**REGULAMENTO TERCEIRA ETAPA**

**PROVA DE CORRIDA RÁPIDA**

**MASCULINO E FEMININO**

1. Para realização da prova a equipe irá nomear um (1) homem e uma (1) mulher.
2. As equipes terão três (3) minutos para selecionar os atletas na ficha de prova.
3. Na ficha de prova, a equipe irá indicar dois (2) atletas para realizar a prova de corrida rápida. A ordem do atleta que irá iniciar a prova fica a cargo da equipe.
4. Os atletas selecionados terão cinco (5) minutos para aquecimento livre.
5. Todas as equipes irão realizar a prova no mesmo momento.
6. Após a largada, todos os atletas deverão se direcionar para a saída lateral do Campus na Rua Francisco Antônio Viera, em seguida, percorrer o contorno do Campus passando pelos pontos de controle.

MAPA:



**Rua Francisco Antônio Vieira**

LEGENDA:

Ponto de controle 1

Ponto de controle 2

Ponto de controle 3

Largada/chegada

1. A classificação da equipe será definida pela somatória do tempo da dupla de cada equipe. A equipe que o percurso no menor tempo será melhor classificada.

PONTUAÇÃO:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Classificação | 1º | 2º | 3° | 4º | 5º | 6° | 7º | 8º | 9° | 10º |
| Pontos  | 25 | 18 | 15 | 12 | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 | 1 |