



REGULAMENTO GERAL da 10ª PROVA DE ATLETISMO da VILA CARANGUEJEIRA



1º - **O GRUPO DE ATLETISMO DE CARANGUEJEIRA** leva a efeito no dia 21 de Novembro de **2021**, pelas **09:30** horas, o 10º grande prémio de atletismo da Vila da Caranguejeira, uma prova de estrada denominada **"10 km DA VILA DA CARANGUEJEIRA"**. A prova integra no campeonato distrital de estrada, organizado em parceria com a A.D.A.L.

2º - Poderão participar atletas federados maiores de 05 anos, desde que se encontrem de boa saúde e com preparação física apta a esforços. Recomenda-se vivamente aos participantes a realização de um controlo médico antes de decidirem participar na prova.

3º Os Escalões, Distâncias e Horários

Escalões	Data Nascimento	Distâncias	Horário
Benjamins Masculinos A	2013-2014-2015	500 m	09:30
Benjamins Femininos A			
Benjamins Masculinos B	2011 e 2012	800 m	09:40
Benjamins Femininos B			
Infantis Masculinos	2009 e 2010	1.200 m	09:50
Infantis Femininos			
Iniciados Masculinos	2007 e 2008	2.000 m	10:00
Iniciados Femininos			
Juvenis Masculinos	2005 e 2006	3.000 m	10:15
Juvenis Femininos			
Juniores Masculinos	2003 e 2004	10.000 m	10:30
Juniores Femininos			
Seniores Femininos	2002 e antes	10.000 m	
Seniores Masculinos			
Veteranas (F35)	35 a 39 anos	10.000 m	
Veteranos (M35)			
Veteranas (F40)	40 a 44 anos		
Veteranos (M40)			
Veteranas (F45)	45 e mais anos		
Veteranos (M45)	45 a 49 anos		
Veteranos (M50)	50 a 54 anos		
Veteranos (M55)	55 a 59 anos		
Veteranos (M60)	60 e mais anos		

4º - Em **todas as provas só poderão participar única e exclusivamente equipas filiadas numa das Associações de Atletismo Nacional, atletas individuais desde que federados em qualquer uma das Associações de Atletismo Nacional**, em representação de clubes, escolas e outros. É da única e exclusiva responsabilidade de cada participante avaliar a sua aptidão física e psíquica para realizar a prova.

5º - A participação no campeonato distrital de estrada implica obrigatoriamente a inscrição nos "10 km da Via da Caranguejeira".

6º - A prova principal terá um percurso de 10.000m devidamente aferido e certificado.

7º- **Local de partida.** As provas terão todas as partidas e chegadas junto à sede do Grupo Desportivo e Recreativo de Caldelas, situado junto à variante da Caranguejeira.

Coordenadas GPS 39° 43' 52.16" N ♦ 39.731026°
08° 42' 23.00" W ♦ -8.706347°

A prova de 10.000 m, será composta por uma volta maior com 6.250 m e uma volta mais pequena de 3.750 m, num circuito de estrada praticamente plano, por diversas localidades da freguesia da Caranguejeira.

Todas as provas serão controladas pela Organização, conjuntamente com os juizes da A.D.A.L., sendo punida com desclassificação qualquer tentativa de fraude.

É rigorosamente proibido o acompanhamento dos atletas através de qualquer meio motorizado ou mesmo a pé, sendo de referir que a não observância desta determinação implica a imediata desclassificação do (s) atleta (s) em causa.

8º - A Organização em colaboração das autoridades policiais (GNR), tentará impedir o tráfego na altura das provas, não se responsabilizando contudo, por qualquer acidente ocorrido durante a prova.

9º- As inscrições deverão ser enviadas única e exclusivamente por e-mail para:

[**gac-grupocaranguejeira@sapo.pt**](mailto:gac-grupocaranguejeira@sapo.pt)

Para o esclarecimento de qualquer dúvida deverá recorrer preferencialmente ao email acima referido, deixando um contacto telefónico, para que possa ser contactado mais rapidamente se for caso disso. A título excecional poderá ainda contactar, **apenas a partir das 19:30**, o Sr. Diamantino Lopes através do telemóvel 914 033 384 ou Sr. Nuno Casalinho através do nº 915 839 355.

As inscrições dos atletas dos escalões de Seniores, Veteranos (as) e Juniores terão de ser acompanhadas de pagamento de 10,00 euros por atleta até ao dia **14 de Novembro**; Inscrições de última hora terão um custo de 11.00€. Para equipas com mais de 10 atletas oferecemos a 11ª inscrição.

