



# Regulamento

## CORRIDA DA PRAIA DA VIEIRA

O I.D.V. leva a efeito no próximo dia 24 de Agosto de 2019, pelas 17:30 horas na Praia da Vieira o Grande Prémio de Atletismo, competição englobada no circuito de meio fundo da ADAL.

### 1º - Escalões e Horários:

Hora	Escalões	Distância	Ano de nasc./idade
17:30 a)	SENIORES M/F	8.000m (aprox)	99 e antes
	JUNIORES M/F		00 - 01
	VET. M35		35 - 39
	VET. M40		40 - 44
	VET. M45		45 - 49
	VET. M50		50 - 54
	VET. M55		55 - 59
	VET. M60		60 -64
	VET. M65		65 e mais
	VET. F35		35 - 39
	VET. F40		40 - 44
	VET. F45		45 - 49
	VET . F50		50 e mais

a) Nestas provas os atletas correm juntos, mas com classificações separadas para cada um dos escalões.

2º - Nestas provas podem participar atletas inscritos em qualquer Associação do País, Organizações populares, individuais ou escolas.

3º - Todos os clubes e individuais interessados em participar nesta prova, têm de se inscrever no Recorde Pessoal até 21 de Agosto, com o custo de 8€, para atletas federados e 9€ para os restantes. Oferta de saco de participação com t-shirt alusiva ao evento com lanche.

4º - A organização responsabiliza-se por fazer o Seguro Desportivo aos atletas que não estejam abrangidos pelo mesmo, desde que os atletas informem a organização da falta do mesmo.

5º - Haverá força da Ordem Pública (GNR), para disciplinar o trânsito no decorrer das provas.

6º - A organização da prova não se responsabiliza pelos atletas não federados que tenham qualquer contra indicação médica para a prática da corrida.

7º - Os atletas que prejudicarem intencionalmente os seus adversários com empurrões ou obstruções, serão desclassificados, bem como os que não percorram o percurso na totalidade.

8º - De forma a garantir o cumprimento dos regulamentos, a ADAL garantirá a presença de um delegado técnico na competição.

9º - Haverá classificações individuais e coletivas, saindo vencedora a equipa que obtiver menor número de pontos. Contam para o somatório os 4 primeiros atletas de cada equipa, independentemente do escalão, sendo atribuído ao 1º classificado 1 ponto, para o 2º classificado 2 pontos e assim sucessivamente. **Prémios para as 3 primeiras equipas.** Em caso de empate, saíra vencedora a equipa que tiver o 4º atleta melhor classificado.

### 10º - Prémios individuais:

Escalões	Prémios
JUN. (M/F)	Troféus em vidro (aos 3 primeiros de cada escalão)
SEN. (M/F)	Troféus em vidro (aos 3 primeiros de cada escalão)
VET..M35, M40, M45, M50, M55, M60, M65 e mais	Troféus em vidro (aos 3 primeiros de cada escalão)
VET. F35-39 VET. F40 - 44 VET. F45 - 49 VET. F50 e mais	Troféus em vidro (às 3 primeiras de cada escalão)

11º - Os atletas deverão ser portadores da sua licença desportiva ou BI/CC, para o caso de dúvida na idade.

12º - Os atletas deverão apresentar-se 5 minutos antes no local de partida, com o dorsal colocado na camisola (peito).

13º - Todos os casos omissos neste regulamento, serão apreciados pela organização.

14º---Informações---962337817-  
corridapraiadavieira@gmail.com

**Industrial Desportivo Viegense**  
Diretor da prova  
RUI DINIS