



Fundada em 1987

ASSOCIAÇÃO DISTRIAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

COMUNICADO OFICIAL N.º 6 2018/2019

Prova: Campeonato Regional de Corta-Mato e Corta Mato de Preparação

Data: 5 de janeiro de 2018 (sábado)

Local: Camping Rio Lima - Darque

Organização: "Os Garinos" da Associação Desportiva Darquense

Associação de Atletismo de Viana do Castelo

Colaboração: Junta da Freguesia de Darque

Director de Competição: Fernando Loureiro

Delegado Técnico: Rui Costa

Director Técnico: Rui Cerqueira

Corta Mato de Preparação

Início da prova	Prova	Benj	Inf	Ini	Juv	Vet	Sexo	Observações
		08/10	06/07	04/05	02/03	+ 35 anos		
14:30	900 m	●					F e M	
14:40	1800 m		●				F	1 Acesso + 2 Voltas
14:55	1800 m		●				M	1 Acesso + 2 Voltas
15:10	2400 m			●			F	1 Acesso + 3 Voltas
15:25	3000 m			●			M	1 Acesso + 4 Voltas
15:40	3000 m				●		F	1 Acesso + 4 Voltas
15:55	4200 m				●		M	1 Acesso + 5 Voltas
16:15	4200 m					●	F	1 Acesso + 5 Voltas
16:35	4200 m					●	M	1 Acesso + 5 Voltas

Campeonato Regional de Corta Mato Curto

Início da prova	Prova	Juniores e Seniores (01, 00, 99...)	Sexo	Observações
16:15	4200 m	●	F	1 Acesso + 5 Voltas
16:35	4200 m	●	M	1 Acesso + 5 Voltas

Inscrições – Com a indicação do número de dorsal de época, aceites até às 18 horas do dia 03 de janeiro.

Regulamento

- Para os Campeonatos Regionais de Corta Mato apenas pontuarão os atletas devidamente inscritos na AAVC na época de 2018/2019.
- No Campeonato Regional de Corta-Mato Curto atletas Juniores e Seniores competem num só escalão contribuindo para uma só classificação individual e colectiva, sendo esta obtida pelos 4 primeiros atletas de cada equipa, independentemente do escalão a que pertencem. Em caso de igualdade pontual, será beneficiada a equipa cujo 4º atleta tiver melhor classificação.
- Os atletas Veteranos que desejem competir como Seniores no Regional de Corta-mato Curto, devem comunicar na altura da inscrição essa sua opção.
- No Campeonato Regional de Corta-Mato Curto serão atribuídas medalhas aos 3 primeiros classificados em cada género.
- Aos clubes vencedores em cada escalão e género será atribuído um diploma.
- Os atletas deverão ser portadores de alfinetes para segurança do Dorsal.
- Os casos omissos são resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições

<p><u>Caracterização da Prova:</u> O terreno tem um relevo plano, sem inclinações e a prova disputa-se integralmente em piso de erva baixa e regular. Em baixo na figura a vermelho está o percurso designado como "acesso" e a amarelo a "volta"</p>	<p><u>Acesso ao local</u> – A prova disputa-se em Darque, nos terrenos do Camping Rio Lima ao lado da estrada que dá acesso à Praia do Cabedelo.</p>
	

Viana do Castelo, 28 de dezembro de 2018

O Diretor Técnico Regional



(Prof. Rui Costa)