



## **ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE LERIA**

Estádio Municipal de Leiria – Apartado 552

Ec Marrazes - 2416- 904 Leiria

Telef. 244 827 580 Fax 244 812 972

E-mail: [assleiria@adal.pt](mailto:assleiria@adal.pt)

[www.adal.pt](http://www.adal.pt)

# **ÉPOCA 2023 / 2024**

## **PARECER Nº 26 SOBRE PROVA DE ATLETISMO**

Nome da Prova: 32º Grande Prémio Atletismo Bajouca Circuito Meio Fundo ADAL 2024

Organização: Grupo Alegre e Unido – Bajouca

Local da Realização: Bajouca - Leiria

Data da Realização: 5 de maio de 2024

### **PARECER:**

Face ao regulamento apresentado e que se anexa, depois de devidamente analisado, a Associação Distrital de Atletismo de Leiria concede o **parecer favorável** à realização da prova acima referida, pelo que o Organizador se obriga a realizá-la de acordo com o estabelecido no Regulamento.

### **NOTA:**

Compromete-se igualmente a garantir a presença da assistência médica necessária, das forças de segurança e da contratação dos Seguros de Acidentes Pessoais e Responsabilidade Civil obrigatórios por lei.

Data: 2 de janeiro de 2024



A Direção da ADAL  
(Miguel Saraiya)



# Grupo Alegre Unido

## 32º Grande Prémio Atletismo Bajouca Circuito Meio Fundo ADAL

### REGULAMENTO

O Departamento de Atletismo do Grupo Alegre e Unido – Bajouca, vai realizar no **dia 5 de Maio de 2024 o 32º Grande Prémio de Atletismo Bajouca - Medicis**, com partida e meta no Largo da Feira dos 13 - Bajouca. A prova principal tem a distância de 10km, um traçado que percorre as ruas da freguesia (distância homologada pela FPA).

Há a prova aberta de 5 km para todos (com idade de Juniores/Seniores/Veteranos), sem prémios mas cronometrada e com classificação absoluta. Haverá um **Prémio a anunciar** para a equipa com mais atletas chegados à meta na prova principal/prova aberta (10 000 Distância Homologada FPA e 5 000m).

Haverá a **20ª Volta à Bajouca**, com NOVO PERCURSO, maioritariamente na Natureza.

As classificações são feitas através de chip electrónico, empresa Recorde Pessoal.

#### 1. Condições de participação

**1.1.** Nesta provas podem participar, atletas federados, em representação de Clubes, Escolas, INATEL ou individualmente. Os atletas sem seguro desportivo deverão fazer menção desta condição, no momento da inscrição para que a organização possa efetuar o seguro, sendo o valor de 1€. A organização não se responsabiliza pelos atletas que não informem a mesma deste facto.

#### 2. Aptidão física e seguro desportivo

**2.1.** Da aptidão física dos atletas serão responsáveis os clubes ou entidades que os inscreverem. No entanto, a organização garantirá a presença dos Bombeiros de Voluntários de Monte Redondo.

**2.2.** A organização declina qualquer responsabilidade com a eventual participação de atletas que não possuam seguro desportivo.



**2.3.** A competição terá um seguro destinado a eventos desportivos, sendo o número da apólice anunciado brevemente.

### 3. Prémios

**3.1.** Os prémios serão distribuídos da seguinte forma:

Escalão	Prémios
Benjamins a Juvenis M/F	Medalhão em Barro aos 3 primeiros
Juniores M/F	Troféu em Barro aos 3 primeiros
Séniore F	Troféu em Barro aos 3 primeiros
Vet F35, F40, F45, F50, F55, F60, F65	Troféu em Barro aos 3 primeiros
Séniore M	Troféu em Barro aos 3 primeiros
Vet M35, M40, M45, M50, M55, M60, M65	Troféu em Barro aos 3 primeiros
Equipa Masculina 3 elementos	Troféu em Barro aos 3 primeiros
Equipa Feminina 3 elementos	Troféu em Barro aos 3 primeiros

**3.2.** Na classificação por equipas na Prova principal (10 000m), contam os 3 primeiros na classificação masculina, conjunto de Seniores/Veteranos) chegados à meta.

Na classificação Coletiva Feminina (conjunto Seniores e Veteranos), contam as três primeiras atletas chegadas à meta. Vencendo a equipa que somar menor número de pontos.

Na prova aberta dos 5km, há prémios para os 3 primeiros da geral de cada género.

