



CLUBE RECREATIVO AMIEIRINHENSE

5º G.P. DE ATLETISMO DA AMIEIRINHA MARINHA GRANDE

Regulamento Geral da Prova

- 1º O Clube Recreativo Amieirinhense vai organizar o 5º Grande Premio de Atletismo da Amieirinha no dia 26 de Setembro de 2015 pelas 17 horas, integrado nas comemorações do aniversário do Clube.
- 2º Na prova podem participar atletas filiados ou não filiados, em representação de clubes, escolas e outros, cabendo a cada um a responsabilidade da sua aptidão física e moral. No entanto, de acordo com o Dec. Lei. Nº 146/93 de 26 de Abril, a organização providenciará um seguro temporário abrangendo somente os atletas não filiados que declarem essa situação no momento da inscrição.
- 3º A prova terá os seguintes escalões (idade no dia da prova);

SENIORES MASCULINOS – atletas com menos de 35 anos
VETERANOS M35 - atletas com idade entre os 35 e os 39 anos
VETERANOS M40 - atletas com idade entre os 40 e os 44 anos
VETERANOS M45 - atletas com idade entre os 45 e os 49 anos
VETERANOS M50 - atletas com idade entre os 50 e os 54 anos
VETERANOS M55 - atletas com idade entre os 55 e os 59 anos
VETERANOS M60 - atletas com idade entre os 60 e os 64 anos
VETERANOS M65 – atletas com mais de 65 anos
SENIORES FEMININOS - atletas com menos de 35 anos
VETERANAS F35 – atletas com idade entre os 35 e os 44anos
VETERANAS F45 – atletas com mais de 45 anos

- 4º Esta prova terá um percurso sempre percorrido em estrada num circuito de 2 voltas com cerca de 4800 metros perfazendo um total de 9600 metros. Cada volta tem o seguinte percurso; Partida no Clube Recreativo Amieirinhense, seguindo pela EN 242 até ao nó de ligação à A8 (cerca de 1800mt), depois volta-se para trás até ao Elefante Azul (cerca de 800 mt), seguindo pela esquerda na Rua 1º de Dezembro até ao Lavadouro da Amieirinha (cerca de 1000mt), virando novamente à esquerda pela Rua do Ribeiro da Amieirinha até à Rua dos Eucaliptos (cerca de 300mt), vira-se no cotovelo à direita para a Rua Catarina Eufémia e segue-se para a Meta/Partida (cerca de 900mt). Pode-se considerar um percurso rápido e sem subidas.
- 5º Haverá abastecimento quando se completar a primeira volta.
- 6º Condições de inscrição: NOME / DATA NASCIMENTO/ BI OU CC (NÃO FEDERADO)
» as inscrições só serão aceites se forem enviadas por email para prova.amieirinha@hotmail.com e acompanhadas do comprovativo de transferência bancaria (NIB; 518000050000050063733)

ATÉ DIA 20/09/2015

FEDERADO – 6€ - NÃO FEDERADO – 7.5€

- 7º A prova será controlada pela Organização, conjuntamente com os juizes da A.D.A.L, sendo punida com desclassificação qualquer tentativa de fraude.
- 8º Todos os atletas deverão fazer o levantamento dos dorsais na Sede do Clube a partir das 13h00 até as 16h30m. Não haverá chamada dos atletas, pelo que se deverão concentrar junto à partida às 16:45.
- 9º Os atletas não podem trocar de escalão, pelo que serão classificados no escalão inscrito desde que este corresponda à sua idade.
- 10º A classificação coletiva é feita pela classificação geral individual, pontuando os primeiros quatro atletas, independentemente do escalão e género a que pertencem (1º = 1 ponto, 2º = 2 pontos, e assim sucessivamente), ganhando a equipa que somar menos pontos. Em caso de empate, ganha a equipa que fechar primeiro.
- 11º A lista de prémios será a seguinte;

	GERAL MASC	GERAL FEM	SENIOR MASC/FEM VET M35/ M40/ M45/ M50/ M60/ M65 VET F35/ F45	EQUIPAS
1º	100€	100€	TROFEU EM VIDRO	TROFEU EM VIDRO
2º	70€	70€	TROFEU EM VIDRO	TROFEU EM VIDRO
3º	50€	50€	TROFEU EM VIDRO	TROFEU EM VIDRO
4º	30€	30€	TROFEU EM VIDRO	TROFEU EM VIDRO
5º	20€	20€	TROFEU EM VIDRO	TROFEU EM VIDRO
6º	10€	10€		TROFEU EM VIDRO
7º/10º	««««««	««««««		TROFEU EM VIDRO
(Haverá lembrança da prova para todos os atletas chegados á meta e Lanche – SOPA DA PEDRA - durante a entrega de prémios)				
T'SHIRT TECNICA PARA TODOS ATLETAS A TERMINAR A PROVA				
1 PRESUNTO P/ A EQUIPA COM MAIS ATLETAS QUE TERMINEM A PROVA				

- 12º Todos os casos omissos serão resolvidos pela Organização, que utiliza critérios de imparcialidade e justiça, apoiada nos regulamentos da Associação internacional de federações de atletismo.
- 13º A organização reserva-se no direito de atribuir outros prémios à classificação da prova.
- 14º Haverá duche no Estádio Municipal da Marinha Grande, que fica a cerca de 500 mt da Sede do Clube.
- 15º A entrega dos prémios será feita a partir das 18H30 na coletividade.
- 16º A segurança será feita pela PSP da Marinha Grande conjuntamente com a organização e haverá uma ambulância no local da prova.



CLUBE RECREATIVO AMIEIRINHENSE

Diretor Técnico da prova: Virgílio Duarte Bastos

Informações; TLM – 918159539 / EMAIL – cra_atletismo@hotmail.com

APOIOS;



5º G.P. DE ATLETISMO DA AMIEIRINHA MARINHA GRANDE

1ª CAMINHADA DA AMIEIRINHA

1. O CR Amieirinhense vai organizar a sua 1ª Caminhada da Amieirinha em conjunto com o 5º GP de Atletismo da Amieirinha no dia 26-09-2015 pelas 17h05.
2. A caminhada tem aproximadamente 7km partindo logo após o início do Grande Premio.
3. As inscrições têm que ser efetuadas para caminhada.amieirinha@hotmail.com, 918159539 ou 914011650 e acompanhada do respetivo pagamento até ao dia 20-09-2015.
4. A taxa de inscrição é de 4€ para o NIB – **518000050000050063733**
5. Haverá T-shirt Técnica de oferta em cada inscrição e Sopa da Pedra durante a entrega dos prémios do Grande Premio de Atletismo.
6. Não havendo dorsal/peitoral para a caminhada, a organização solicita o uso da T-shirt durante o percurso. A t-shirt terá que ser levantada no secretariado da prova a partir das 14h00 até as 16h45.

