



# Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

## REGULAMENTO GERAL Circuito Distrital de Trail *AADPortalegre 2018/19*

### **Artigo 1º. (Organização)**

A organização do circuito distrital de Trail de Portalegre, é uma iniciativa conjunta da Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre (AADP) e das diversas entidades que organizam cada uma das competições que demonstrem vontade de o integrem, e adota o nome de Circuito Distrital de Trail AADP 2018/19.

### **Artigo 2º. (Conceito de Trail Running)**

Corrida pedestre em Natureza, com o mínimo de percurso pavimentado/alcatroado, que não deverá exceder 10% do percurso total, em vários ambientes (serra, montanha, alta montanha, planície, etc) e terrenos (estrada, caminho florestal, trilho, single track, etc), idealmente – mas não obrigatoriamente – em semi ou auto-suficiência, a realizar de dia ou durante a noite, em percurso devidamente balizado e marcado e em respeito pela ética desportiva, lealdade, solidariedade e pelo meio ambiente. (fonte: ATRP).

### **Artigo 3º. (Participação)**

Admite-se a participação de qualquer atleta sem distinção de sexo, dentro dos escalões etários abaixo definidos e que detenham uma preparação física adequada a esforços prolongados, **desde que filiados na AADP** (Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre) com situação anual regularizada.

A AADP não se responsabiliza portanto pela condição física dos atletas, que deve ser atestada pelos mesmos através dos meios médicos adequados, ou por qualquer acidente ou dano sofrido antes, durante ou após a realização das provas que integram o circuito distrital de trail.

A FPA e a AADP obrigam os atletas participantes a subscreverem o seguro individual desportivo disponibilizado pela AADP, FPA ou outro similar, que detenha os montantes mínimos estipulados por lei, e adequado à prática da modalidade de Trail Running.

Consideram-se concorrentes ao circuito distrital de Trail, todos os atletas ou equipas que se filiem na AADP após validada a **entrega de toda a documentação obrigatória, sob pena de exclusão.**

Após o início do circuito não será possível a um atleta mudar de equipa durante a época desportiva em curso. Existirá um prazo de inscrição e de renovação de licença desportiva para o efeito, anunciada na página oficial da AADP.



## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

Época desportiva é considerada de 16 de Outubro do ano corrente a 15 de Outubro do ano seguinte.

Só serão integrados nas contagens do circuito, atletas que se filiem até final do ano de 2018 e só serão consideradas as contagens após o processo concluído.

### **Artigo 4º. (Atletas)**

- 1) Equipamento  
. Todos os participantes no circuito distrital de Trail 2018/19, independentemente da distancia, e do regulamento interno de cada organização, deverão usar em todos os eventos: Manta térmica, Apito, e reservatório de água com o mínimo de ½ litro de água;
- 2) O uso de dorsal é sempre obrigatório para os participantes no circuito. Este deverá estar sempre visível, na frente entre a cintura e o peito, sob pena de desclassificação. Poderá ser obrigatório o dorsal de época uma vez comunicado pela AADP.
- 3) Ficam expressamente proibidos todos os atletas e/ou dirigentes de tecer comentários ofensivos e/ou de reclamação de determinadas situações, em publico ou redes sociais. O canal de ligação para reclamações e demais situações ou opiniões será o email oficial da AADP, [portalegrepatletismo.org](mailto:portalegrepatletismo.org)

### **Artigo 5º. (Escalões)**

#### **Masculinos e Femininos**

<b>Juvenis</b> – 16 e 17 anos (até 15Km)	<b>V55</b> – 55 a 59 anos
<b>Juniores</b> – 18 e 19 anos (até 25Km)	<b>V60</b> – 60 a 64 anos
<b>Sub 23</b> – 20 a 23 anos	<b>V65</b> – 65 a 69 anos
<b>Séniore</b> s – 24 a 34 anos	<b>V70</b> – 70 a 74 anos
<b>V35</b> – 35 a 39 anos	<b>V75</b> – 75 a 79 anos
<b>V40</b> – 40 a 44 anos	<b>V80</b> – 80 a 84 anos
<b>V45</b> – 45 a 49 anos	<b>V85</b> – 85 a 89 anos
<b>V50</b> – 50 a 54 anos	<b>V90</b> – mais de 90 anos

Nota: Nas designações dos escalões, acresce a letra M (masculinos) ou F (femininos) antes da designação, para diferenciar o sexo dos atletas. Os escalões apresentados seguem o padrão desenvolvido pela FPA.



## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

Para efeito de classificação, os escalões de competição irão reger-se pelo estabelecido nos regulamentos da FPA, devidamente adaptados à época desportiva da AADP.

