

## Ranking nacional de atletas de corrida em montanha

Será elaborado no corrente ano o ranking nacional individual de atletas de corrida em montanha. São elegíveis para pontuação todos os atletas inscritos na Federação Portuguesa de Atletismo, participantes nas provas de corrida em montanha do calendário nacional ao longo do ano de 2023.

### Provas pontuáveis:

Dia 1 de abril 2023 – Taça de Portugal – 1ª jornada - Cinfães

Dia 16 de abril 2023 – Taça de Portugal – 2ª jornada – Leomil (Moimenta da Beira)

Dia 30 de abril 2023 – Campeonato Nacional – Granja (Castro Daire)

Dia 2 de julho 2023 – Taça de Portugal – 3ª jornada (Final) – Montemuro (Castro Daire)

O ranking será efetuado em termos absolutos para atletas femininos e masculinos (contam seniores, veteranos e sub-23) e juniores femininos e juniores masculinos.

A partir do ranking de atletas absolutos, será apurado o ranking de atletas veteranos (+35 anos) e sub-23 (atletas dos três primeiros anos do escalão de seniores).

### Forma de pontuação:

#### Prova - Campeonato Nacional de Corrida em Montanha

##### (Absolutos – Seniores, Sub-23 e Veteranos)

Class.	Pontos	Class.	Pontos	Class.	Pontos	Class.	Pontos
1º	50	6º	29	11º	19	16º	9
2º	40	7º	27	12º	17	17º	7
3º	35	8º	25	13º	15	18º	5
4º	33	9º	23	14º	13	19º	3
5º	31	10º	21	15º	11	20º	1

## Juniores

Class.	Pontos
1º	25
2º	20
3º	17
4º	14
5º	12

Class.	Pontos
6º	10
7º	8
8º	6
9º	4
10º	2

## Provas da Taça de Portugal de Corrida em Montanha

### (Absolutos - Seniores, Sub-23 e Veteranos)

Class.	Pontos
1º	35
2º	30
3º	27
4º	24
5º	22

Class.	Pontos
6º	20
7º	18
8º	16
9º	14
10º	12

Class.	Pontos
11º	10
12º	9
13º	8
14º	7
15º	6

Class.	Pontos
16º	5
17º	4
18º	3
19º	2
20º	1

## Juniores

Class.	Pontos
1º	12
2º	10
3º	9
4º	8
5º	7

Class.	Pontos
6º	6
7º	5
8º	4
9º	3
10º	2