



# Grupo Alegre Unido

## 26º Grande Prémio Atletismo Bajouca



### REGULAMENTO

O Departamento de Atletismo do Grupo Alegre e Unido – Bajouca, vai realizar no **dia 01 de Maio de 2016 o 26º 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, igual aos últimos dois anos.

A novidade recai para a prova aberta de 4,7 km para todos, sem prémios mas cronometrada e com classificação absoluta. Haverá um **Vale de Desconto de 100€ em refeições** no Restaurante Ká-Te-Kero para a equipa com mais atletas chegados à meta na prova principal/prova aberta (10 000 e 4 700m).

Informações: [gpatletismo@gmail.com](mailto:gpatletismo@gmail.com), [Facebook Grupo Alegre Unido Atletismo](#)

#### 1. Condições de participação

**1.1.** Nesta prova podem participar, atletas federados e não 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 (acordo com a seguradora Fidelidade Seguros). A organização não se responsabiliza pelos atletas que não informem a mesma deste facto.

**1.2.** Os atletas não filiados na ADAL deverão ser portadores do Cartão de Cidadão ou Bilhete de Identidade, para o caso de dúvida na idade.



**Ka-Te-Kero**



## 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.

## 3. Prémios

3.1. Os prémios serão distribuídos da seguinte forma:

Escalão	Prémios
Benjamins a Juvenis M/F	Troféu em Barro aos 3 primeiros
Juniores M/F	Troféu em Barro aos 3 primeiros
Séniiores e Veteranas F	Troféu em Barro aos 3 primeiros
Séniiores M	Troféu em Barro aos 5 primeiros
Veteranos M35, M45, M50, M55	Troféu em Barro aos 3 primeiros

3.2. Na classificação por equipas na Prova principal (10 000m), contam os 4 primeiros atletas (Seniores e Veteranos Masc/Fem) chegados à meta, vencendo a equipa que somar menor número de pontos. Na classificação por equipas nos escalões jovens, contam para a mesma os escalões de benjamins a juniores. Contam os 10 primeiros atletas chegados à meta em cada escalão, com a seguinte forma de pontuação: 10 pontos para o 1º; 9 para 2º; 8 para o 3º; assim sucessivamente até ao 10º a quem será atribuído 1 ponto. Será vencedora a equipa que tiver maior número de pontos no conjunto destes escalões. Em caso de empate ganhará a equipa que fechar primeiro. Não há prémios para a prova aberta dos 4,7km, apenas classificação.

3.3. Prémios para as 3 primeiras equipas nos escalões jovens (Benjamins a Juniores) e prémio às 10 primeiras equipas da prova principal (10 000m).

3.4. A equipa com mais atletas Juniores/Séniiores/Veteranos de ambos os sexos a terminar a prova principal/prova aberta ganhará um **Vale de Desconto de 100€ no Restaurante Ká-Te-Kero**. O vale terá de ser gasto numa só vez, num dia à escolha até dia 31 de Maio, exceto no próprio dia e domingos.



#### 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, virar na Rua da Varanda Antiga 15, se seguida entrar no caminho de terra batida em direção à Pista de Corta-Mato do Grupo Alegre e Unido, regresso à estrada Travessia das Pedras, continuar na Rua Campo de Futebol, virar para o lado direito na Rua dos Voluntários 25 de Novembro, 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 direção 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 4,7 km** seguem para a meta quando cruzarem pela **segunda 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 <b>Prova Aberta</b>	1997/1998	4700 metros
	Séniore F	1996 e anteriores	10 000 metros
	Veteranas F35	Mais de 35 anos	
	Seniores M	1996 e anos anteriores	
	Veteranos M35	35 aos 39 anos	
	Veteranos M40	40 aos 44 anos	
	Veteranos M45	45 aos 49 anos	
	Veteranos M50	50 aos 54 anos	
	Veteranos M55	55 e mais	
10H30	Benjamins A M/F	2007/2008/2009	600 metros
10H35	Benjamins B M/F	2005/2006	
10H40	Infantis M/F	2003/2004	1300 metros
10H50	Iniciados M/F	2001/2002	1700 metros
11H00	Juvenis M/F	1999/2000	3300 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 09H35** no Largo dos 13 da Bajouca, podendo participar todos os escalões.

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

## 6. Inscrições

**6.1.** As inscrições tanto para a corrida ou caminhada são feitas **OBRIGATORIAMENTE** através do preenchimento do [formulário](#) ou através do Café do Grupo Alegre Unido (Bar das Piscinas). As inscrições serão apenas **validadas após o envio de comprovativo** da transferência para o *email* [gpatletismo@gmail.com](mailto:gpatletismo@gmail.com) Transferência para o **NIB PT50 0045 3114 4018 1644 8789 2** (Crédito Agrícola).

