



Campeonato Regional de Corta Mato Longo Grande Prémio Casa do Benfica em Paredes Cidade de Paredes

Benjamins, Infantis, Iniciados, Juvenis

13 de novembro de 2021 – 13:30 horas

Programa/Horário

Escalão	Ano	Sexo	Distância	
Benjamins A	2013-2014-2015	M/F	600 m	GP Casa Benfica
Benjamins B	2011-2012	M/F	1.000 m	GP Casa Benfica
Infantis	2009-2010	Fem	2.000 m	GP Casa Benfica
Infantis	2009-2010	Mas	2.000 m	GP Casa Benfica
Iniciados	2007-2008	Fem	2.500 m	GP Casa Benfica
Iniciados	2007-2008	Mas	3.000 m	GP Casa Benfica
Juvenis	2004-2005-2006	Fem	4.000 m	GP Casa Benfica
Juvenis	2004-2005-2006	Mas	5.000 m	GP Casa Benfica
Juniores	2002-2003	Fem	6.000 m	CR + ZN
Seniores*	2001 e anteriores	Fem	6.000 m	CR + ZN
Veteranos F35	35 a 49 anos	Fem	6.000 m	CR
Veteranos F50	+50 anos	Fem	6.000 m	CR
Juniores*	2002-2003	Mas	8.000 m	CR + ZN
Seniores*	2001 e anteriores	Mas	10.000m	CR + ZN
Veteranos M35	(35 a 39 anos)	Mas	10.000 m	CR
Veteranos M40	(40 a 44 anos)	Mas	10.000 m	CR
Veteranos M45	(45 a 49 anos)	Mas	10.000 m	CR
Veteranos M50	(50 a 54 anos)	Mas	10.000 m	CR
Veteranos M55	(55 a 59 anos)	Mas	10.000 m	CR
Veteranos M60	+ 60 anos	Mas	10.000 m	CR

*Escalões época 2020/2021

As partidas serão conjuntas conforme as cores da coluna da Distância.

Juniores masculinos partirão em simultâneo com os seniores mas realizarão menos uma volta ao percurso.

Haverá Classificação Coletiva GP Casa do Benfica – 3 Taças para a geral dos escalões Jovens de Benjamins A até Juvenis (por pontos – 1º 10 pontos, 2º 9 pontos Do 10º até ao último 1 ponto).



Regulamento

1. O Campeonato Regional de Corta Mato Longo destina-se exclusivamente a atletas filiados, com situação regularizada na Associação de Atletismo do Porto. Os atletas que ainda não sejam filiados e pretendam competir deverão realizar a sua **filiação até às 23:59h do dia 10 novembro, (quarta-feira)**.
2. Nesta competição só poderão participar, exclusivamente, atletas pertencentes aos escalões indicados em cada prova no programa/horário. Os atletas só podem participar na prova destinada ao seu escalão.
3. Haverá classificações individuais e coletivas por escalão e sexo. Para a classificação coletiva contamos 4 (quatro) primeiros atletas de cada clube.
Medalhas: aos 3 primeiros classificados de cada escalão e sexo (juniores, seniores e veteranos) e para os 4 atletas da equipa vencedora em cada escalão sexo.
Troféus: às 3 equipas melhor classificadas de cada escalão e sexo (juniores e seniores).
4. Para o coletivo absoluto contam todos os atletas seniores e veteranos.
5. Haverá classificação individual e coletiva para os escalões de **veteranos**. Esta classificação será obtida pelos 4 melhores veteranos de cada clube, **na classificação geral**, independentemente do seu escalão, quer para o sexo feminino quer para o sexo masculino.
Medalhas: aos 3 primeiros classificados de cada escalão e sexo e para os 4 atletas da equipa vencedora.
Troféus: às 3 equipas melhor classificadas masculinas e às 3 femininas.
6. **Os atletas veteranos que pretendam competir pelo escalão de sénior deverão indicar essa pretensão na inscrição, só podendo contar para a classificação de sénior, quer individual como coletiva. Um veterano depois de optar pelo escalão de sénior não entra na classificação de individual nem coletiva de veteranos.**
7. **GP Casa do Benfica** (Benjamins A a Juvenis) haverá classificação individual por escalão e sexo (Medalha para os três primeiros atletas).
8. **GP Casa do Benfica** haverá classificação Coletiva – 3 Taças para a geral dos escalões Jovens de Benjamins A a Juvenis (por pontos – 1º 10 pontos, 2º 9 pontos Do 10º até ao último 1 ponto)
9. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições de Federação Portuguesa de Atletismo.
10. **As inscrições são na plataforma <http://www.fpacompeticoes.pt> até dia 11 novembro, apenas para o Campeonato Regional de Corta Mato Longo. (Jun. / Sen. / Vet.) – Restantes escalões devem estar filiados conforme o ponto 1 deste regulamento.**
11. O Campeonato Regional de Corta Mato Longo (Sub18, Sub20 e Senior) será com os escalões da época 2020/2021, em conformidade com o Campeonato Nacional de Corta Mato Longo organizado pela FPA.