



Campeonato Distrital de Corta-mato sub18, sub20 e Longo (Seniores e Veteranos) e 2.º Corta-mato Pera Rocha do Oeste

Local: Bombarral - junto ao Centro Escolar

Data: 04/02/2018

Hora da prova	Prova	Escalão	Género	Observações
9:30	6000 metros	Jun/Sen/Vet	Fem	3 voltas grandes
10:10	8000 metros	Jun/Vet	Masc	4 voltas grandes
10:50	10000 metros	Seniores	Masc	5 voltas grandes
11:40	4000 metros	Juvenis	Fem	2 voltas grandes
12:00	5000 metros	Juvenis	Masc	2 voltas pequenas + 2 voltas grandes

Regulamento da competição

1. O Campeonato Distrital de Corta-mato sub18, sub20 e longo para seniores e veteranos é realizado em conjunto com o 2.º Corta-mato Pera Rocha do Oeste. Trata-se de uma organização conjunta da ADAL, Clube Desportivo do Bombarral e Câmara Municipal do Bombarral.
2. Poderão participar atletas federados, não federados, Escolas ou Individualmente. Os atletas não federados terão que informar a ADAL dessa situação, a fim de se acionar o seguro desportivo.
3. **Os atletas filiados na ADAL deverão fazer a sua inscrição no site da ADAL (www.adal.pt), até ao dia 30/01/2018. Os restantes atletas deverão fazer a sua inscrição por email para assleiria@adal.pt até ao dia 30/01/2018.**
4. **Os atletas veteranos, caso o pretendam, poderão participar no escalão de seniores. Para tal, deverão fazer a sua inscrição na prova de 10000 metros.**
5. **As atletas veteranas, caso o pretendam, poderão participar no escalão de seniores, devendo informar por email a ADAL dessa intenção.**
6. Nas Classificações Coletivas de Séniores e Veteranos Masculinos do Campeonato Distrital serão vencedoras as equipas que somarem o menor número de pontos de acordo com as classificações alcançadas à chegada pelos 4 primeiros atletas. Nos restantes escalões das provas do Campeonato Distrital, serão vencedoras as equipas que somarem o menor número de pontos de acordo com as classificações alcançadas à chegada pelos 3 primeiros atletas. Os desempates serão feitos a favor dos Clubes que tenham o último atleta da equipa a pontuar melhor classificado.
7. A ADAL atribuirá medalhas aos 1.º, 2.º e 3.º classificados em cada uma das provas do Campeonato Distrital e Taças ou Troféus às equipas vencedoras. Os títulos de Campeão Distrital só poderão ser alcançados por atletas filiados na ADAL.
8. No que diz respeito aos veteranos e veteranas, haverá uma classificação individual e medalhas aos três primeiros classificados nos seguintes escalões: V35, V40, V45, V50, V55 e V60. Contudo, em termos coletivos haverá uma classificação única para todos os veteranos e outra para todas as veteranas.
9. Cada participante aceita a cedência dos direitos de imagem para publicação nas redes sociais com vista à divulgação deste e de futuros eventos.

Leiria, 17/01/2018