



REGULAMENTO DO 5º CORTA-MATO MÓNICA ROSA

1. ORGANIZAÇÃO

O 5º Corta-Mato Mónica Rosa é uma prova aberta a atletas federados e populares desde que, os não filiados, apresentem declaração comprovativa de possuírem seguro de acidentes pessoais. 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 5 de Janeiro de 2025, com início às 09H30. É uma organização do Clube de Atletismo Mónica Rosa.

2. CARACTERÍSTICAS DA PISTA

É um percurso desenhado no Parque da Cerca, no centro da Marinha Grande, na sua maior parte em piso de relva. Terá um perímetro, na sua volta grande, de cerca de 2000M, sendo que, sempre que necessário, são feitos cortes que permitam percursos mais curtos.

3. ESCALÕES

BENJAMINS A - SUB-10 (AMBOS OS GÉNEROS)

BENJAMINS B - SUB-12 (AMBOS OS GÉNEROS)

INFANTIS - SUB-14 (AMBOS OS GÉNEROS)

INICIADOS - SUB-16 (AMBOS OS GÉNEROS)

JUVENIS (SUB-18) (AMBOS OS GÉNEROS)

JÚNIORES E SENIORES A PARTIR DE (SUB-20) (AMBOS OS GÉNEROS)

VETERANOS (AMBOS OS GÉNEROS) - A PARTIR DOS 35 ANOS,
À DATA DA PROVA

4. PROGRAMA/HORÁRIO

HORÁRIO	ESCALÃO	GÉNERO	DISTÂNCIA	VOLTAS	
1	09H30	SUB-10 (BENJAMINS A)	AMBOS	300M	1 PEQ.
2	09H40	SUB-12 (BENJAMINS B)	AMBOS	600M	2X1 PEQ.
3	09H50	SUB-14 (INFANTIS)	AMBOS	1000M	1 MÉDIA
4	10H00	SUB-16 (INICIADOS)	AMBOS	1300M	1 PEQ. + +1 MÉDIA
5	10H20	SUB-18 (JUVENIS)	AMBOS	3000M	1 GRANDE+ +1 MÉDIA
6	10H45	SUB-20 (JÚNIORES SENIORES) E VETERANAS	FEM.	5000M	2 GRANDES+ +1 MÉDIA
7	11H15	SUB-20 (JÚNIORES SÉNIORES) E VETERANOS	MASC.	6000M	3 GRANDES

5. PRÉMIOS INDIVIDUAIS

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada escalão e género, em todas as provas a serem entregues em cerimónia a realizar imediatamente após o final de cada uma das provas, no local da competição.

6. PRÉMIOS COLETIVOS

Serão atribuídos troféus coletivos, às três primeiras equipas, nas provas 6 e 7 contando para a classificação os três primeiros atletas de cada equipa, independentemente do escalão vencendo a equipa que somar menos pontos e, assim sucessivamente.

Nas provas 1, 2, 3, 4 e 5 haverá uma classificação coletiva (JOVEM). Contam para atribuição de pontos na classificação coletiva jovem os 10 primeiros atletas classificados em cada prova, por ordem de chegada à meta, sendo atribuídos 10 pontos ao 1º classificado, 9 ao 2º e assim sucessivamente, vencendo a equipa que somar maior número de pontos.

7. INSCRIÇÕES

Os atletas filiados na Associação Distrital de Atletismo de Leiria e os não filiados na Federação Portuguesa de Atletismo devem fazer a inscrição através do site fpacompeticoes.pt até 1 de Janeiro de 2025, sendo que, para os não filiados têm que apresentar uma declaração comprovativa de seguro de acidentes pessoais, no local da competição.