



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 01 de novembro 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 12 provas, cuja distância se situe entre os 12 km e os 21,0975 km (até à distância da meia maratona) + 2 Corridas Verticais (Bonificadas. ver *Art.º 11º e Art.º 12º*);
 - b. **Circuito Distrital de *Trail* Longo**, composto em regra por 9 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

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 Curto*, disputado numa única prova;
 - b. Campeonato Distrital de *Trail Longo*, disputado numa única prova;
 - c. Campeonato Distrital de *Ultra Trail*, disputado numa única prova;
 - d. Campeonato Distrital de *Trail Endurance (+100km)*, disputado numa única prova a definir;
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.

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.



Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

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.
8. Cada atleta poderá participar nas diversas competições constantes do artigo 4º, e classificar-se em todas as que opte por realizar.

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 2022, 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;
 - 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:

Escalões (masculinos e femininos)			
Designação	Faixa etária	Designação	Faixa etária
Juniores	18 a 19 anos (trail curto)	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
V55	55 a 59 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. Por cada prova, serão atribuídos pontos pela classificação geral masculina e feminina, conforme tabela de seguinte:

Classificação	Pontos	Classificação	Pontos	Classificação	Pontos
1º	100	16º	30	31º	15
2º	90	17º	29	32º	14
3º	80	18º	28	33º	13
4º	70	19º	27	34º	12
5º	65	20º	26	35º	11
6º	60	21º	25	36º	10
7º	55	22º	24	37º	9
8º	50	23º	23	38º	8
9º	45	24º	22	39º	7
10º	40	25º	21	40º	6
11º	35	26º	20	41º	5
12º	34	27º	19	42º	4
13º	33	28º	18	43º	3
14º	32	29º	17	44º	2
15º	31	30º	16	45º e seguintes	1

Tabela 2

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 melhores resultados em 50% das provas que se realizem, mais uma (50% + 1 prova) sendo as **Corridas Verticais** (Crono-escalada) **bonificadas em 50%** do resultado individual obtido (*Ex. 1º lugar - 100 pontos (50%) = 50 pontos; 2º lugar - 90 pontos (50%) = 45 pontos; 3º lugar - 80 pontos (50%) = 40 pontos e assim sucessivamente*);
 - b. Circuito Distrital de *Trail* Longo – os melhores resultados em 50% das provas que se realizem, mais uma (50% + 1 prova);

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:

Tabela de pontuação 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 e seguintes	1

Tabela 4

2. Exemplo de aplicação da tabela:



Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

- a. EQUIPA A – $5^{\circ} + 6^{\circ} + 7^{\circ} = 18$ (1^o lugar com 15 pontos)
 - b. EQUIPA B – $3^{\circ} + 4^{\circ} + 12^{\circ} = 19$ (2^o lugar com 13 pontos)
 - c. EQUIPA C – $1^{\circ} + 2^{\circ} + 17^{\circ} = 20$ (3^o 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 – 12 contagens, sendo considerados para pontuação final os melhores resultados de 50% das provas + 1 (uma) que se realizem e sendo as **Corridas Verticais** (Crono-escalada) **bonificadas** em **50%** do resultado coletivo obtido;
 - b. *Trail* Longo – 9 contagens, sendo consideradas para pontuação final os melhores resultados de 50% das provas + 1 (uma) que se realizem;

Artigo 13^o

Critérios de desempate individuais

1. Em caso de empate no final da época, na classificação geral ou por escalões, serão utilizados os seguintes critérios de desempate:

- a. 1^o Critério: pela soma das pontuações obtidas, no confronto direto, dentro do número de provas necessárias para finalizar o respetivo circuito;

Exemplo – No Circuito Distrital de *Trail* Curto, dois atletas (A e B) terminaram com o mesmo número de pontos e estiveram em confronto direto duas (2) vezes nas provas X e Z (os confrontos diretos nas provas em que não aproveitam os pontos não entram no critério de desempate).

Na prova **X** o atleta A venceu com 100 pontos e o atleta B somou 90 pontos.

Na prova **Z** o atleta B venceu com 100 pontos e o atleta A somou 80 pontos.

Aplicando o critério de desempate o atleta A seria o vencedor com 190 pontos:

Atleta **A** – 190 pontos (100+90)

Atleta **B** – 180 pontos (100 +80)

- b. 2^o Critério: se após o critério anterior se mantiver o empate, o desempate é feito pela classificação obtida pelos atletas nas mesmas provas em que participaram (confronto direto);
- c. 3^o Critério: se após os critérios anteriores se mantiver o empate, o desempate é feito pelo maior número de provas que os atletas terminaram;

Artigo 14^o

Critérios de desempate de equipas

1. Em caso de empate entre equipas no final da época, serão utilizados os seguintes critérios de desempate:

- a. 1^o Critério: pela soma das pontuações obtidas, no confronto direto, dentro do número de provas necessárias para finalizar o respetivo circuito;



Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

- b. 2º Critério: se após o critério anterior se mantiver o empate, o desempate é feito pela classificação obtida pelas equipas nas mesmas provas em que participaram (confronto direto);
- c. 3º Critério: equipa com maior número de atletas filiados na AADP no circuito.

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), 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;
 - e.



Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

Artigo 17º

Cerimónia de entrega de prémios AADP

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



Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre

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.

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.

Portalegre, 01 de novembro de 2022

O Presidente da Direção

(Original assinado em arquivo)

Luís Miguel Da Cruz Rodrigues