



## Regulamento

### Círculo de Trail ADAL – DAMISTORE.PT

2022-2023

Para: Participantes / Atletas

#### 1. Organização

a) A organização do Círculo de Trail ADAL – DAMISTORE.PT é da ADAL, em conjunto com os clubes filiados organizadores das provas constantes do Círculo de Trail ADAL.

#### 2. Participação

A participação no Círculo de Trail ADAL – DAMISTORE.PT é restrita aos atletas que cumpram os seguintes critérios:

- a) Estejam filiados na FPA através da ADAL;
- b) Tenham 18 ou mais anos à data da realização das provas;
- c) Cumpram o presente regulamento sem prejuízo do regulamento próprio de cada prova, que deve ser consultado junto das respetivas organizações.

#### 3. Inscrições

- a) As inscrições nas provas do Círculo de Trail ADAL – DAMISTORE.PT serão efetuadas de acordo com o regulamento da respetiva prova.
- b) Após a publicação da lista de atletas filiados inscritos, por parte da Organização da prova, os atletas dispõem de três dias para apresentar reclamações referentes a esta lista à Organização da prova.
- c) Nos eventos cronometrados pela firma Recorde Pessoal os atletas deverão obrigatoriamente ser portadores do dorsal de época. Caso não o façam, por perda ou danificação por mau uso só poderão competir com um dorsal fornecido pela Recorde Pessoal, que terá um custo de €5, obrigatoriamente pago no momento.
- d) Os dorsais antes de qualquer evento terá que ser testado junta da firma Recorde Pessoal;

*Um atletismo de todos para todos*



**DAMISTORE**.PT

**VOGA**  
EDUCATION

OPraticante.pt



#### 4. Provas

a) Conforme categorização de provas da ATRP, a competição de Trail Curto incluirá provas até à distância da meia-maratona (21,0975 km) e a competição de Trail Longo incluirá provas com distância superior à meia maratona e inferiores à maratona (42,195 km).

As provas que integram a competição de Trail do Circuito de Trail ADAL – DAMISTORE.PT são as seguintes:

#### Calendário Provisório Época 2022/2023

#### Círcuito Trail Curto – ADAL DAMISTORE.PT

| Data       | Prova                      | Distância   | Local         |
|------------|----------------------------|-------------|---------------|
| 03/12/2022 | X-Mas Night Trail          | 19 Km       | Leiria        |
| 15/01/2023 | Trilhos da Mata            | 18 Km       | Milagres      |
| 04/03/2023 | Trail Off-Road da Barreira | 15 Km       | Barreira      |
| 25/03/2023 | Trail Moinhos da Bajouca   | 18 Km       | Bajouca       |
| 13/05/2023 | Trilhos da Nexeira         | 20 Km       | Chão Couce    |
| 28/05/2023 | Trail do Pinheiro Manso    | 20 Km       | Caranguejeira |
| 24/06/2023 | Avelar Sunset Trail        | 17 Km 25 Km | Avelar        |
| 13/08/2023 | Trail da Lama Solta        | 19 Km       | Louriçal      |
| 08/10/2023 | Trail A-do-Barbas          | CDTC*       | A-do-Barbas   |

Gala de entrega de prémios (data a anunciar)

Um atletismo de todos para todos



DAMISTORE.PT

VOGA  
EDITION

OPraticante.pt

recorde  
pessoal

### Círculo Trail Longo – ADAL DAMISTORE.PT

| Data       | Prova                             | Distância | Local        |
|------------|-----------------------------------|-----------|--------------|
| 10/12/2022 | Trail da Amizade                  | 32 Km     | Ansião       |
| 12/03/2023 | Trail Terras Ansião CDTL**        | 35 Km     | Ansião       |
| 19/03/2023 | Trail Concha Azul                 | 25 Km     | S. Martinho  |
| 23/04/2023 | Trail Running PBL Rosa Albardeira | 32 Km     | Pombal       |
| 04/06/2023 | Trilhos da Lapa                   | 30 km     | Mendiga      |
| 22/07/2023 | LUT Trilhos do Cársico            | 28 Km     | Porto de Mós |
| 24/09/2023 | Trail GRC Corredoura              | 30 Km     | Corredoura   |

Gala de entrega de prémios (data a anunciar)

\* CDTC - Campeonato Distrital de Trail Curto

\*\* CDTL - Campeonato Distrital de Trail Longo

### 5. Pontuação

a) Por cada prova, serão atribuídos pontos pela classificação geral masculina e feminina, conforme tabela de seguinte:

| Classificação | Pontos | Classificação | Pontos | Classificação | Pontos |
|---------------|--------|---------------|--------|---------------|--------|
| 1º            | 100    | 16º           | 30     | 31º           | 15     |
| 2º            | 90     | 17º           | 29     | 32º           | 14     |
| 3º            | 80     | 18º           | 28     | 33º           | 13     |
| 4º            | 70     | 19º           | 27     | 34º           | 12     |
| 5º            | 65     | 20º           | 26     | 35º           | 11     |
| 6º            | 60     | 21º           | 25     | 36º           | 10     |
| 7º            | 55     | 22º           | 24     | 37º           | 9      |
| 8º            | 50     | 23º           | 23     | 38º           | 8      |
| 9º            | 45     | 24º           | 22     | 39º           | 7      |
| 10º           | 40     | 25º           | 21     | 40º           | 6      |
| 11º           | 35     | 26º           | 20     | 41º           | 5      |
| 12º           | 34     | 27º           | 19     | 42º           | 4      |
| 13º           | 33     | 28º           | 18     | 43º           | 3      |
| 14º           | 32     | 29º           | 17     | 44º           | 2      |
| 15º           | 31     | 30º           | 16     | 45º e seg.    | 1      |

