>V65</b>	65 ANOS À DATA DA PROVA	AMBOS OS SEXOS

#### 4. PROGRAMA/HORÁRIO

HOR.	DIST.	ESCALÃO	SEXO	VOLTAS	
09H30	1	8000M	JÚNIORES(SUB-20) E VETERANOS	MASC.	4 VOLTAS G.
10H10	2	200M	BENJAMINS A*(NÃO COMPETITIVA, SEM CLASSIFICAÇÃO)	AMBOS	PERCURSO MINI
10H20	3	500M	BENJAMINS A	AMBOS	1 VOLTA PEQ.1
10H30	4	600M	BENJAMINS B	AMBOS	1 VOLTA PEQ.2
10H45	5	1500M	INFANTIS	AMBOS	1 VOLTA PEQ.3 1 VOLTA PEQ.1
11H00	6	2500M	INICIADOS	AMBOS	1 VOLTA PEQ.1 1 VOLTA G.
11H20	7	5000M	JUVENIS (SUB-18)	MASC.	1 VOLTA PEQ. 3 2 VOLTAS G.
11H45	8	4000M	JUVENIS (SUB-18)	FEM.	2 VOLTAS G.
11H45	9	6000M	JÚNIORES (SUB-20), SUB-23, SENIORES E VETERANOS	FEM.	3 VOLTAS G.
12H30	10	10000M	SUB-23, SENIORES	MASC.	5 VOLTAS G.

#### 5. PRÉMIOS

##### INDIVIDUAIS

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada escalão e género, a serem entregues em cerimónia a realizar no final de todas as provas, na sede da S.I.R. 1º de Dezembro em Pero Neto.

Na prova do escalão designado de Benjamins A\* serão atribuídas medalhas a todos os participantes.

##### COLETIVAS

Contam para a classificação os três primeiros atletas de cada cada equipa em cada uma das provas: 1, 7, 8, 9 e 10, independentemente do escalão, vencendo a equipa que somar menos pontos e, assim sucessivamente.

Para as provas: 3, 4, 5 e 6, haverá um troféu jovem, para cada género, para o qual contam os três primeiros classificados de cada género, em cada prova, somando-se a pontuação de todas as provas, vence, em cada género, a equipa que no total somar menos pontos.

#### 6. INSCRIÇÕES

Os atletas filiados na Associação Distrital de Atletismo de Leiria devem fazer a inscrição através do site da mesma. Os restantes participantes, não filiados na Federação Portuguesa de Atletismo, devem enviar as inscrições para [geral@camr.pt](mailto:geral@camr.pt), até 19 de Fevereiro de 2020, discriminando: nome completo, NIF e data de nascimento, bem como o comprovativo de transferência de 5€ (cinco euros) para o IBAN: PT50-0033-0000-45518222523-05, a fim de suportar o seguro de acidentes pessoais. As inscrições podem, ainda ser efetuadas, pessoalmente, na sede da S.I.R. 1º de Dezembro em Pero Neto, onde poderão efetuar o pagamento do seguro ou comprovar que possuem um seguro pessoal.

Os veteranos que desejem disputar a prova de seniores devem inscrever-se como tal.

**OBSERVAÇÕES:**

A organização disponibiliza balneários aos participantes que desejem tomar banho, na sede da S.I.R. 1º de Dezembro, em Pero Neto.