Caso se verifique mudança de escalão durante a época desportiva, o atleta irá pontuar para o Circuito, no escalão para o qual vai mudar.

Exemplo: um atleta que inicie a época com 39 anos e faça os 40 no decorrer da época desportiva, sobe de escalão no dia que fizer os 40 anos, mas para efeito de Circuito irá contar no novo escalão desde o início da época desportiva.

### **Artigo 6º. (Inscrições)**

1) Todos os clubes ou atletas individuais só poderão participar no Circuito Distrital de Trail, após a devida inscrição que se processa da seguinte forma:

- a) Filiação do Clube na FPA/AADP (online: Plataforma Lince)
- b) Filiação do Atleta na FPA/AADP (online: Plataforma Lince)

### **Nota: Poderão filiar e inscrever-se atletas em nome individual**

- Documentação obrigatória:

. **Filiação do Clube** – Dados e documentos oficiais do Clube e Responsável, e entrega de estatutos na AADP;

. **Filiação do atleta** – Cartão de Cidadão e Foto tipo passe (digital), seguro (próprio ou da FPA) e Exame médico-desportivo;

2 ) Deverão todos os atletas memorizar o seu numero de filiação para futuras inscrições, pois será a forma de identificação do atleta no futuro.

3) Estão todos os atletas obrigados a entregar toda a documentação solicitada para atribuição de dorsal de época (Seguro, exame médico e folha de filiação lince) 31 de Dezembro de 2018, sob pena de os resultados obtidos até então serem automaticamente anulados.

4) Serão aceites inscrições e novas filiações durante toda a época, sendo que, nestes casos só contarão os resultados a partir da entrega de toda a documentação solicitada.

### **Artigo 7º. (Pontuação)**



## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

Por prova serão atribuídos pontos independentes pela classificação geral Masculina e Feminina, equipas, e escalões em cada um dos escalões anteriormente indicados.

A cada atleta finalizador de cada prova, do circuito distrital de trail, é atribuído um número de pontos obtidos com base no tempo despendido segundo a seguinte fórmula:

. Tempo - 1:23:42h irá ser representado para fórmula por: 1.2342

. Tempo vencedor (Ex: 1.2342) / tempo atleta (Ex: 1.3456) x 150

Arredondamentos de casas decimais (resumido): menor que 5 diminui, 5 ou maior aumenta

Um bónus adicional de pontos é atribuído ao “Top 20” em cada corrida, segundo a tabela de pontuação pela competitividade:

### **Pontuação pela competitividade**

<b>Classificação</b>	<b>Bónus</b>	<b>Classificação</b>	<b>Bónus</b>
1º	70	11º	28
2º	60	12º	26
3º	55	13º	24
4º	50	14º	22
5º	45	15º	20
6º	42	16º	19
7º	39	17º	18
8º	36	18º	17
9º	33	19º	16
10º	30	20º	15
21º e seguintes			14

Exemplo:

Pontuação total = pontuação tempo + pontuação competitividade

<b>Class.</b>	<b>Atletas</b>	<b>Tempo Final</b>	<b>Tempo vencedor / Tempo atleta</b>	<b>Pontos Tempo</b>	<b>Pontos Compet.</b>	<b>Pont. Total</b>
1º	A	15:21:35	1,000	150	70	220
2º	B	15:30:28	0,990	149	60	209
3º	C	15:37:24	0,983	147	55	202
4º	D	15:41:52	0,978	147	50	197
5º	E	15:48:14	0,972	146	45	191
6º	F	15:54:59	0,965	145	42	187



## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

7º	G	15:55:11	0,965	145	39	184
8º	H	15:59:14	0,961	144	36	180
9º	I	16:04:15	0,956	143	33	176
10º	J	16:18:21	0,942	141	30	171
11º	K	16:20:11	0,940	141	28	169
12º	L	16:22:21	0,938	141	26	167
13º	M	16:23:31	0,937	141	24	165
14º	N	16:28:28	0,932	140	22	162
15º	O	16:28:31	0,932	140	20	160
16º	P	16:32:30	0,929	139	19	158
17º	Q	16:38:31	0,923	138	18	156
18º	R	16:44:31	0,917	138	17	155
19º	S	16:48:31	0,914	137	16	153
20º	T	16:50:31	0,912	137	15	152

### **Tabela de classificação por EQUIPAS**

Classificação	Pontos	Classificação	Pontos
1º	15	7º	6
2º	13	8º	5
3º	11	9º	4
4º	9	10º	3
5º	8	11º	2
6º	7	12º	1 e seguintes

**Nota:** A partir da equipa classificada em 12º lugar, todas as equipas serão pontuadas com 1 ponto.

A classificação coletiva determina-se em dois passos, primeiro e com base na classificação geral absoluta (sem distinção de escalão ou sexo), somam-se os lugares dos 3 primeiros classificados de cada equipa. Em caso de empate declara-se vencedora a equipa que em primeiro lugar feche a classificação coletiva.

