



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE AVEIRO  
22º. Campeonato Distrital de Corta-Mato Curto  
Absoluto  
Castelo de Paiva/Quinta Hotel Rural S. Pedro  
Domingo, 11 de Abril de 2021



## RETORNO Á COMPETIÇÃO FORA DO ESTÁDIO

- a) **Atletas terão que apresentar o termo de responsabilidade na entrada da Quinta do Hotel Rural, assim como Medição de temperatura, desinfeção das mãos.**
- B) A entrada para a pista de cross será pelo lado nascente/Sul e saída lado Nascente/Norte da Quinta do Hotel Rural pelos locais assinalados, obrigatório a utilização de máscara, por todos os participantes, exceto durante o aquecimento e competição.
- c) Espaço de 2/3 metros entre pessoas durante a prática da competição.  
O distanciamento deverá ser sempre maximizado e o período de proximidade entre atletas deverá ser o menor possível.
- d) Não é permitido o contacto físico quer entre técnicos, dirigentes, funcionários e juizes.
- e) O aquecimento (corrida contínua) deve ser feito na zona previamente destacada para o efeito respeitando todas as regras de segurança entre atletas na zona norte junto à partida da pista de cross.
- f) Aconselhamos a todos os Clubes que tenham higienização para os seus atletas.
- g) Não será permitida a entrada a qualquer participante com temperatura corporal acima de 38º.
- h) Todos os participantes devem monitorizar a sua temperatura na semana que antecede a competição e, no caso de se encontrarem doentes, com sintomatologia que possa ser associada á infeção por COVID-19, não devem deslocar-se para a competição.
- i) Proibição de partilha de garrafa de água.
- j) As normas podem ser alteradas conforme ordens da DGS/IPDJ e FPA.



**Domingo, dia 11 de Abril**

Horário	Categoria	Distância	Sexo	Obs:
10H00	Seniores	4.000 M	Fem.	Serie A Máximo 20 atletas
10H02	Seniores	4.000 M	Fem	Serie B Máximo 20 atletas
10H30	Seniores	4.000 M	Masc.	Serie A Máximo 20 atletas
10H50	Seniores	4.000 M	Masc.	Serie B Máximo 20 atletas
11H10	Seniores	4.000 M	Masc.	Serie C Máximo 20 atletas
11H30	Seniores	4.000 M	Masc.	Serie D Máximo 20 atletas
11H50	Seniores	4.000 M	Masc.	Serie E Máximo 20 atletas

#### Regulamento

1	A Associação de Atletismo de Aveiro com o apoio da Câmara Municipal de Castelo de Paiva e colaboração dos nossos filiados Grupo Desportivo e Cultural de Castelo de Paiva e Associação Desportiva C.C.J. Clark, vai realizar dia 11 de Abril de 2021 na Quinta do Hotel Rural S. Pedro o 22º Campeonato Distrital de Corta-Mato na vertente Curta.
2	O Campeonato Distrital de Corta-mato vertente curta destina-se a atletas masculinos e femininos dos escalões de, Juniores, Sénior e Veteranos inscritos em Clubes filiados na Associação de Atletismo de Aveiro.
3	Podem integrar as equipas de seniores os atletas juniores ou veteranos para a composição da sua equipa, com o <b>máximo de 6 atletas por equipa.</b>
4	Estes Campeonatos destinam-se a atletas masculinos e femininos dos escalões referenciados e inscritos em Clubes filiados na Associação de Atletismo de Aveiro. <b>Os atletas terão que se apresentar na linha de partida com o dorsal atribuído pela Associação de Atletismo de Aveiro para a época de 2021.</b>
5	<b>As inscrições são feitas através da plataforma ONLINE até às 18 horas de quinta-feira que antecede a competição, de forma a poder ser efectuada a admissão de atletas e respetiva divisão por series.</b> <b>Será publicada a listagem dos atletas admitidos nas respectivas series.</b>

	Haverá classificações individuais e coletivas.
6	A classificação geral em cada género será ordenada tendo por base os tempos alcançados por cada atleta, independentemente das séries em que participa.
7	No Campeonato Distrital de Corta-mato vertente curta, exclusivamente para o escalão de Sénior, para efeitos de classificação coletiva serão considerados os <b>(4) quatro primeiros atletas de cada equipa.</b> Os desempates serão feitos a favor da equipa que tenha o quarto atleta melhor classificado.
8	Nos Campeonatos de seniores Masc. e Fem., em ambos os Campeonatos, serão atribuídos os pódios ao escalão de Sub/23 .
9	Prémios Campeonato Distrital - <b>Medalhas aos três primeiros de cada categoria + Sub/23.</b> <b>- Troféus às três melhores equipas em cada escalão (Masc. e Fem.).</b>
10	Apresentação na câmara de chamada 15 minutos antes do início da prova.
11	Os atletas devem de ser portadores de pelo menos 3 (Três) alfinetes para a correta colocação do dorsal.
12	<b>DORSAL indispensável para qualquer competição organizada pela Associação de Atletismo de Aveiro.</b>
13	<b>Serão penalizados os atletas sem dorsal original.</b>
14	Responsáveis Técnicos competição: Manuel Vieira e Adélia Tavares