



# Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

## REGULAMENTO GERAL DO CIRCUITO DISTRITAL DE *TRAIL* AADP

### Artigo 1º Organização

A organização do circuito distrital de *trail* de Portalegre, é uma iniciativa da Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre, doravante designada por AADP, que conta com a colaboração das diversas entidades que organizam cada uma das competições que demonstrem vontade de o integrarem, e adota o nome de CIRCUITO DISTRITAL DE *TRAIL* AADP.

### 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 autossuficiência, 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.

### Artigo 3º Época desportiva

Considera-se “época desportiva” o período compreendido entre o dia 16 de outubro de cada ano e o dia 15 de outubro do ano seguinte.

### Artigo 4º Circuito Distrital de *Trail*

1. Farão parte do calendário do Circuito Distrital de *Trail*, a divulgar no início de cada época desportiva, as provas de *trail running* realizadas no distrito de Portalegre, cujos organizadores apresentem as respetivas candidaturas e estas venham a ser aprovadas pela AADP.
2. Dependendo das provas que venham a ser apresentadas pelos organizadores em cada época desportiva, o circuito será organizado da seguinte forma:
  - a. **Circuito Distrital de *Trail* Curto**, composto em regra por 10 provas, cuja distância se situe entre os 12 km e os 21,0975 km (até à distância da meia maratona);
  - b. **Circuito Distrital de *Trail* Longo**, composto em regra por 8 provas, cuja distância se situe entre os 21,0975 km e os 42,195 km (entre a distância da meia maratona e a distância da maratona);



## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

- c. **Circuito Distrital de Ultra *Trail* M**, composto em regra por 2 provas, cuja distância se situe entre os 42,195 Km e os 69 Km.
3. Além do Circuito Distrital de *Trail*, em cada época desportiva, a AADP poderá ainda organizar as seguintes competições, carecendo as mesmas de publicação de regulamento próprio:
  - a. Campeonato Distrital de *Trail*, disputado numa única prova;
  - b. Taça Distrital de *Trail*, disputada numa única prova.
4. 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.

### **Artigo 5º** **Candidaturas de provas**

Os organizadores que pretendam incluir provas no calendário do circuito distrital de *trail*, deverão ter em consideração os pressupostos estabelecidos no presente regulamento e proceder de acordo com o **anexo A**.

### **Artigo 6º** **Participação no circuito**

1. É admitida a participação de quaisquer atletas, sem distinção de sexo, pertencentes aos escalões etários definidos no artigo 9º e que detenham uma preparação física adequada à prática da modalidade, desde que filiados na AADP e com situação anual regularizada.
2. A AADP não se responsabiliza pela condição física dos atletas, que deverá ser atestada pelos mesmos através de exames médicos adequados, ou por qualquer acidente ou dano sofrido antes, durante ou após a realização das provas que integram o calendário do circuito distrital de *trail*.
3. A Federação Portuguesa de Atletismo, doravante designada por FPA, e a AADP impõem aos atletas participantes a subscrição de seguro individual desportivo disponibilizado pela AADP, FPA ou outro similar, que contenha os montantes mínimos estipulados por lei, e adequado à prática da modalidade de *Trail Running*.
4. Consideram-se participantes no Circuito Distrital de *Trail*, todos os atletas ou equipas que se filiem na AADP e após validada a entrega de toda a documentação obrigatória para o efeito, sob pena de exclusão.
5. Após o início do circuito não será possível a um atleta mudar de equipa durante a época desportiva em curso.
6. Existirá um prazo de inscrição e de renovação de licença desportiva para o efeito, anunciada na página oficial da AADP.
7. Os atletas que participem nas provas do circuito distrital desde o início da época desportiva, apenas serão integrados nas respetivas contagens se concluírem o seu processo de filiação na AADP até 31 de dezembro, de acordo com o artigo seguinte.



## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

8. Cada atleta poderá participar nas diversas competições constantes do artigo 4º, e classificar-se em todas as que opte realizar. No entanto, só é admissível a acumulação de pódios de uma distância do circuito com o pódio de outra das competições de *trail*, como por exemplo, Campeonato de *Trail* ou Taça de Ultra *Trail*:
  - a. Atleta X faz as 5 contagens mínimas do *trail* curto e as 4 do longo, classifica-se em ambos os circuitos, ficando somente com o lugar de pódio, se for o caso, do seu melhor resultado, independentemente do circuito. No outro circuito aparecerá na classificação logo após o término dos referidos classificados;
  - b. O atleta Y ganha o circuito de *Trail* Curto, poderá ganhar também outra competição (exemplo, campeonato distrital de *trail* e a taça de Ultra *Trail*).

