



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO DISTRITO DE PORTALEGRE



Época 2009/2010

REGULAMENTO

1. OBJECTIVOS

- 1.1. Fomentar a prática da Corrida de Estrada;
- 1.2. Fomentar a prática do Corta-Mato;
- 1.3. Apurar e distinguir, no final da época, os melhores atletas do distrito (masculinos e femininos) nos seguintes grupos de provas do ATLETISMO:

Corta-Mato; Montanha; Estrada.

- 1.4. Distinguir os melhores clubes do distrito;

1.5. Apurar, no final da época, os melhores atletas do distrito em cada **especialidade, escalão etário e sexo;**

- 1.6. Promover a prática desportiva entre a população do distrito de Portalegre.

2. COMPETIÇÕES



2.1. • A Liga AADP Corridas integra todas as provas de corta-mato, montanha e estrada do calendário da Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre que se realizem durante a época 2009/2010. Inicia-se no dia 15 de Outubro de 2009 e termina no dia 30 de Setembro de 2010.

3. ESCALÕES ETÁRIOS

3.1. Haverá classificação individual para cada um dos seguintes escalões:

BENJAMINS (Masculinos e Femininos)	Nascidos em 1999 e 2000
INFANTIS (Masculinos e Femininos)	Nascidos em 1997 e 1998
INICIADOS (Masculinos e Femininos)	Nascidos em 1995 e 1996
JUVENIS (Masculinos e Femininos)	Nascidos em 1993 e 1994
JUNIORES (Masculinos e Femininos)	Nascidos em 1991 e 1992
SÉNIORES (Masculinos e Femininos)	Nascidos entre 1990 e 1970
VETERANOS I (Masculinos e Femininos)	Nascidos entre 1969 e 1965
VETERANOS II (Masculinos e Femininos)	Nascidos entre 1964 e 1960
VETERANOS III (Masculinos e Femininos)	Nascidos entre 1959 e 1955
VETERANOS IV (Masculinos e Femininos)	Nascidos entre 1954 e 1950
VETERANOS V (Masculinos e Femininos)	Nascidos em 1949 e anteriores

4. CLASSIFICAÇÕES - GENERALIDADES

4.1. • A Liga AADP Corridas terá **três** classificações:

Individual, por Escalão etário;
Individual, por Género;
Colectiva Geral, por Clube.

4.2. Para a classificação colectiva por Clube são elegíveis os clubes filiados na Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre com praticantes regularmente inscritos;

4.3. Para as classificações individuais são elegíveis os atletas filiados na AADP para a época 2009/2010 a partir do momento em que concretizem a filiação.



5. CLASSIFICAÇÕES

A classificação individual será apurada do seguinte modo:

5.1. Competições AADP: Em cada competição (corta-mato, montanha e estrada) serão atribuídos pontos aos atletas filiados na AADP classificados em cada categoria de acordo com a tabela anexa.

5.2. Competições FPA: Nos Campeonatos Nacionais das Especialidades e nas provas graduadas com o Grau Nacional e Internacional pela CNEC da FPA (apenas as provas absolutas e de juniores) e no Campeonato do Alentejo de Corta-Mato os atletas creditarão bonificações de acordo com a tabela anexa. Considerar-se-ão neste item as melhores pontuações de cada atleta, até um máximo de 6 (seis).

5.3. No final consideram-se as melhores pontuações de cada atleta em provas regionais, acrescentando-se as bonificações a que tiver direito e procede-se ao seu somatório. Vence o atleta que somar mais pontos.

5.3.1. Em caso de empate para o 1º lugar procede-se do seguinte modo: desempate a favor do atleta com melhor classificação no Campeonato Nacional de Corta-mato, Campeonato Nacional de Estrada, Campeonato Nacional de Montanha, Campeonato do Alentejo de Corta-Mato ou Campeonato Distrital de Corta-Mato, por esta ordem. Para os restantes lugares da classificação os atletas permanecerão empatados.

5.4. A classificação colectiva será apurada somando os pontos conseguidos por todos os atletas do clube classificados individualmente. Cada vitória colectiva em provas AADP creditará um bónus de 10 pontos a cada clube. Por vitória colectiva entende-se o 1º lugar numa classificação por escalão etário com um mínimo de 3 atletas a pontuar.

6. PRÉMIOS

Os três primeiros de cada escalão e sexo, assim como as três primeiras equipas serão distinguidos com troféus. Em cada prova haverá prémios específicos. Em algumas provas os prémios serão exclusivamente para atletas filiados na AADP.



7. MUDANÇA DE ESCALÃO ETÁRIO

Os atletas classificam-se na categoria a que o ano do seu nascimento corresponder. Não são permitidas, para efeitos de classificação nesta Liga, mudanças de escalão etário.

Nota - Nos casos em que a Regulamentação FPA permita a mudança de escalão (Veteranos para Seniores) os atletas que optarem por participar na prova de Seniores (havendo uma específica para Veteranos não disputada em simultâneo e com a mesma distância) não creditarão pontos para a Liga AADP Corridas.

8. CASOS OMISSOS

8.1.A interpretação do Regulamento, bem como resoluções sobre casos omissos, será resolvida pela Direcção da AADP, de cujas decisões não haverá recurso.

9. ANEXOS - PONTUAÇÕES A ATRIBUIR

Classificação	Provas AADP	Campeonatos Nacionais	Provas FPA c/ grau Nacional e Internacional	Campeonatos do Alentejo
1.º	12	60	30	30
2.º	10	50	25	25
3.º	8	35	20	20
4.º	6	30	18	18
5.º	5	25	15	17
6.º	4	20	14	16
7.º	3	18	13	15
8.º	2	17	12	14
9.º	1	16	11	13
10.º	1	15	10	12
11.º a 20.º	1	14	9	10
21.º a 30.º	1	13	8	8
31.º a 40.º	1	12	7	5
41.º a 50.º	1	11	6	1
51.º a 100.º	1	10	5	1