



ASSOCIAÇÃO DISTRIAL DE ATLETISMO DE LEIRIA
Estádio Municipal de Leiria – E. C. Marrazes; Apartado 552, 2416- 904 Leiria
Telef. 244 827 580 / Fax 244 812 972 E-mail: assleiria@adal.pt
www.adal.pt



15.º Corta-mato Vila de Óbidos

Local: Óbidos - Junto ao Estádio Municipal

Data: 20/01/2019

| Hora da prova | Prova | Escalão | Género | Observações |
|---------------|-------------|-------------|----------|-------------|
| 10:00 | 6000 metros | Jun/Sen/Vet | Masc | 6 voltas |
| 10:30 | 5000 metros | Jun/Sen/Vet | Fem | 5 voltas |
| 11:00 | 1000 metros | Benjamins | Masc/Fem | 1 volta |
| 11:10 | 1000 metros | Infantis | Masc/Fem | 1 volta |
| 11:20 | 2000 metros | Iniciados | Masc/Fem | 2 voltas |
| | | Juvenis | Fem | |
| 11:35 | 4000 metros | Juvenis | Masc | 4 voltas |

Regulamento da competição

1. O 15.º Corta-mato Vila de Óbidos é organizado pelo Clube de Atletismo de Óbidos e Município de Óbidos, com o apoio da ADAL.
2. Esta prova faz parte do Circuito de Meio-fundo da ADAL.
3. Poderão participar atletas federados, Escolas ou Individualmente, desde que possuam Seguro Desportivo.
4. **Todos os atletas deverão fazer a sua inscrição no site da ADAL (www.adal.pt), até ao dia 15/01/2019. As AARR participantes no Interassociações de Corta-mato deverão fazer a sua inscrição por email até ao dia 15/01/2019**
5. Haverá troféus para o 1º, 2º e 3º classificados em cada uma das provas de cada escalão/sexo.
6. No Interassociações de Corta-mato participarão no máximo 2 atletas de cada um dos seguintes escalões: séniores femininos, séniores masculinos, veteranos femininos e veteranos masculinos. No total cada Associação poderá fazer-se representar por oito atletas.
7. A classificação coletiva do Interassociações de Corta-mato será feita com base na soma dos tempos de cada um dos atletas que compõem a seleção. A classificação será ordenada por ordem crescente dos tempos.
8. Todas as Seleções Regionais presentes no Interassociações de Corta-mato receberão um prémio coletivo.
9. Os atletas filiados na ADAL deverão utilizar os dorsais de época.

Leiria, 03/01/2019