### **Artigo 7º**

#### **Filiação na AADP**

1. Os clubes e os seus atletas, ou os atletas individuais que pretendam participar no Circuito Distrital de *Trail*, deverão proceder à respetiva filiação, que se processa da seguinte forma:
2. Filiação do Clube na FPA/AADP (online: Plataforma Lince da FPA);
  - a. Filiação do Atleta na FPA/AADP (online: Plataforma Lince da FPA).
  - b. É admitida a filiação de atletas sem clube, que constarão como “individual”.
  - c. Para filiação de clubes, é obrigatória a entrega de dados e documentos oficiais do Clube e Responsável, e dos respetivos estatutos na AADP;
3. Para filiação de atletas, é necessário o documento de identificação e obrigatória a entrega de foto tipo passe (em formato digital), seguro desportivo (próprio ou da FPA), exame médico-desportivo e comprovativo emitido pela Plataforma Lince da FPA.
4. Os processos de filiação deverão estar concluídos até 31 de dezembro de 2018, sob pena de os resultados obtidos até então não serem integrados nas contagens do Circuito.
5. Serão admitidas novas filiações de atletas durante toda a época desportiva, após o prazo referido no número anterior, sendo que, neste caso, só serão contabilizados os resultados das provas que se realizem após a data de entrega efetiva de toda a documentação solicitada pela AADP.
6. Deverão todos os atletas estar cientes do seu número de filiação, pois será a forma de identificação do atleta no futuro.

### **Artigo 8º**

#### **Segurança e identificação em prova**

1. Por razões de segurança, é aconselhável a todos os participantes no circuito distrital de *trail*, independentemente da distância em que participem e do regulamento próprio de cada competição, a utilização em todas as provas do seguinte material/equipamento:
  - a) Manta térmica;
  - b) Apito;

## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

- c) Reservatório de água com capacidade de, no mínimo, ½ litro de água;
2. O uso de dorsal é sempre obrigatório para os participantes no circuito, devendo este estar sempre visível durante as provas, colocado na frente entre a cintura e o peito, sob pena de desclassificação. Poderá ser obrigatório o dorsal de época uma vez comunicado pela AADP.

### **Artigo 9º** **Escalões**

1. Os participantes no Circuito Distrital de *Trail*, serão agrupados nos escalões a seguir indicados e de acordo com constante dos números seguintes:

<b>Escalões (masculinos e femininos)</b>			
Designação	Faixa etária	Designação	Faixa etária
Juvenis	16 a 17 anos (até 15km)	V55	55 a 59 anos
Juniores	18 a 19 anos (até 25Km)	V60	60 a 64 anos
Sub23	20 a 23 anos	V65	65 a 69 anos
Séniore	24 a 34 anos	V70	70 a 74 anos
V35	35 a 39 anos	V75	75 a 79 anos
V40	40 a 44 anos	V80	80 a 84 anos
V45	45 a 49 anos	V85	85 a 89 anos
V50	50 a 54 anos	V90	Mais de 90 anos

Tabela 1

2. À designação dos escalões acresce a letra “M” (masculinos) ou “F” (femininos), para diferenciar o sexo dos atletas.
3. Os escalões apresentados seguem o padrão desenvolvido pela FPA.
4. Para efeitos de classificação e pontuação nos escalões, será tido em conta o ano de nascimento do atleta, considerando-se a idade que o atleta terá no final da época desportiva, ou seja, em 15 de outubro do ano seguinte.

### **Artigo 10º** **Pontuação individual**

1. Em cada prova integrante do circuito serão atribuídos pontos independentes à classificação geral masculina, classificação geral feminina e a cada um dos escalões masculinos e femininos.

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

a.

$$\text{Pontos tempo} = \frac{T_v}{T_a} \times 150$$

b. Explicação da fórmula:

i.  $T_v$  = tempo do vencedor;  $T_a$  = tempo do atleta

ii. O tempo de 01:23:42 horas, será convertido para efeitos da fórmula em 1,2342

c. Arredondamentos de casas decimais: < 5 arredonda por defeito; >= 5 arredonda por excesso

3. Em cada prova é ainda concedido um bónus adicional de pontos pela competitividade ao “Top 20” da classificação geral masculina, da classificação geral feminina e a cada um dos escalões masculinos e femininos, de acordo com as seguintes tabelas:

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

Tabela 2

*Exemplo: (Pontuação total = pontos tempo + pontos 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	1,2135	1,000	150	70	220
2º	B	1,3028	0,931	140	60	200
3º	C	1,3724	0,884	133	55	188
4º	D	1,4152	0,857	129	50	179
5º	E	1,4814	0,819	123	45	168
6º	F	1,5459	0,785	118	42	160
7º	G	1,5511	0,782	117	39	156
8º	H	1,5914	0,763	114	36	150
9º	I	2,0415	0,594	89	33	122
10º	J	2,1821	0,556	83	30	113
11º	K	2,2011	0,551	83	28	111
12º	L	2,2221	0,546	82	26	108
13º	M	2,2331	0,543	82	24	106
14º	N	2,2828	0,532	80	22	102
15º	O	2,2831	0,532	80	20	100
16º	P	2,3230	0,522	78	19	97
17º	Q	2,3831	0,509	76	18	94
18º	R	2,4431	0,497	75	17	92
19º	S	2,4831	0,489	73	16	89
20º	T	2,5031	0,485	73	15	88
21º	U	2,5802	0,470	71	14	85

