



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

Campeonato Distrital Corta Mato Curto (Sub-20, Absolutos e Veteranos)

Campeonato Distrital Corta Mato Longo (Sub-14 e Sub-16)

Data: 12-02-2022

Local: Bombarral (junto ao centro educativo, sito na Av. Daniel Pires no Bombarral)

A Associação Distrital de Atletismo de Leiria, em colaboração com o CDBBR Clube Desportivo do Bombarral e com o apoio da Câmara Municipal de Bombarral e da União de Freguesias de Bombarral e Vale Covo, vai realizar os Campeonatos Distritais de Corta Mato Longo (Sub-14 e Sub-16) e Campeonatos Distritais de Corta Mato Curto (Sub-20, Absolutos e Veteranos).

Programa-Horário

Hora	Escalão	Género	Distância	Competição	Observações
09:30	Sub20, Seniores e Veteranos	Masc	4.4km	Campeonato Distrital Curto	4 voltas grandes
09:55	Sub20, Seniores e Veteranos	Fem	4.4km	Campeonato Distrital Curto	4 voltas grandes
10:25	Benjamins (A)	Masc e Fem	500m	CM Pera Rocha do Oeste	1 volta pequena
10:35	Benjamins (B)	Masc e Fem	1.1km	CM Pera Rocha do Oeste	1 volta grande
10:45	Bambis	Masc e Fem	250m	CM Pera Rocha do Oeste	1/2 volta pequena
10:55	Infantis (Sub-14)	Masc	1.6km	Campeonato Distrital Longo	1 volta grande + 1 volta pequena
11:10	Infantis (Sub-14)	Fem	1.6km	Campeonato Distrital Longo	1 volta grande + 1 volta pequena
11:25	Iniciados (Sub-16)	Masc	2.7km	Campeonato Distrital Longo	2 voltas grandes + 1 volta pequena
11:45	Iniciados (Sub-16)	Fem	2.7km	Campeonato Distrital Longo	2 voltas grandes + 1 volta pequena
12:05	Juvenis Sub-18	Masc e Fem	3.3km	CM Pera Rocha do Oeste	3 voltas grandes

Regulamento

1. Poderão participar nestes Campeonatos Distritais os atletas Sub 14, Sub 16, Sub 20, Sub 23, seniores e veteranos filiados na ADAL.
2. Os atletas veteranos, caso o pretendam, poderão participar no escalão de seniores, devendo, para tal, fazer menção desse facto no ato de inscrição.
3. Nos escalões de Sub 14, Sub 16, Sub 20, Seniores e Veteranos (masculinos e femininos) serão vencedoras as equipas que somarem o menor número de pontos de acordo com as classificações alcançadas à chegada pelos 3 primeiros atletas.



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

4. Os desempates serão feitos a favor da equipa cujo último elemento a pontuar termine mais próximo do primeiro lugar.
5. Cada clube só poderá apresentar uma equipa para efeitos de classificação coletiva.
6. Individualmente, haverá medalhas para os três primeiros classificados em cada escalão. No caso dos veteranos haverá medalhas para os três primeiros de cada categoria (M35, M40, M45, etc.).
7. Em termos coletivos haverá troféus para as três primeiras equipas masculinas e femininas nos escalões de Sub 14, Sub 16, Sub 20, Seniores e Veteranos (escalão único em termos coletivos).

Inscrições

8. As inscrições são gratuitas e deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até ao dia 08 de fevereiro de 2023.
9. O Regulamento está disponível em: www.adal.pt e <https://fpacompeticoes.pt/>.
10. A organização entregará os “dorsais” a partir das 09.00 no secretariado a funcionar no local.
11. O ajuizamento da prova será feito pelo Conselho de Arbitragem da Associação Distrital de Atletismo de Leiria, com base no regulamento internacional da World Athletics. Para qualquer protesto deve o mesmo ser efetuado até 30 minutos após a conclusão da prova a que o mesmo se refere.
12. Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

Diretor de competição: António Graça



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

Volta pequena (500m)



Volta grande (1.100m)

