



# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA

## CAMPEONATO REGIONAL DE CORTA-MATO LONGO

PARQUE DESPORTIVO E DE LAZER DE SOUTO SANTA MARIA

DOMINGO, 20 DE DEZEMBRO DE 2020

[NOVA DATA]

### PROGRAMA HORÁRIO:

Hora		Prova			Observações
<b>Domingo, 20 de dezembro de 2020</b>					
09:00	1 KM	BENJ a INF	F	Série	1 VOLTA PEQUENA
09:10	1 KM	BENJ a INF	M	Série	1 VOLTA PEQUENA
09:20	2 KM	INI	F	Série	2 VOLTAS PEQUENAS
09:35	2 KM	INI	M	Série	2 VOLTAS PEQUENAS
09:50	3,5 KM	JUV	F	Série	1 VOLTA PEQUENA + 1 VOLTA GRANDE
10:15	5 KM	JUV	M	Série	2 VOLTAS GRANDES
10:15	5 KM	JUN a VET	F	Série	2 VOLTAS GRANDES
10:50	7,5 KM	JUN a VET	M	Série	3 VOLTAS GRANDES

**Obs.: Horário sujeito a alteração, face ao número de atletas inscritos.**

### REGULAMENTO:

1 - Competição a realizar-se no Parque Desportivo e de Lazer de Souto - Santa Maria, Guimarães, a 20 de dezembro de 2020.

2 - A competição destina-se exclusivamente a atletas dos escalões de Juvenis a Veteranos, em representação de clubes da Associação de Atletismo de Braga. **Esta prova serve de seleção** para os 6 primeiros classificados na competição de juniores a veteranos, para o Campeonato Interassociações de Corta-mato, a realizar-se no dia 27 de dezembro de 2020, neste mesmo local, se existirem todas as condições necessárias.

3 - **As inscrições são gratuitas e realizadas online, até ao dia 15 de novembro de 2020**, às 23:59 horas, na plataforma Portugal Athletics Results (<https://portugalathleticsresults.pt/>). Dia 16 de novembro ainda será possível realizar a inscrição, mas terá um custo associado de 2 euros por cada prova.

4 – Todas os atletas terão obrigatoriamente de realizar a **CONFIRMAÇÃO da sua participação**. Este processo é realizado exclusivamente online, na Plataforma Portugal Athletics Results (<https://portugalathleticsresults.pt/>), das 17h do dia 19 de dezembro



## ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA

até às 8h do dia 20 de dezembro (dia da competição). **Os atletas que não confirmarem presença não serão aceites em competição.**

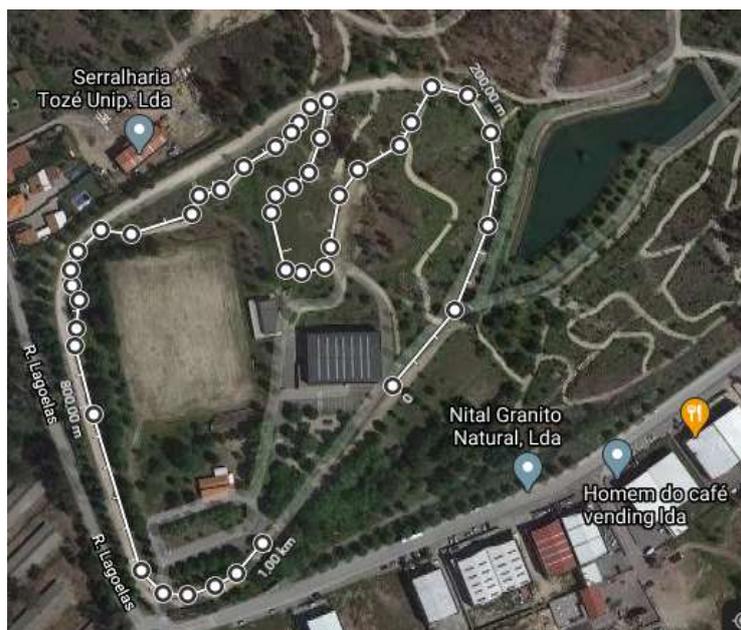
5 - Todos os atletas deverão competir com o seu **Dorsal de Época**. Caso o atleta ainda não o tenha deverá solicitar a sua emissão e levantá-lo na sede da AAB. Caso o tenha perdido, o atleta deverá solicitar a 2ª via, com um custo de 2 euros e levantá-lo na sede da AAB. **Não serão entregues dorsais no dia da competição.**

6 - Nas provas com mais de 10 atletas inscritos, as partidas serão faseadas, com intervalos de **20 segundos** entre os grupos de atletas. Caberá ao Departamento Técnico da AAB a definição da composição dos grupos. **Nas provas com mais de 50 atletas, poder-se-á realizar uma competição por escalão/género de forma a cumprir as indicações da DGS.**

7 - As classificações serão elaboradas de acordo com os tempos líquidos.

