



REGULAMENTO GERAL

1.º

A Associação Recreativa Cultural e Desportiva de Mendiga, organiza no dia **24 de Novembro de 2019 pelas 11.00 horas**, o **“32º Grande Prémio de Atletismo de Mendiga”**, com a distância de 16.600 metros.

2.º

Poderão participar atletas de qualquer género, nascidos em 2001 e anos anteriores, desde que gozem de boa saúde e que se encontrem com preparação física e aptos a longos esforços, havendo contudo apoio médico, responsabilizando-se a *A.R.C.D. de Mendiga*, pelo que está legislado ao que diz respeito ao Seguro Desportivo “Dec-Lei nº 1346/93 de 93.04.26”.

3.º

O valor das inscrições será de € 7,00 (sete euros) até dia 15 de Novembro, após essa data passará a € 8,00 (oito euros) e terminará dia 22 de Novembro. Aos atletas federados na ADAL, as inscrições terão um custo de € 6,00 (seis euros). As inscrições estarão a cargo da recordepessoal.pt, para aceder à sua plataforma basta ir a www.recordepessoal.pt, onde após preencher todos os campos do formulário receberá uma entidade e referência. Após confirmação da mesma, receberá um e-mail de confirmação e dorsal atribuído. Informações sobre inscrições ou pagamentos poderão contactar via e-mail para, geral@recordepessoal.pt Informações sobre o evento poderão contactar a A.R.C.D. de Mendiga pelo e-mail, arcdmendigatletismo@gmail.com.

4.º

Não existirá chamada aos atletas, sendo estes informados pela aparelhagem sonora do tempo que falta para o início da prova.

5.º

A partida e chegada são no recinto da *A.R.C.D. de Mendiga*, passando pelas seguintes localidades: MENDIGA, MARINHA DA MENDIGA, LAGAR NOVO, MATO VELHO E SERRO VENTOSO. Com retorno pelo mesmo percurso.

6.º

A prova é disputada numa corrida única para todos os escalões sendo consideradas as seguintes categorias de Atletas:





MASCULINOS

SENIORES – Nascidos em 99 e anos anteriores;

VET.M. – 35 Idades entre os 35 e 39 anos;

VET.M. – 40 Idades entre os 40 e 44 anos;

VET.M. – 45 Idades entre os 45 e 49 anos;

VET.M. – 50 Idades entre os 50 e 54 anos;

VET.M. – 55 Idades entre os 55 e 59 anos;

VET.M. – 60 Idades entre os 60 e 64 anos;

VET.M. – 65 Idades superiores a 65 anos.

Conta a data do dia da prova.

FEMININOS

SENIORES – Nascidos em 99 e anos anteriores (20 anos);

VET.F. – 35 Idades entre os 35 e 39 anos;

VET.F. – 40 Idades superiores a 40 anos.

Conta a data do dia da prova.

7.º

Haverá também provas extra para Benjamins A (nascidos em 2010, 2011 e 2012) Benjamins B (nascidos em 2009 e 2008) e Infantis (nascidos em 2006 e 2007) e para iniciados (nascidos em 2004 e 2005), femininos e masculinos. Com partida às 10:00 horas, com a distância de 1.000 metros.

Haverá troféus para os 3 primeiros de cada escalão e lembranças para todos os atletas chegados à meta.

8.º

A Organização em colaboração com as autoridades controlará o tráfego na altura da prova, embora não o possa eliminar totalmente, pelo que se aconselha a máxima prudência, não se responsabilizando a organização pelos acidentes que os participantes possam vir a sofrer.

9.º

Qualquer tentativa de encurtar a distância será punida com DESCLASSIFICAÇÃO. Para esse efeito, serão montados sistema de controlo ao longo do percurso.

10.º

A prova irá ter um tempo limite de 2:30 horas.





Associação Recreativa, Cultural e Desportiva de Mendiga

NIF: 501 822 089 * Estatuto de Utilidade Pública * Despacho nº 28940/2008 DR 2ª Série - Nº 219 de 11-11-2008

Rua Principal, nº 110 * 2480 - 215 Mendiga * Tel. 244 450 414 * email: arcdmendiga@hotmail.com

11.º

Serão montados postos de abastecimento ao longo do percurso.

12.º

Haverá prémios até ao 10º classificado da geral. Para os três primeiros classificados de cada Escalão. Para as melhores 5 Equipas, somando o nº de ordem de chegada à meta de cada um dos 3 melhores atletas de cada Equipa e Prémio para o Atleta mais idoso que termine a prova. Prémio para a equipa com mais Atletas chegados à meta com o tempo inferior a 1h 10 minutos.

13.º

Todos os casos omissos serão resolvidos pela organização, que utilizará critérios de imparcialidade e justiça.

14.º

O Atleta ao inscrever-se tem pleno conhecimento do conteúdo do REGULAMENTO, não havendo direito a qualquer RECLAMAÇÃO OU PROTESTO, após a inscrição.

Mendiga, 17 de setembro de 2019

O Diretor técnico

(António Manuel Amado Narciso)



Associação Recreativa, Cultural e Desportiva de Mendiga

NIF: 501 822 089 * Estatuto de Utilidade Pública * Despacho nº 28940/2008 DR 2ª Série - Nº 219 de 11-11-2008

Rua Principal, nº 110 * 2480 - 215 Mendiga * Tel. 244 450 414 * email: arcdmendiga@hotmail.com