



**ASSOCIAÇÃO CULTURAL RECREATIVA DESPORTIVA e COOPERATIVA da  
SISMARIA**

Rua José Duarte Rolo - Monte Redondo 2425-625 Leiria

## 1º CORTA MATO DA SISMARIA – MONTE REDONDO

### REGULAMENTO:

1. A Associação Cultural Recreativa Desportiva e Cooperativa da Sismaria, irá organizar o 1.º Corta Mato da Sismaria, no dia 25 de fevereiro de 2024, a partir das 9h30, nos terrenos anexos à sua Sede.
2. As partidas e chegadas terão lugar junto à sede, na rua José Duarte Rolo (ver croqui do percurso abaixo). **Esta prova será ainda Campeonato Distrital de Corta Mato Curto;**
3. Nesta prova podem participar atletas federados, em representação de Clubes, Escolas, INATEL ou individualmente, nos escalões indicados no ponto 5.
4. Todos os atletas devem possuir um seguro desportivo (seguro da Federação Portuguesa de Atletismo/seguro pessoal). **O SEGURO DESPORTIVO É OBRIGATÓRIO A organização não se responsabiliza pelos atletas que omitam a ausência de seguro desportivo.**
5. Programa-horário:

Hora	Prova	Escalão	Género	Observações
09:30	4 km	Sub20 e Seniores	Masc	4 voltas grandes
09:55	4 km	Veteranos	Masc	4 voltas grandes
10:20	4 km	Sub20, Seniores e Veteranas	Fem	4 voltas grandes
10:45	0.5 Km	Sub 10	Masc e Fem	Volta Pequena
10:55	1 Km	Sub 12	Masc e Fem	1 volta grande
11:05	2 Km	Sub-14	Masc	1 volta pequena/1 volta grande
11:20	2 Km	Sub-14	Fem	1 volta pequena/1 volta grande
11:35	2.5 Km	Sub-16	Masc	2 voltas grandes
11:45	2.5 Km	Sub-16	Fem	2 voltas grandes
12.15	3.5 Km	Sub 18	Masc	3 voltas pequenas/1 volta grande
12.15	3.5 Km	Sub 18	Fem	3 voltas pequenas/1 volta grande

6. Os atletas não filiados na ADAL deverão ser portadores do Cartão de Cidadão em caso de dúvida na idade.
7. Da aptidão física dos atletas serão responsáveis os clubes ou entidades que os inscreverem. No entanto, a organização garantirá a presença dos Bombeiros;
8. **PRÉMIOS:**

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.)

Em termos coletivos haverá troféus para as três primeiras equipas masculinas e femininas nos escalões de Sub-18, Sub-20, Seniores e Veteranos (escalão único em termos coletivos).

Nos escalões de Sub-18, 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.

Os desempates serão feitos a favor da equipa cujo último elemento a pontuar termine mais próximo do primeiro lugar.

Cada clube só poderá apresentar uma equipa para efeitos de classificação coletiva.

9. As inscrições deverão ser feitas na plataforma <https://www.fpacompeticoes.pt/> até ao dia 22 de fevereiro de 2023, na página dedicada ao evento. Os atletas veteranos, caso o pretendam, poderão participar no escalão de seniores, devendo, para tal, fazer menção desse facto no ato de inscrição;
10. Os dorsais a utilizar serão os dorsais de época da ADAL. Os atletas de outras Associações deverão levantar os dorsais no secretariado;
11. Os resultados serão fixados junto ao secretariado e estarão disponíveis online no site: <https://www.fpacompeticoes.pt/> na página dedicada ao evento;
12. O júri será da inteira responsabilidade da Comissão Distrital de Juizes, Árbitros e Cronometristas do Distrito de Leiria;
13. Os casos omissos neste regulamento são analisados e resolvidos pela organização da prova, não havendo recurso da sua decisão.

Diretor Técnico: Carlos Carmino

#### **A ORGANIZAÇÃO:**

Associação Cultural Recreativa Desportiva e Cooperativa da Sismaria