	Até 10/04 (23h59)	De 11/04 a 25/04
Participação	<b>7€</b>	<b>10€</b>

Atletas não federados acresce valor de inscrição 1€.

**6.2.** Não serão aceites inscrições sem ser pelo [formulário](#), é necessário o envio de comprovativo, pois a inscrição só é confirmada após envio do mesmo.

**6.3.** As **inscrições para a caminhada** têm os mesmos prazos e valores de inscrição. As inscrições da caminhada são feitas através do *email* [gpatletismobajouca@gmail.com](mailto:gpatletismobajouca@gmail.com) ou através do Café Bar das Piscinas, sendo necessário o nome e contatos *email* ou telefone.

**6.4 O levantamento dos dorsais** é no dia 30 de Abril na **Clínica Medicis** (Largo das Feira dos 13) entre as 18H00 e 20H00 e no dia 1 de Maio entre as 7H30 e 8H30, **encerrando o secretariado 1 hora antes.**

## 7. Classificações

**7.1.** As classificações serão divulgadas assim que estiverem concluídas através dos sites <http://www.adal.pt/>, [Bajouca.org](http://Bajouca.org) e <https://www.facebook.com/GrupoAlegreUnidoAtletismo?ref=hl>

**7.2.** A partir do momento da divulgação das classificações são aceites reclamações via *email* ([gpatletismobajouca@gmail.com](mailto:gpatletismobajouca@gmail.com)) num período de 48h.



## 8. Diversos

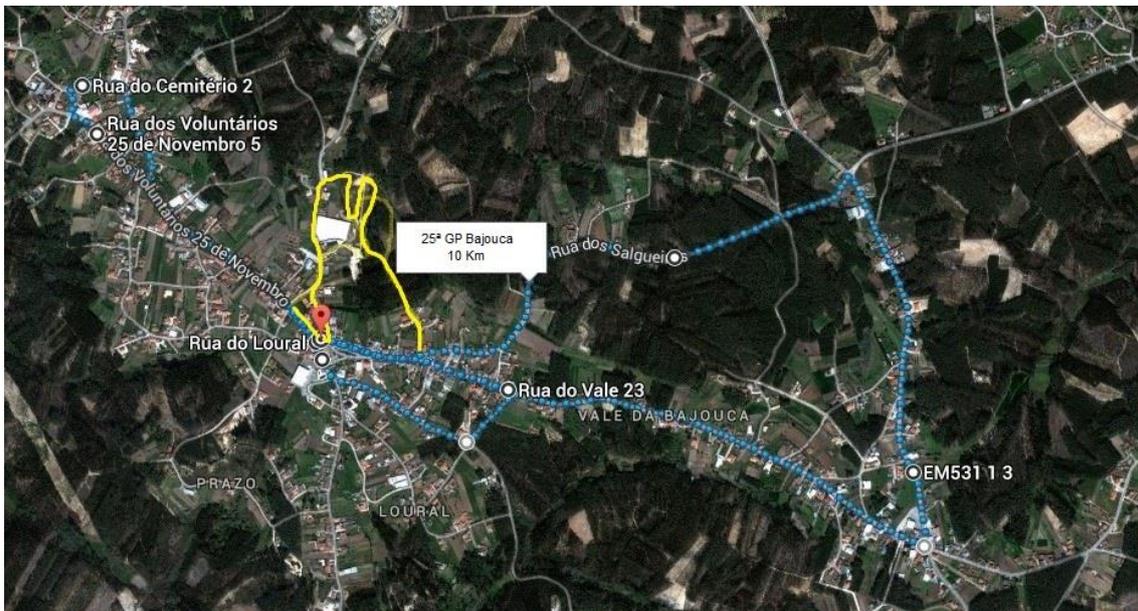
**8.1.** O júri será da inteira responsabilidade da Comissão Distrital de Juízes, Árbitros e Cronometristas do Distrito de Leiria. Os casos omissos neste Regulamento são analisados e resolvidos pela organização da prova, não havendo recurso da sua decisão.

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

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

**8.4.** Contatos: [gpatletismo@gmail.com](mailto:gpatletismo@gmail.com)

## Croqui



Percurso dos séniores e veteranos. A parte do percurso traçado a amarelo, refere-se à parte do Corta-Mato.

Diretor técnico da prova: Adelino Santos

Bajouca, 15 Março 2016

A ORGANIZAÇÃO

