



ZONA NORTE 2013

Plano de Desenvolvimento de Atletismo

Braga - Bragança - Porto - Viana do Castelo - Vila Real

Campeonato do Norte de Corta-Mato

23 de Fevereiro de 2013 - Sábado - 14h00

- Felgueiras -

REGULAMENTO:

1. Prova a disputar junto à piscina municipal de Felgueiras, em Felgueiras, no dia 23 de Fevereiro de 2013, aberta à participação de atletas filiados nas Associações Regionais da Zona Norte.
2. Poderá, segundo parecer da Associação Regional coordenadora, ser aberta a atletas de clubes de outras Associações Regionais, mediante pedido expresso para o efeito.
3. Prova destinada, exclusivamente, aos atletas dos escalões de Infantis, Iniciados, Juvenis, Juniores e Seniores, de ambos os sexos.
4. Cada atleta só poderá participar na prova destinada ao seu escalão, sob pena de ser excluído deste Campeonato.
5. As inscrições deverão ser enviadas para as respectivas **Associações Regionais**, até ao dia **20 de Fevereiro de 2013**, indicando o nome do clube, o primeiro e último nome do atleta, o seu ano de nascimento e o nº de BI.
6. Haverá classificações individuais e colectivas.
7. Para a classificação colectiva contam os 4 (quatro) primeiros atletas de cada clube.
8. A prova de Benjamins terá apenas classificação individual
9. Aos vencedores será atribuído o título de Campeão do Norte, individual e colectivo.

PRÉMIOS: INDIVIDUAIS - medalha para os 3 primeiros classificados de cada prova e para os quatro atletas do clube vencedor.

10. COLECTIVOS - taça para as 3 equipas melhor classificadas em cada prova.

11. Para a zona das cerimónias protocolares serão chamados os três primeiros de cada prova e os três primeiros dos campeonatos regionais. Os pódios regionais poderão ser constituídos pelas respectivas associações mas sem recurso à locução.

PROGRAMA-HORÁRIO

<i>HORA</i>	<i>ESCALÃO</i>	<i>SEXO</i>	<i>DISTÂNCIA</i>
13h45	Benj. A/B	Mas/Fem	1.000 m
14h00	Infantis	Femininos	2.500 m
14h15	Infantis	Masculinos	2.500 m
14h30	Iniciados	Femininos	3.000 m
14h50	Iniciados	Masculinos	3.500 m
15h10	Juvenis	Femininos	4.000 m
15h30	Juvenis	Masculinos	5.000 m
15h55	Juniores	Masculinos	8.000 m
16h25	Juniores Seniores	Femininos	6.000 m
17h00	Seniores	Masculinos	10.000 met.