Um atletismo de todos para todos



DAMISTORE.PT

VOGA  
EDITION

OPraticante.pt

recorede  
pessoal



Existirá igualmente classificação coletiva (M/F), que será encontrada aplicando a seguinte tabela:

| Classificação | Pontos |
|---------------|--------|
| 1º            | 15     |
| 2º            | 13     |
| 3º            | 11     |
| 4º            | 9      |
| 5º            | 8      |
| 6º            | 7      |
| 7º            | 6      |
| 8º            | 5      |
| 9º            | 4      |
| 10º           | 3      |
| 11º           | 2      |
| 12º           | 1      |

b) A partir da equipa classificada em 12.º lugar, todas as equipas serão pontuadas com 1 ponto.

c) A classificação coletiva (M/F) determina-se em dois passos: primeiro, e com base na classificação geral absoluta (M/F) (sem distinção de escalão), somam-se os lugares dos três (3) primeiros classificados de cada equipa, três (3) primeiras classificadas, no caso das equipas femininas; seguidamente, ordenam-se as equipas (M/F) por ordem crescente de pontos obtidos na operação anterior, após o que se aplica a tabela de pontuação acima descrita para as equipas. Em caso de empate, a situação será resolvida a favor da equipa que apresentar o 3º elemento melhor classificado.

- Exemplo:
  1. Equipa A: 5.º + 6.º + 7.º = 18 – 1.º lugar (15 pontos)
  2. Equipa B: 3.º + 4º + 13º = 20 – 2.º lugar (13 pontos)
  3. Equipa C: 1.º + 2.º + 20º = 23 – 3.º lugar (11 pontos)

*Um atletismo de todos para todos*



**DAMISTORE**  
www.damistore.pt

**VOGA**  
EDUCATION

OPraticante.pt

**recordepessoal**

## 6. Divulgação dos resultados e classificações

- Os resultados provisórios das classificações de cada prova Circuito de Trail ADAL – DAMISTORE.PT serão publicados pela Organização no website do evento e/ou na sua página de Facebook, pela ADAL no seu website [www.adal.pt](http://www.adal.pt), <https://www.opraticante.pt/> e <https://www.recordepessoal.pt/paginalnicial>. Após, no máximo, oito dias dessa divulgação, serão publicadas as atualizações da classificação do Circuito de Trail ADAL, geral absoluta, por sexo, por escalão e por equipas.
- Após a publicação das classificações dos atletas inscritos no Circuito de Trail ADAL, os atletas dispõem de sete dias para apresentar à Organização da prova reclamações referentes às classificações.

## 7. Classificação final

- Para a classificação geral final do Circuito de Trail ADAL – DAMISTORE.PT por sexo e por equipas (M/F), cada atleta ou equipa terá a pontuação referente às 7, 6 ou 5 melhores classificações nas provas do Circuito de Trail Curto ADAL, consoante o calendário do circuito tenha 10, 9 ou 8 provas respetivamente, sendo obrigatória a participação em, no mínimo, 50% das provas do circuito, para ser considerado na classificação geral final. No caso do Circuito de Trail Longo ADAL, cada atleta ou equipa terá a pontuação referente às 4 melhores classificações nas provas do Circuito de Trail Longo ADAL.
- Em caso de empate na classificação geral, por escalão (considerando a idade do atleta a 31 de outubro de 2023) e por equipa, os critérios de desempate serão:
  - maior pontuação nos três melhores resultados (classificação individual e por equipas);
  - maior pontuação nos dois melhores resultados (classificação individual e por equipas);
  - confronto direto
  - maior idade (classificação individual).

## 8. Prémios

- Prémios individuais: serão premiados os três primeiros classificados masculinos e femininos da classificação final de todos os escalões etários em vigor na FPA para a área do Trail.
- Prémios coletivos: serão premiadas as três primeiras equipas (M/F) com melhor classificação final.

*Um atletismo de todos para todos*





## 9. Comunicação

a) Considera-se como meio oficial de comunicação e informação sobre o Circuito de Trail ADAL o seu website ([www.adal.pt](http://www.adal.pt)) e <https://www.recordepessoal.pt/paginalInicial>. Os atletas devem consultar periodicamente o website para se manterem atualizados sobre possíveis alterações no Circuito de Trail ADAL e respetivo regulamento.

## 10. Alterações

a) A ADAL reserva-se o direito de proceder às alterações que considere convenientes no formato e composição do Circuito de Trail ADAL – DAMISTORE.PT.

b) As distâncias e as datas dos eventos, podem sofrer alterações.

Reg.V01/2022-2023 |

O Técnico Distrital da ADAL

Miguel Saraiva

Um atletismo de todos para todos



DAMISTORE.pt

VOGA  
EDITION

OPraticante.pt

recorde  
pessoal