Tabela 3

## **Artigo 11º** **Classificação individual**

1. Todos os atletas participantes serão classificados no final do Circuito, independentemente do número de provas que realizem.
2. Para apuramento dos resultados individuais serão considerados:
  - a. Circuito Distrital de *Trail* Curto – os 5 melhores resultados;
  - b. Circuito Distrital de *Trail* Longo – os 4 melhores resultados (juvenis e juniores os 2 melhores resultados);
  - c. Circuito Distrital de Ultra *Trail* M – sem obrigatoriedade de mínimos.

## **Artigo 12º** **Pontuação por equipas**

1. A pontuação por equipas determina-se em dois passos:
  - a. Em primeiro lugar 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.
  - b. Em segundo lugar, ordenam-se as equipas por ordem crescente de pontos obtidos na operação anterior, após o que se aplica a seguinte tabela:

<b>Tabela de pontuação por equipas</b>			
<b>Classificação</b>	<b>Pontos</b>	<b>Classificação</b>	<b>Pontos</b>
1º	15	7º	6
2º	13	8º	5
3º	11	9º	4
4º	9	10º	3
5º	8	11º	2
6º	7	12º e seguintes	1

Tabela 4

2. Exemplo de aplicação da tabela:
  - a. EQUIPA A –  $5^\circ + 6^\circ + 7^\circ = 18$  (1º lugar com 15 pontos)
  - b. EQUIPA B –  $3^\circ + 4^\circ + 12^\circ = 19$  (2º lugar com 13 pontos)



## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

- c. EQUIPA C –  $1^{\circ} + 2^{\circ} + 17^{\circ} = 20$  (3<sup>o</sup> lugar com 11 pontos)
3. No final do circuito, na classificação por equipas todas serão consideradas, dando prevalência às que atingirem o seguinte número de provas:
  - a. *Trail* Curto – 10 contagens, sendo considerados para pontuação final os 5 melhores resultados;
  - b. *Trail* Longo – 8 contagens, sendo consideradas para pontuação final os 4 melhores resultados;
  - c. Ultra *Trail* M – 2 contagens, sendo considerada para pontuação final, um ou ambos os resultados;

### **Artigo 13<sup>o</sup>**

#### **Critérios de desempate individuais**

1. Em caso de empate, na classificação geral e por escalões serão utilizados os seguintes critérios de desempate:
  - a. 1<sup>o</sup> Critério: pela soma das classificações (1<sup>o</sup>, 2<sup>o</sup>, 3<sup>o</sup>, etc), dos atletas empatados, nas competições onde foram obtidas as pontuações;
  - b. 2<sup>o</sup> Critério: se após o critério anterior se mantiver o empate, o desempate é feito pela classificação obtida entre atletas nas mesmas provas em que participaram (confronto direto);
  - c. 3<sup>o</sup> Critério: o maior número de provas que terminaram;
2. Nos escalões de Juvenis e Juniores o desempate será feito da seguinte forma:
  - a. 1<sup>o</sup> Critério: pela soma das classificações (1<sup>o</sup>, 2<sup>o</sup>, 3<sup>o</sup>, etc), dos atletas empatados, nas competições onde foram obtidas as pontuações;
  - b. 2<sup>o</sup> Critério: se após o critério anterior se mantiver o empate, o desempate é feito pela classificação obtida entre atletas nas mesmas provas em que participaram (confronto direto);
  - c. 3<sup>o</sup> Critério: vence o atleta mais novo.

### **Artigo 14<sup>o</sup>**

#### **Critérios de desempate de equipas**

1. Em caso de empate entre equipas, serão utilizados os seguintes critérios de desempate:
  - a. 1<sup>o</sup> Critério: melhor classificação obtida após contabilizadas as obrigatórias e assim sucessivamente até ser desfeito o empate;
  - b. 2<sup>o</sup> Critério: maior número de provas em que as equipas participaram no circuito;
  - c. 3<sup>o</sup> Critério: equipa com maior número de atletas filiados na AADP no circuito.





## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

### **Artigo 15º** **Pedidos de correção**

1. Após a publicação dos resultados provisórios das classificações na página oficial da AADP, será concedido um prazo de 2 semanas, para que atletas e clubes dirijam ao organizador do circuito, exclusivamente através de correio eletrónico ([portalegre@fpatletismo.org](mailto:portalegre@fpatletismo.org)), os seus pedidos de correção, que serão analisados e posteriormente validados.
2. Passado esse período, a AADP homologará e publicará os resultados definitivos do circuito.
3. Não serão considerados quaisquer pedidos de correção feitos através de publicações nas redes sociais, ou por outras formas que não a prevista no número anterior, nem os que tenham por base registos efetuados por aparelhos de GPS particulares, tais como relógios ou telemóveis.
4. A AADP não se responsabiliza por quaisquer erros detetados nas listas de inscrições das provas, bem como nas respetivas grelhas classificativas.
5. A apresentação de outro tipo de reclamações, pedidos de esclarecimento ou sugestões, deverão ser dirigidos à AADP através do procedimento previsto no número 1.

### **Artigo 16º** **Conduta desportiva**

1. Segundo os princípios da ética desportiva, é possível competir respeitando os adversários, reconhecendo o seu valor e competência, vendo-os como oponentes indispensáveis, sem os quais não existiria a competição.
2. Como tal, ao participarem nas provas que fazem parte do circuito, os atletas, dirigentes e membros dos clubes devem:
  - a. Adotar uma conduta de consideração pelos demais intervenientes, respeitando o espírito desportivo e a própria modalidade;
  - b. Ser conhecedores e respeitar as normas constantes do presente regulamento, bem como os regulamentos próprios de cada organização;
  - c. Não proferir, sob qualquer forma, declarações depreciativas do mérito e do valor dos demais atletas, associações ou clubes desportivos, bem como dos dirigentes, praticantes, treinadores ou outros agentes desportivos;
  - d. Abster-se de tecer quaisquer comentários ofensivos contra os membros dos diversos órgãos da AADP e/ou de fazer qualquer tipo de reclamação em público, ou através das redes sociais;

### **Artigo 17º** **Cerimónia de entrega de prémios AADP**

1. A cerimónia de entrega de prémios será realizada no final da época, em data e local a definir pela AADP.
2. Os atletas vencedores de cada categoria/escalão deverão comparecer na cerimónia para a atribuição de prémios e lembranças.



## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

3. Em caso de impossibilidade de comparência por parte de algum atleta, 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.
4. Nenhum representante poderá exercer essa função a mais do que um atleta, podendo apenas acumular representação de um atleta com um clube.
5. A ausência dos premiados, ou de representante conforme anteriormente descrito, entende-se como renúncia ao(s) prémio(s) a que tem direito.

### **Artigo 18º Prémios AADP**

1. Serão atribuídos na cerimónia de entrega de prémios, os seguintes:
  - a. Troféus aos 3 primeiros classificados da classificação geral masculina e feminina;
  - b. Troféus às 3 primeiras equipas de cada circuito;
  - c. Prémios aos 3 primeiros classificados de cada escalão;
  - d. Poderá ser acrescido o prémio patrocinador em algumas das categorias.

### **Artigo 19º Direitos de Imagem**

1. A aceitação do presente regulamento traduz, obrigatoriamente, que o participante autoriza o organizador do circuito à gravação total ou parcial da sua participação no mesmo, pressupondo também a sua concordância para que o organizador possa utilizar a imagem do atleta para a promoção e difusão do circuito em todas as suas formas (nos diferentes órgãos de 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 espécie.
2. Todos os atletas e público estão autorizados pela organização a captar imagens e vídeos do evento.
3. No equipamento individual, todos os atletas poderão usar qualquer inscrição publicitária desde que não seja abusiva nem viole as normas do bom senso e da ética desportiva.

### **Artigo 20º Alterações**

A AADP reserva-se o direito de proceder às alterações que considere convenientes no formato e composição do circuito distrital de *trail*, obrigando-se a comunicar pelos meios oficiais com o público em geral e os seus filiados em particular, aprovando previamente anexos ao presente regulamento.



## Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

### **Artigo 21º Comunicação**

Consideram-se como meios oficiais de comunicação e informação sobre o circuito distrital de *trail*, as páginas de internet e *Facebook* da AADP, existindo a possibilidade de criação de páginas exclusivas do evento.

### **Artigo 22º Situações omissas**

A AADP reserva-se o direito de decidir, no seio dos seus órgãos diretivos, acerca de situações omissas a este regulamento e a divulgar essas decisões pelos meios oficiais.

### **Artigo 23º Considerações finais**

O presente regulamento assenta nos regulamentos da ATRP (Associação de *Trail Running* Portugal) em consonância com os regulamentos da FPA, no que concerne à disciplina de *trail* nos circuitos nacionais.

Aprovado em reunião de direção, em 11 de março de 2019

ANEXO:

Anexo A - Candidaturas de provas ao circuito distrital de *trail*