



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO
3º. CAMPEONATO DISTRITAL DE TRAIL LONGO
(Sábado) 10 de Janeiro de 2026



Hora	Prova	Sexo	Distância	Designação
08H30	Sub/23, Seniores e Master	Fem./Masc.	38 Km	3º. Campeonato Distrital de Trail Longo

Regulamento

Nº.	Designação
1	A Associação de Atletismo de Aveiro com a colaboração do nosso filiado Associação AZTRAIL, vai realizar no dia 10 de Janeiro de 2026, o 3º. Campeonato Distrital de Trail Longo, com a concentração no Pavilhão Gimnodesportivo de Sever do Vouga/Av. Comendador Augusto Martins Pereira.
2	Os atletas ao inscreverem-se nesta competição terão que ter conhecimento do respetivo regulamento do mesmo. A condição física de cada atleta terá que estar adequada às características da prova de extrema dureza, que juntam ao mesmo tempo de quilometragem, duração, terreno montanhoso, grandes desníveis, exposição a condições climáticas desfavoráveis, etc.
3	As inscrições serão feitas através da plataforma Stop and Go. O ato de inscrição é condição de aceitação das presentes normas de participação por parte do atleta.
4	O Campeonato Distrital de trail longo destina-se a atletas dos escalões de Sub/23, Seniores e Master filiados na FPA/AA Aveiro época 2025/2026.
5	Para efeitos de Campeonato Distrital de trail longo quer individual ou coletivamente são considerados os escalões: Sub/23, Seniores e Master c/mais de 35 anos.
6	Para a classificação coletiva do Campeonato Distrital serão considerados os três primeiros atletas filiado de cada equipa, vencendo a equipa com menor número de pontos. Em caso de empate, a vantagem será a favor da equipa com o terceiro atleta melhor classificado Cada atleta pode participar apenas na prova prevista para o seu escalão.
7	Prémios individuais Campeonato Distrital: Medalhas aos três (3) primeiros Sub/23, Seniores, (Masc. e Fem) Masters medalhas aos três primeiros dos escalões: F/35, F/40, F/45, F/50, F/55, F/60, F/65, F/ + 70 anos. Prémios coletivos taças às três (3) primeiras equipas da classificação geral (Fem e Masc .)
8	Existirão ao longo do percurso pontos de abastecimento.
9	Os atletas, devem apresentar-se, no local de partida 15 minutos antes do seu início, com o dorsal devidamente colocado na camisola (peito).