**3.3.** Prémio às 3 primeiras equipas da prova principal (10.000m).

**3.4.** A equipa com mais atletas Juniores/Séniore/Veteranos de ambos os sexos a terminar a prova principal/prova aberta ganhará um **Prémio a anunciar**.

**3.5.** Os prémios dos escalões jovens são entregues logo que acabar a corrida correspondente. Na prova aberta, Juniores, Séniore e Veteranos, é entregue pelas 11H45 no Largo dos 13 ou assim que terminarem todos os atletas.

### 4. Percurso

**4.1.** Partida na Rua do Loural, seguir pela Rua 2 de Fevereiro, virar à esquerda na Rua do Regedor, entrar à esquerda na Rua dos Voluntários 25 de Novembro, em direcção ao local de partida, voltando a repetir a volta de 1,3km, ao chegar novamente à Rua dos Voluntários 25 de Novembro seguir em frente, de seguida Rua 17 de Dezembro, virar ao lado esquerdo na Rua do Cemitério, Largo da Igreja e regressa à Rua dos Voluntários 17 de Dezembro. Entrar na Rua dos Salgueiros, seguir pela direita na Estrada M351 1 em direcção a Martin Godim, virar novamente à direita entrando na Rua dos Voluntários 25 de Novembro com chegada na Rua do Loural.

Ver imagem do percurso no final do documento.



**4.2.** Nos escalões de Juniores masculinos/femininos bem como os **atletas da Prova Aberta de 5 km** seguem para a meta quando cruzarem pela **terceira vez a rotunda da Bajouca**, no local estará uma placa a indicar o sentido.

## 5. Escalões e Horários

Hora	Escalão	Data/anos	Distância
9H30	Juniores M/F	2005/2006	5.000 metros
	Prova Aberta	2004 e anos anteriores	
	Séniiores F	2004 e anos anteriores	10.000 metros
	Veteranas F35,40,45,50,55,60,+65	5 em 5 anos	
	Seniores M	2004 e anos anteriores	
	Veteranos M35,40,45,50,55,60,+65	5 em 5 anos	
10H30	Benjamins A M/F	2015/2016/2017	600 metros
10H35	Benjamins B M/F	2013/2014	
10H40	Infantis M/F	2011/2012	1.300 metros
10H50	Iniciados M/F	2009/2010	1.700 metros
11H00	Juvenis M/F	2007/2008	2.600 metros

**5.1** A Prova principal (10Km) tem a tolerância de 60 min, ultrapassado o tempo limite o atleta não terá classificação.

**5.2.** É considerada a idade até ao dia da prova, em caso de dúvida será pedido a identificação para atletas séniores e veteranos.

**5.2 A caminhada terá início às 09H30** no Largo dos 13 da Bajouca.

**5.3** Não haverá chamada para os atletas, pelo que deverão concentrar-se junta à partida na hora estipulada. Serão desclassificados os atletas que chegarem à meta sem o dorsal.

## 6. Inscrições

**6.1.** As inscrições tanto para a corrida ou caminhada são feitas **OBRIGATORIAMENTE** através do site [recordepessoal.pt](http://recordepessoal.pt)

	Até 29/04 (23h59)	De 30/04 a 01/05 (23H59)
Participação Corrida	<b>10€</b>	<b>12€</b>
Participação Caminhada	<b>8€</b>	<b>10€</b>

Atletas não federados ou sem seguro acresce valor de inscrição 1€.

Caso queira t-shirt, acresce 4€. Técnica, cor amarela.

**6.2.** Não serão aceites inscrições sem ser pela plataforma.



**6.3.** As inscrições para a caminhada têm os mesmos prazos e valores de inscrição. Feito obrigatoriamente na plataforma online.

**6.4** O levantamento dos dorsais será no dia 5 de Maio entre as 7H30 e 8H30, encerrando o secretariado 1 hora antes da corrida principal.

## 7. Classificações

**7.1.** As classificações serão divulgadas assim que estiverem concluídas através do site <http://www.recordepessoal.pt/paginalnicial>

## 8. Diversos

**8.1.** O júri será da inteira responsabilidade da Comissão Distrital de Juizes, Árbitros e Cronometristas do Distrito de Leiria. Os casos omissos neste Regulamento são analisados e resolvidos pela organização da prova, não havendo recurso da sua decisão.

**8.2.** A meio do percurso sensivelmente haverá um posto de abastecimento.

**8.3.** Há banhos no Pavilhão Gimnodesportivo da Bajouca.

## Croqui



Percurso dos seniores e veteranos.

Diretor técnico da prova: Rui Ferreira

Bajouca, 15 Dezembro 2023

