

Campeonatos Nacionais de Corrida em Montanha - 2022

Regulamento

Os **Campeonatos Nacionais de Corrida em Montanha 2022** vão ser realizados em Castro Daire, na Granja, com delegação de organização na Associação de Atletismo de Viseu, e na Câmara Municipal de Castro Daire, com o apoio da Federação Portuguesa de Atletismo, no próximo **dia 5 de junho de 2022**, a partir das 10,00 horas, designando-se a prova – **Campeonatos Nacionais de Corrida em Montanha/2022**. Em simultâneo realiza-se a prova **Grande Prémio de Montanha Trutas do Mau**.

1. Princípios Gerais:

1.1– Os Campeonatos Nacionais de Corrida em Montanha 2022 serão realizados no sistema “**subir/descer**”, num traçado de acordo com as normas definidas pela FPA e pela WMRA.

2. Percurso

2.1– A prova disputa-se na Granja (Castro Daire), num percurso traçado no sistema “subir /descer”.

3. Programa – Horário e Distâncias:

10 h 30 – Juniores Femininos – 5 000 metros
10 h 30 – Seniores e Veteranas Femininos – 10 000 metros

10 h 40 - Juniores Masculinos – 5 000 metros
10 h 40 – Seniores e Veteranos Masculinos - 10 000 metros

4. Participação

4.1– A participação nos Campeonatos Nacionais é aberta somente a atletas Federados.

4.2 – Competirão para os Campeonatos, os atletas federados dos escalões de Juniores, Seniores e Veteranos, de ambos os sexos.

4.3 – Podem também participar os atletas de nacionalidade estrangeira, de acordo com o prescrito no Regulamento Geral de Competições da FPA, para os Campeonatos Nacionais de Estrada e Corta-Mato.

5. Inscrições

5.1 – As inscrições deverão ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da plataforma FPACompetições em <https://fpacompeticoes.pt/> impreterivelmente até às 23:59 ao dia **30 de maio de 2022**.

5.2 – As Os clubes que ainda não possuem as credenciais de acesso a esta plataforma deverão enviar os seguintes dados: sigla, nome e email do responsável do clube para fpacompeticoes@fpatletismo.pt

Os atletas poderão também fazer a sua inscrição na sua prova através do seu número de documento de identificação.ao

6. Classificações

6.1 – A classificação final coletiva de cada escalão é obtida pelo somatório das classificações dos três atletas melhores classificados de cada equipa, vencendo a equipa que somar menos pontos.

6.2 – Em caso de empate, o desempate será resolvido a favor da equipa cujo terceiro elemento fique melhor classificado.

7. Prémios

7.1 – Serão atribuídos medalhões FPA aos três primeiros classificados individualmente em juniores e seniores femininos e masculinos (os atletas sub-23 e veteranos contam para esta classificação). Serão complementarmente atribuídas medalhas aos três primeiros classificados do escalão de sub-23 e veteranos (+35 anos), femininos e masculinos.

7.2 – Serão atribuídas Taças FPA às equipas vencedoras no escalão de juniores femininos e masculinos e seniores femininos e masculinos (os atletas sub-23 e veteranos contribuem para a classificação do escalão de seniores femininos e masculinos). Aos três componentes das equipas vencedoras serão atribuídas medalhas FPA.

8. Secretariado

8.1 – O levantamento de dorsais será efetuado no secretariado da prova no Pavilhão do Grupo Desportivo e Recreativo da Granja “Trutas do Mau” a partir das 8h30. A entrega de prémios será efetuada junto ao local de partida e meta.