

XXI Grande Prémio  
XIX Léguas de Marcha Atlética  
**ALVAIÁZERE**  
“Memorial António Gonçalves”

# REGULAMENTO

12 de novembro 2022 | 15h

**Estádio Municipal de Alvaiázere**

**Provas extra:**

Salto em Comprimento Infantis

Arremesso de Bola Benjamins B

**Organização:**

**O ALVAIAZERENSE**



## REGULAMENTO DA PROVA

**1º** - A XIX Légua de Marcha Atlética de Alvaiázere "Memorial António Gonçalves" é uma organização do Jornal "O Alvaiazerense", do Grupo de Amigos de Casais do Vento e da Associação Distrital de Atletismo de Leiria.

**2º** - A competição realiza-se no dia 12 de novembro de 2022, sábado, pelas 15:00 horas, na pista do Estádio Municipal de Alvaiázere. Haverá ainda lugar à realização de provas extra de salto em comprimento para Infantis e arremesso de bola para Benjamins.

**3º** - A prova destina-se a atletas federados e alunos de todos os escalões etários, desde Benjamins a Veteranos, Masculinos e Femininos, Portugueses e Estrangeiros.

**4º** - O Programa Horário será o seguinte:

Hora	Prova	Escalão	Género	Anos Nascimento
14:45	Salto em Comprimento	Infantis (Sub-14)	Fem. + Masc.	2009 e 2010
14:45	Arremesso de Bola	Benjamins B	Fem. + Masc.	2011 e 2012
14:50	300 metros marcha	Benjamins A	Fem. + Masc.	antes 2015
15:00	500 metros marcha	Benjamins B	Fem. + Masc.	2011 e 2012
15:10	1.000 metros marcha	Infantis (Sub-14)	Fem. + Masc.	2010 e 2009
15:25	2.000 metros marcha	Iniciados (Sub-16)	Fem. + Masc.	2008 e 2007
15:45	3.000 metros marcha	Juvenis (Sub-18)	Fem. + Masc.	2006 e 2005
16:05	5.000 metros marcha	Juniores (Sub-20) Sub-23 Seniores Veteranas F 35 Veteranas F 40 Veteranas F 50	Feminino	2004 e 2003 2000; 2001 e 2002 Até 35 anos 35 a 39 anos 40 a 49 anos 50 anos e mais
16:45	5.000 metros marcha	Juniores (Sub-20) Sub-23 Seniores Veteranos M 35 Veteranos M 40 Veteranos M 50	Masculino	2004 e 2003 2000; 2001 e 2002 Até 35 anos 35 a 39 anos 40 a 49 anos 50 anos e mais

**5º** - As inscrições são gratuitas e deverão ser efetuadas até ao dia 10 de novembro de 2022 na plataforma: <https://www.fpacompeticoes.pt/>

**6º** - O Regulamento está igualmente disponível em: <https://www.fpacompeticoes.pt/>

**7º** - A organização entregará os “dorsais” a partir das 14h00 no secretariado a funcionar no Estádio Municipal de Alvaiázere. Sugerimos que tragam alfinetes. Os atletas deverão apresentar-se na Câmara de Chamada 5 minutos antes da hora prevista para a respetiva prova.

**8º** - O ajuizamento da prova será feito por membros do Painel de Juizes de Marcha do Conselho de Arbitragem da Associação Distrital de Atletismo de Leiria, com base no regulamento internacional de marcha atlética da World Athletics. Para qualquer protesto deve o mesmo ser efetuado até 30 minutos após a conclusão da prova a que o mesmo se refere.

**9º** - CLASSIFICAÇÕES - No Grande Prémio de Alvaiázere

**Individual** - por escalão etário, a partir da ordem de chegada.

**Coletiva** - Será obtida da seguinte forma: somatório dos pontos dos diversos escalões (1º = 10 pontos; 2º = 9 pontos; 3º = 8 pontos; ... 10º = 1 ponto. É ainda atribuído ponto a todos os atletas que terminem a sua prova.

**10º** - PRÉMIOS

**Individuais** - Para todos os escalões haverá troféus para os 3 primeiros (1º, 2º e 3º) e medalhas de participação para todos.

**Coletivos** - Troféus às 10 primeiras equipas.

Nesta edição serão atribuídos Prémios Monetários, “Acácio Peralta”, para as seguintes classificações:

<b>Absolutos (5km)</b>		Masc.	Fem.	<b>Coletivo Geral</b>	1º	100€
	1º	100€	100€		2º	75€
	2º	75€	75€		3º	50€
	3	50€	50€		4º	40€
					5º	35€

**11º** - A organização não se responsabiliza por quaisquer danos físicos, morais e materiais que ocorram com os participantes durante a realização das provas.

**12º** - No final da prova será servido um lanche a todos os participantes.

**13º** - Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

*"Participe, Assista e ajude a divulgar o Atletismo"*



## Colaboração / Apoios:



Município de  
**alvaiázere**  
Sorte em viver aqui.



## Juntas de Freguesia:

