

## REGULAMENTO

A Junta de Freguesia de Amora e a Câmara Municipal do Seixal, com a colaboração da Federação Portuguesa de Atletismo, da Associação de Atletismo de Setúbal e do Movimento Associativo Concelhio organizam o 32º Corta-Mato Cidade de Amora, que acontece no próximo dia 27 de novembro de 2022, na Quinta Maria Pires, em Amora (Seixal), simultaneamente com o Campeonato Nacional Longo.

### 2 – ÂMBITO DA PROVA

Esta prova é aberta a atletas de ambos os sexos, federados e populares, em representação de clubes, escolas, coletividades, grupos informais ou a título individual.

### 3 – HORÁRIOS – DISTÂNCIAS – ESCALÕES

Horário	Distância	Escalões	Ano Nascimento	Sexo
9h00	1000	Benjamins B	2011/2012	Masculino
9h01	1000	Benjamins B	2011/2012	Feminino
9h10	1000	Infantis	2009/2010	Masculino
		Infantis	2009/2010	Feminino
9h20	2000	Iniciados	2007/2008	Masculino
		Iniciados	2007/2008	Feminino

**4 – PRÉMIOS INDIVIDUAIS:** Lembrança para todos os concorrentes que concluíam a prova. Troféu para os três primeiros de cada escalão.

**PRÉMIOS COLETIVOS:** Atribuição de prémios (cheque) nos valores abaixo indicados.

### 5 – CLASSIFICAÇÃO POR EQUIPAS

Contam para a classificação coletiva todos os atletas classificados por escalão.

A pontuação é atribuída – por escalão – da seguinte forma: 1º - 10 pontos; 2º - 9 pontos;...; 10º classificado e os restantes 1 ponto. Ganha a equipa que somar mais pontos devendo classificar cinco ou mais atletas no conjunto dos escalões acima indicados.

### 6 – RESPONSABILIDADE

A Organização responsabiliza-se por qualquer acidente ocorrido no decurso das provas, mediante apólice existente para o efeito. A Organização não se responsabiliza pela aptidão física dos atletas, prestando apoio médico no local.

### 7 - INSCRIÇÕES

As inscrições até ao escalão de **INICIADOS** deverão ser enviadas para Junta de Freguesia de Amora, Rua 1º de Maio, Lt.4 – 2845-125 Amora, Tel: 212268730, E-mail: [jfamora@jf-amora.pt](mailto:jfamora@jf-amora.pt) até às 18.00 horas, do dia 24 de novembro de 2022.

**Para os restantes escalões na plataforma** [fpacompeticoes.pt](http://fpacompeticoes.pt) para atletas federados e populares.

A data limite será de acordo com o regulamento do Corta mato Nacional Longo da FPA.

ESCALÃO	PRÉMIOS
Benjamins B	1º Prémio – 400 Euros
	2º Prémio – 300 Euros
	3º Prémio – 250 Euros
Infantis	1º Prémio – 400 Euros
	2º Prémio – 300 Euros
	3º Prémio – 250 Euros
Iniciados	1º Prémio – 400 Euros
	2º Prémio – 300 Euros
	3º Prémio – 250 Euros
Juvénis Juniores	1º Prémio – 400 Euros
	2º Prémio – 300 Euros
	3º Prémio – 250 Euros
Sub-23 Seniores	1º Prémio – 400 Euros
	2º Prémio – 300 Euros
	3º Prémio – 250 Euros
Veteranos	1º Prémio – 400 Euros
	2º Prémio – 300 Euros
	3º Prémio – 250 Euros

### 8 – VERIFICAÇÃO DE IDENTIDADE

Em caso de dúvida o atleta deverá apresentar o Bilhete de Identidade / Cartão de Cidadão, quando solicitado pela organização.

**9 – HORÁRIO DO INÍCIO DA PROVA:** As provas terão início às 9.00h.

Organização:



Apoio:

