



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO
57º.Campeonato Distrital de Corta-mato Longo
Quinta do Ega/Vagos
09 de Novembro de 2025



Horário	Categoria	Distância	Sexo	Obs:
09H30	Master	5 Km.	Fem.	Veteranos 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70 ...
	Master	5 Km.	Masc.	Veteranos 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, ...
10H00	Sub/16	3 Km.	Fem.	
	Sub/16	3 Km.	Masc.	
10H20	Sub/20	5 Km.	Fem.	
	Sub/20	5 Km.	Masc.	
10H50	Sub/18	4 Km.	Fem.	
	Sub/18	4 Km.	Masc.	
11H10	Seniores	7 Km.	Fem.	Absolutos (atletas Master podem correr como Seniores)
11H40	Seniores	8 Km.	Masc.	Absolutos (atletas Master podem correr como Seniores)

ESCALÕES ETÁRIOS

Escalão	Idades	Ano de Nascimento
Sub/16 - Iniciados	14 a 15 anos	2010/2011
Sub/18-Juvenis	16 a 17 anos	2008/2009
Sub/20	18 a 19 anos	2006/2007
Sub/23	20 a 22 anos	2003/2004/2005
Seniores	20 anos em diante	2005 e anteriores
Master	35 anos em diante	Ano de referência 1990

Regulamento

Nº.	Designação
1	A Associação de Atletismo de Aveiro, com o apoio da Câmara Municipal de Vagos, em colaboração com o nosso filiado GRECAS, vai realizar dia 09 de Novembro de 2025, na Quinta do Ega, em Vagos (Junto aos Bombeiros), o 57.º Campeonato Distrital de Corta-mato; Sub/16 (Iniciados); Sub/18 (Juvenis); Sub/20 (Juniões); e versão longa para Seniores (Absolutos) e Master.
2	O Campeonato Distrital de Corta-mato destina-se a atletas masculinos e femininos dos escalões de Sub/16, Sub/18, Sub/20, Séniores e Master inscritos em Clubes filiados na Associação de Atletismo de Aveiro. As inscrições são feitas através da plataforma ON-LINE (fpcompeticoes.pt) até quarta-feira, dia 05 de Novembro, que antecede a competição.
3	Cada atleta pode apenas participar na prova prevista para o seu escalão etário, com exceção dos atletas Master que poderão optar pelo escalão sénior.
4	Nas provas do Campeonato Distrital de Corta-mato serão elaboradas classificações individuais e coletivas.
5	No Campeonato Distrital de Corta-mato, exclusivamente para os escalões de Sub/16 e Sub/18, para apurar a classificação coletiva, serão considerados os três (3) primeiros atletas de cada equipa.
6	Para os escalões de Sub/20, Séniores e Master, para apurar a classificação coletiva, serão considerados os quatro (4) primeiros, ou os três (3) primeiros atletas de cada equipa, sendo seriadas em primeiro lugar as equipas que tenham quatro (4) atletas a terminar, seguidas pelas equipas que tenham três (3) atletas a terminar , de acordo com o novo Regulamento Geral de Competições.
7	Nos Campeonatos de Seniores Masc. e Fem., em ambos os Campeonatos, serão atribuídas medalhas aos 3 primeiros classificados do escalão de Sub23 (atletas nascidos em 2003, 2004 e 2005) . O Campeonato de Master terá classificações individuais para os escalões de 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, ...
8	Prémios Campeonato Distrital - Medalhas aos três primeiros de Sub/16 (Fem. e Masc.) - Medalhas aos três primeiros de Sub/18 (Fem. e Masc.) - Medalhas aos três primeiros de Sub/20 (Fem. e Masc.) - Medalhas aos três primeiros seniores (Fem. e Masc.) - Medalhas aos três primeiros de Sub23 (Fem. e Masc.). - Medalhas aos três primeiros Master, 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, ... - Troféus às 3 melhores equipas em cada escalão (Masc. e Fem.). - Trofeus às 3 melhores equipas (Fem. e Masc.) em Master escalão único.
9	Apresentação na câmara de chamada 15 minutos antes do início da prova.
10	Os atletas devem ser portadores de pelo menos 3 (Três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
11	Serão penalizados os atletas que não apresentem o dorsal original
12	Responsável pela competição: Mário Cordeiro, Ricardo Esteves, Fernando Capela e Manuel Rocha.