



REGULAMENTO

1. ORGANIZAÇÃO

O 3º Corta-Mato Pero Neto/Mónica Rosa é uma prova aberta a atletas federados, populares e alunos em representação de escolas, desde que, os não filiados, apresentem declaração comprovativa de possuírem seguro de acidentes pessoais. Os atletas estrangeiros filiados numa federação de outro país só poderão participar mediante autorização expressa da sua federação e da Federação Portuguesa de Atletismo.

Realiza-se no dia 29 de Janeiro de 2023, com início às 09H00. É uma organização conjunta do Clube de Atletismo Mónica Rosa e da Sociedade Instrutiva e Recreativa 1º de Dezembro de Pero Neto.

2. CARACTERÍSTICAS DA PISTA

É um percurso desenhado no interior do pinhal, com piso de terra batida e arenosa. Tem um perímetro, na sua volta grande de cerca de 2000M, sendo que, sempre que necessário, são feitos cortes que permitem percursos mais curtos.

3. ESCALÕES

BENJAMINS A - SUB-10 (AMBOS OS GÉNEROS) - nascidos em 2016 e antes

BENJAMINS B - SUB-12 (AMBOS OS GÉNEROS) - nascidos em 2012 e 2013

INFANTIS - SUB-14 (AMBOS OS GÉNEROS) - nascidos em 2010 e 2011

INICIADOS - SUB-16 (AMBOS OS GÉNEROS) - nascidos em 2008 e 2009

JUVENIS (SUB-18) (AMBOS OS GÉNEROS) - nascidos em 2006 e 2007

JÚNIORES (SUB-20) (AMBOS OS GÉNEROS) - nascidos em 2004 e 2005

SENIORES (AMBOS OS GÉNEROS) - nascidos em 2003 e anteriores

VETERANOS (AMBOS OS GÉNEROS) - consideram-se os escalões dos 35 anos, dos 40 e dos 45 ou mais à data da prova

4. ORGANIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO

As provas 1, 4, 5, 6 e 7 serão corridas individualmente. As provas 2 e 3 serão disputadas em forma de estafeta, sendo que as equipas terão que ser constituídas, no caso da prova 2 por dois elementos Benjamins B e dois Infantis, sendo que em cada escalão, obrigatoriamente será, pelo menos, um elemento do género feminino e outro do masculino. No caso da prova 3 cada equipa terá que apresentar dois elementos do género feminino e dois do masculino.

NOTA: Nas provas 2 e 3 as equipas não podem integrar atletas filiados e não filiados, terão que ser constituídas ou só por filiados, ou só por não filiados.

5. PROGRAMA/HORÁRIO

HORÁRIO	ESCALÃO	GÉNERO	DISTÂNCIA	VOLTAS	
1	09H00	SUB-10 (BENJAMINS A)	AMBOS	500M	1 PEQ. (1)
2	09H10	SUB-12 (BENJAMINS B) E SUB-14 (INFANTIS)	AMBOS	4X600M	4X1 PEQ. (2)
3	09H30	SUB-16 (INICIADOS)	AMBOS	4X1200M	4X2 PEQ. (2)
4	10H00	SUB-18 (JUVENIS)	AMBOS	4000M	2 GRANDES
5	10H30	SUB-20 (JÚNIORES) E VETERANO S	MASC.	8000M	4 GRANDES
6	11H15	SUB-20 (JÚNIORES) SENIORES E VETERANA S	FEM.	6000M	3 GRANDES
7	12H00	SENIORES	MASC.	10000M	5 GRANDES

6. PRÉMIOS INDIVIDUAIS

Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados de cada escalão e género sendo que, nas provas 2 e 3 haverá medalhas para os quatro elementos de cada equipa, a serem entregues em cerimónia a

realizar imediatamente após o final de cada uma das provas, no local da competição.

7. PRÉMIOS COLETIVOS

Serão atribuídos troféus coletivos, às três primeiras equipas, nas provas 5, 6 e 7 contando para a classificação os três primeiros atletas de cada equipa, independentemente do escalão e género, vencendo a equipa que somar menos pontos e, assim sucessivamente.

Nas provas 1, 2, 3 e 4 haverá uma classificação coletiva, de acordo com o somatório dos pontos alcançados pelos três primeiros classificados de cada equipa em cada uma das provas 1 e 4 independentemente do género e das equipas de estafeta nas provas 2 e 3.

8. INSCRIÇÕES

Os atletas filiados na Associação Distrital de Atletismo de Leiria e os não filiados na Federação Portuguesa de Atletismo devem fazer a inscrição através do site fpacompeticoes.pt até 25 de Janeiro de 2023, sendo que, para os não filiados têm que apresentar uma declaração comprovativa de seguro de acidentes pessoais, no local da competição. Os veteranos que desejem disputar a prova de seniores devem inscrever-se como tal.

9. OBSERVAÇÕES:

A organização disponibiliza balneários aos participantes que desejem tomar banho, na sede da S.I.R. 1º de Dezembro, em Pero Neto.