8 - Os percursos alternarão entre 2 voltas distintas, denominadas como "Volta Pequena" (com uma extensão de aproximadamente 1000 metros entre a partida e a meta) e a "Volta Grande" (com aproximadamente 2500 metros entre a partida e chegada). O troço do percurso entre a partida e chegada é de aproximadamente 150 metros.

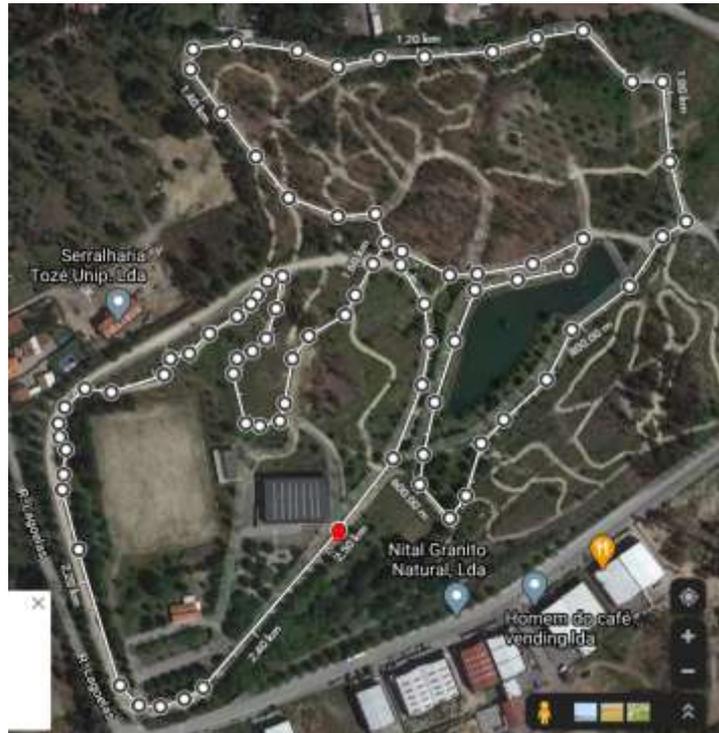
Volta Pequena (1 KM)





# ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA

Volta Grande (2.5 KM)



9 - Os escalões etários para esta competição são os escalões a vigorar a partir de 1 de janeiro de 2021, sendo os seguintes:

- **Juniores:** Atletas nascidos em 2002 e 2003;
- **Sub-23:** Atletas nascidos em 1999, 2000 e 2001;
- **Seniores:** Atletas nascidos em 1998 ou antes;
- **Veteranos I:** A partir do dia em que realizam 40 anos aos 49 anos;
- **Veteranos II:**  $\geq 50$  anos.

10 - Não serão realizadas cerimónias de entrega de prémios. Serão entregues medalhas aos 3 primeiros classificados por escalão/género e às 3 primeiras equipas. Para a classificação coletiva no escalão de juvenis, contam os 4 primeiros classificados. Para a classificação coletiva no escalão de absolutos, contam os 4 primeiros classificados do escalão de juniores a veteranos, vencendo o Clube que somar menor número de pontos. Em caso de empate, decide-se através do melhor quarto classificado.

11 - Os atletas deverão ser portadores de pelo menos 3 (três) alfinetes para correta colocação do dorsal.



## ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA

**12** - Todos os atletas deverão ter o seguro desportivo e exame médico desportivo devidamente atualizado.

**13** - O participante, ao proceder à inscrição nesta competição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada em fotografias/imagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais da competição.

**14** - Casos omissos serão resolvidos de acordo com o Manual Técnico da WA, Regulamento Geral de Competições e Regulamento Geral de Competições para Jovens da FPA.

**15** - As questões de higienização e segurança na frequência do espaço e durante a competição encontram-se em documento anexo.

**16** - Este comunicado e as suas eventuais alterações poderão ser consultados na Internet no endereço: [www.aabraga.pt](http://www.aabraga.pt)