



## COMUNICADO OFICIAL



LEIRIA, 19-Jan-10

Nº 10 - 2009/10

### CAMPEONATOS DISTRITAIS DE CORTA-MATO CURTO (Seniores e Veteranos) e JOVENS (Benjamins, Infantis e Iniciados)

#### 1º CROSS DO VALE DO ARUNCA

LOCAL: CASALINHO – PISTA DE AEROMODELISMO

7 de Fevereiro de 2010

🕒	PROVA	ESCALÃO	Género	OBSERVAÇÕES
10H00	4.000 m	Seniores/Veteranos	Fem.	2 Voltas Grandes
10H25	4.000 m	Seniores/Veteranos	Masc.	2 Voltas Grandes
10H45	1.000 m	Benjamins	Fem.	1 Volta Pequena
10H55	1.000 m	Benjamins	Masc.	1 Volta Pequena
11H05	1.500 m	Infantis	Fem.	1 Volta Média
11H20	1.500 m	Infantis	Masc.	1 Volta Média
11H35	2.500 m	Iniciados	Fem.	1 V. Peq. + 1 Média
11H55	2.500 m	Iniciados	Masc.	1 V. Peq. + 1 Média
12H15	3.000 m	Juvenis	Fem.	2 Voltas Médias
12H30	3.000 m	Juvenis	Masc.	2 Voltas Médias

O 1º CROSS do VALE do ARUNCA é organizado pela Associação de Atletismo de Pombal (2AP) e pela Associação Distrital de Atletismo de Leiria, com o apoio do Município de Pombal

#### REGULAMENTO DOS CAMPEONATOS DISTRITAIS (Benjamins, Infantis, Iniciados e Seniores e Veteranos – Curto)

01. Todos os atletas terão de se inscrever até ao dia 29 de Janeiro para a ADAL: telefone 244 827580; fax 244 812 972; mail [assleiria@adal.pt](mailto:assleiria@adal.pt)
02. Os títulos de Campeão Distrital só poderão ser alcançados por atletas federados na ADAL. Cada atleta só poderá participar na prova do seu escalão.
03. Haverá Classificação Individual e Colectiva. A ADAL atribuirá medalhas aos 1º-2º-3º classificados em cada uma das provas do Campeonato Distrital e Taças às Equipas vencedoras.
04. Nas Classificações Colectivas serão vencedoras as equipas que somarem o menor de pontos de acordo com as classificações alcançadas à chegada, pelos (4) primeiros atletas. Os desempates serão feitos a favor dos Clubes que tenham o último atleta da equipa melhor classificado.
05. **Disputar-se-á o título Individual e Colectivo de Campeão Distrital de Veteranos.** Serão Veteranos os atletas que tiverem 40 ou mais anos no dia desta prova (Masculinos e Femininos). **No acto da inscrição todos os Veteranos terão de informar se pretendem participar no seu escalão ou em Seniores.**
06. No 1º Cross do Vale do Arunca haverá classificações individuais com Troféus aos 3 primeiros e prémios de participação para todos, e colectivos às 5 1ªs equipa numa classificação feita com base nos 10 primeiros classificados em cada escalão. Serão atribuídos 10 pontos ao 1º, 9 ao 2º, ..., 1 ao 10º classificado.

A.D.A. Leiria