IBAN: PT50 5180.0004.00000409742.66

Apenas se garante T-shirt alusiva ao evento para os primeiros 200 atletas inscritos na prova principal e apenas poderão escolher o tamanho da T-shirt os inscritos até ao dia 14 de Novembro. **As inscrições só se consideram validas após o respetivo pagamento.**

Haverá uma caminhada com início as 10:30 horas (Depois de partir a prova principal)

O valor da inscrição é de 9,00 euros, com direito a T-Shirt, Água e refeição leve para todos os caminheiros (para grupos de 10 fica a 8.00€ cada inscrição)

10º - ABASTECIMENTOS:

Para a prova principal (10 km), haverá um posto de abastecimento (água) aproximadamente aos 5 km e outro a chegada a meta.

11º - PRÉMIOS individuais:

Benjamins (A/B) Infantis/Iniciados/Juvenis		Juniores Masculinos e Femininos	
1º	Taça / Troféu	1º	Taça / Troféu
2º	Taça / Troféu	2º	Taça / Troféu
3º	Taça / Troféu	3º	Taça / Troféu

Veteranos (as)		Seniores Masculinos e Femininas	
1º	Taça / Troféu	1º	Taça / Troféu
2º	Taça / Troféu	2º	Taça / Troféu
3º	Taça / Troféu	3º	Taça / Troféu

Todos os atletas chegados á meta, receberão prémios de presença.

Haverá prémios monetários para os três primeiros atletas da Classificação Geral Masculino/Feminino

Grande Prémio de atletismo da Vila da Caranguejeira			
Masculino (10.000m)		Feminino (10.000m)	
1º	Taça / Troféu + 30.00€	Taça / Troféu + 30.00€	
2º	Taça / Troféu + 25.00€	Taça / Troféu + 25.00€	
3º	Taça / Troféu + 20.00€	Taça / Troféu + 20.00€	

12º - PRÉMIOS Coletivos:

Para a classificação coletiva, do Grande Prémio (10.000 m), contarão os primeiros 4 atletas chegados de cada equipa, (independentemente do escalão e sexo), sendo atribuídos pontos de acordo com os lugares obtidos, sendo 1 ponto para o 1º, 2 pontos para o 2º e assim sucessivamente, ganhando a equipa que somar menos pontos. Em caso de empate será vencedora a equipa cujo último elemento pontuável termine mais próximo do primeiro lugar. Haverá prémios para as cinco primeiras equipas.

Equipa	Premio (Apenas para os 10.000m)
1º	Taça / Troféu + 80.00€
2º	Taça / Troféu + 60.00€
3º	Taça / Troféu + 40.00€

Haverá ainda um prémio extra para premiar os 5 atletas mais rápidos (independentemente do escalão e sexo), que cumpram a prova com tempos inferiores ao minimos abaixo descritos.

10 km da Vila da Caranguejeira	
Tempo de prova inferior a:	Premio
29':59"	50.00€ + 1 inscrição gratuita no Trail do Pinheiro Manso *
30':59"	40.00€ + 1 inscrição gratuita no Trail do Pinheiro Manso *
31':59"	30.00€ + 1 inscrição gratuita no Trail do Pinheiro Manso *
32':59"	20.00€ + 1 inscrição gratuita no Trail do Pinheiro Manso *
33':59"	1 inscrição gratuita no Trail do Pinheiro Manso *

* Inscrição na proxima edição do Trail do Pinheiro Manso, prova organizada pelo GAC.

A classificação coletiva dos escalões jovens é feita com base no somatório do conjunto dos vários escalões (de benjamins a juvenis). Os pontos serão atribuídos aos atletas da seguinte forma: 10 pontos

para o primeiro, 9 pontos para o segundo e assim sucessivamente. Ganha a equipa que obtiver mais pontos. Haverá prémios para as três primeiras equipas.

Equipa	Premio
1º	Taça / Troféu
2º	Taça / Troféu
3º	Taça / Troféu

Os prémios monetários individuais e coletivos só serão entregues aos próprios, os atletas que não se encontrarem presentes na sessão protocolar de entrega dos prémios perdem o direito aos mesmos. A entrega de prémios será realizada após o término de todas as provas de todos os escalões (incluídos os da formação). **Se possível, para os escalões de formação a entrega dos prémios ocorrerá no decorer da prova principal.**

13º - A Organização reserva-se o direito de realizar outro tipo de classificações, extra regulamento.

14º - A Organização oferece uma refeição leve aos participantes de todas as provas. Dentro do saco haverá uma senha a apresentar no acto.

15º - Os casos omissos serão resolvidos pela organização em conformidade com o regulamento da F.I.A.A., e deles não haverá recurso.

16º - A participação na prova implica por parte do atleta, a total aceitação do presente regulamento.

17º - Proteção dos Dados

Ao inscrever-se na prova, aceita que os dados pessoais, possam ser guardados e tratados pelo GAC, para o envio de informações comerciais e de marketing, sobre este e outros eventos.

Diretor Técnico

A prova de atletismo será acompanhada pelo Diretor Técnico Nuno Casalinho.

Caranguejeira, 21 de Outubro de 2021

O Presidente da Direção
Diamantino Lopes