Seguidamente ordenam-se as equipas por ordem crescente de pontos obtidos na operação anterior, após o que se aplica a tabela de pontuação acima descrita para as equipas:

- . EQUIPA A – 5º + 6º + 7º = 18 (1º lugar com 15 pontos)
- . EQUIPA B – 3º + 4º + 12º = 19 (2º lugar com 13 pontos)
- . EQUIPA C – 1º + 2º + 17º = 20 (3º lugar com 11 pontos)



## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

Na classificação por equipas todas serão consideradas, dando prevalência as que atingirem o seguinte número de provas:

Trail Curto – 10 contagens sendo considerados para pontuação final os 5 melhores resultados (alguma alteração a este ponto será divulgado de imediato na página oficial da AADP)

Trail Longo – 8 contagens sendo consideradas para pontuação final os 4 melhores resultados

Ultra Trail M – 2 contagens sendo considerada para pontuação final uma contagem.

### **Artigo 8º.**

#### **(Pedidos de correção)**

Os resultados provisórios da classificação, serão publicados na página da AADP, será dado um prazo de 2 semanas após a publicação, para que os participantes dirijam ao organizador exclusivamente através do email: [portalegre@fpatletismo.org](mailto:portalegre@fpatletismo.org), os seus pedidos de correção, que serão analisados e posteriormente validados. Não serão considerados pedidos através de publicações nas redes sociais.

Passado este período, a AADP homologará os resultados definitivos da prova.

### **Artigo 9º.**

#### **(Eventos, Contagens e Classificação final)**

Existirão os seguintes eventos da modalidade na época 2018/19:

- a) Circuito Distrital de Trail – Curto, Longo e Ultra M (presente regulamento)
- b) Campeonato Distrital de Trail (Regulamento próprio e numa única competição)

No Circuito de Trail, serão realizadas competições em três distâncias distintas: Trail Curto, Trail longo e Ultra Trail M, que se definem da seguinte forma:

**Trail Curto:** 12Km até 21,0975 Km (até à distância da meia maratona)

**Trail Longo:** de 21,0975 Km até 42,195 Km (distância da maratona)

**Ultra Trail M:** de 42,195 Km a 69 Km

Todos os atletas serão classificados no final do circuito, independentemente do número de provas que realizem. Serão considerados sempre em primeira instância os que realizarem:

- 5 do total do circuito de trail curto;
- 4 do total do circuito de trail longo; (excepto Juvenis e Juniores que deverá ser 2 de 4.)
- Circuito de Ultra Trail M sem obrigatoriedade de mínimos



## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

Caso surja algum acerto em determinado evento no que se refere ao aumento das distâncias referidas, compete à AADP analisar e autorizar ou não a inclusão do evento no circuito.

Não serão consideradas reclamações por indicações de GPS pessoais.

**Exceção aos escalões de Juvenis e Juniores** que deverão fazer somente distâncias intermédias do trail curto e com o menor desnível possível, aproveitando o percurso dessa competição, podendo a partida ser em local destinto dos restantes mas a chegada ser no mesmo local.

**Cada atleta poderá participar nas diversas competições, e classificar-se em todas as que opte realizar, no entanto, o mesmo atleta só poderá acumular pódios de uma distância dos circuitos com o pódio de outras competições como por exemplo, Circuito de Ultra Trail.**

**Resumindo:**

**1) Atleta X Faz as 5 contagens do trail curto e as 4 do longo, classifica-se em ambos os circuitos, ficando somente com o pódio (caso exista) do seu melhor resultado, independentemente da circuito. No outro circuito aparecerá na classificação logo após o término dos referidos classificados.**

**2) O atleta Y ganha o circuito de Trail Curto, poderá ganhar também outra competição (exemplo, campeonato distrital de trail e Circuito de Ultra Trail).**

### CONTAGENS 2018/19

Mês	Dia	Evento	Localidade	Distâncias
Outubro	28	Trail de Marvão	Marvão	18 e 30 Km
Novembro	4	5º Trail Vila de Nisa	Nisa	15 e 30 Km
Dezembro	2	Trail Elvas Património Mundial	Elvas	20 Km
Janeiro	12	Trilhos dos Reis	Portalegre	15, 25, 45 Km
Março	17	1º Trail S. Arronches e Benfica	Arronches	20 Km
Abril	14	3º Trail Mestre de Avis	Avis	18 e 28 Km
Abril	28	4º Trail Vila de Alegrete	Alegrete	15 e 30 Km
Maio	18	UTSM	Portalegre	12, 22 e 43 Km
Junho	15	Trail Noturno Monbiketeam	Monforte	21 e 38 Km
Setembro	9	6º Trail do Sôr	Ponte de Sôr	17 e 35 Km



## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

### **Artigo 10º.**

#### **(Cerimónia de entrega de prémios AADP)**

A cerimónia de entrega de prémios será realizada no final da época, a 12 de Outubro de 2019 em local a definir pela AADP.

Será obrigatória a presença de todos os classificados para atribuição de prémios e lembranças. Em caso de impossibilidade do atleta comparecer na cerimónia, deverá ser remetido para a AADP por escrito até 15 dias de antecedência, solicitação de representação devidamente fundamentada e com a indicação de quem será o representante.

**NOTA:** Nenhum representante poderá exercer essa função a mais do que um atleta, podendo apenas acumular representação de um atleta com um clube.

### **Artigo 11º.**

#### **(Critérios de desempate)**

##### ***Classificação geral e por escalões:***

1º. Pela soma das classificações (1º, 2º, 3º, etc), dos atletas empatados, nas competições onde foram obtidas as pontuações;

2º. Se após o critério anterior se mantiver o empate, o desempate é feito pela classificação obtida entre eles nas mesmas provas que participaram (confronto direto);

3º. Maior numero de provas em que participou;

4º. Nos escalões de Juvenis e Juniores o desempate será feito em primeira instancia pelo ponto 1 e verificado novo empate considera-se:

2º. Resultado obtido na competição direta entre eles na mesma(s) prova(s);

3º. Vencerá o atleta mais novo.

##### ***Equipas:***

1º. Melhor classificação obtida após contabilizadas as obrigatórias e assim sucessivamente até ser desfeito o empate;

2º. Maior numero de provas em que participaram no circuito;

3º. Equipa com maior numero de atletas filiados na AADP no circuito.

### **Artigo 12º.**

#### **(Prémios AADP 2018-19)**

. Troféus aos 3 primeiros classificados da classificação geral masculina e feminina, troféus às 3 primeiras equipas de cada circuito. Serão atribuídos também prémios aos 3 primeiros classificados de cada escalão. Poderá ser acrescido o prémio patrocinador em algumas das categorias.





## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

. Publicará a AADP em comunicado oficial os prémios específicos para cada distância, sexo, escalões e equipas, constituindo assim o Anexo 2 a este documento.

**Nota:** A cerimónia de entrega de prémios do campeonato distrital, terá lugar, no evento mencionado no artº9, lá vão ser entregues os prémios do circuito AADP de Trail. A ausência dos premiados, ou de um seu representante conforme anteriormente descrito, entende-se como renúncia ao prémio(s) a que tem direito.

### **Artigo 13º. (Direitos de Imagem)**

. A aceitação do presente regulamento traduz, obrigatoriamente, que o participante autoriza a organização do circuito a gravação total ou parcial da sua participação no mesmo, pressupondo também a sua concordância para que a organização possa utilizar a imagem do atleta para a promoção e difusão do circuito em todas as suas formas (em toda a comunicação social, internet, fotografia, vídeo, cartazes, etc) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica ou em espécies.

. Todos os atletas e público estão autorizados pela organização a captar imagens e vídeos do evento.

. No equipamento individual, todos os atletas poderão usar qualquer inscrição publicitária desde que não seja abusiva nem viole as normas de bom senso e ética desportiva.

### **Artigo 14º. (Alterações)**

À AADP reserva-se o direito de proceder às alterações que considere convenientes no formato e composição do circuito distrital de trail, obrigando-se a comunicação pelos meios habituais com o público em geral e os seus filiados, fazendo anexos a este regulamento.

### **Artigo 15º. (Comunicação)**

Consideram-se como meios oficiais de comunicação e informação sobre o circuito distrital de trail, o site da AADP e a página do facebook da AADP e possibilidade de existir uma exclusiva do evento.

### **Artigo 16º. (Situações omissas)**



## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

A AADP reserva-se o direito de decidir, no seio dos seus responsáveis, por situações omissas a este regulamento e a divulgar nos locais habituais e aos intervenientes.

### **Esclarecimento geral do regulamento**

Esclarece a AADP que o presente regulamento assenta no regulamento da ATRP (Associação de Trail Running Portugal) em consonância com o regulamentar na FPA, no que concerne à disciplina de Trail nos circuitos nacionais.

Portalegre, 25 de Outubro 2018

A Presidente da Direção  
*Assinado e autenticado no original*

*Sara Marisa Barreto Costa Madeira*