

REGULAMENTO GERAL

1.º

A *Associação Recreativa Cultural e Desportiva de Mendiga*, organiza no dia 29 de Novembro de 2015, pelas 11.00 horas, o “28.º Grande Prémio de Atletismo de Mendiga”, com a distância de 15.700 metros.

2.º

Poderão participar atletas de qualquer sexo, nascidos em 96 e anos anteriores, desde que gozem de boa saúde e que se encontrem com preparação física apta 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 “Decreto-Lei n.º 146/93 de 93.04.26”.

3.º

As inscrições só serão aceites até ao dia 20 de Novembro de 2015, data dos C.T.T., para a XISTARCA, Lda. Calçada da Tapada, 71A 1349-012 Lisboa, acompanhadas de cheque ou vale de correio no valor de € 5,00 (cinco euros), por atleta. A partir deste dia o valor de inscrição será de € 7,00 (sete euros), até ao dia 27 de Novembro, data limite das inscrições.

Para atletas federados, a taxa de inscrição terá o custo único de € 5,00 (cinco euros), durante todo o período de inscrições.

Informações pelos telefones: 244 450 414 a partir das 20.00 horas, Fax 244 450 794,

E-mail: arcdmendiga@hotmail.com ou para a Xistarca e-mail: geral@xistarca.pt

4.º

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

5.º

A partida e a chegada são no recinto da *A.R.C.D. de Mendiga*, passando pelas seguintes localidades: MENDIGA, CABEÇA VEADA, BEMPOSTA, ARRIMAL, ARRABAL, ALQUEIDÃO DO ARRIMAL, CASAIS DO CHÃO E MARINHA DA MENDIGA.

... / ...

6.º

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

MASCULINOS

SENIORES - Nascidos em 96 e anos anteriores

VET.M. - 35 Idades entre os 35 e 39 anos (No dia da Prova).

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 “

FEMININOS

SENIORES - Nascidos em 96 e anos anteriores

VETERANAS F 35 - A Partir dos 35 anos e 39 anos (no dia da prova)

VETERANAS F 40 - A Partir dos 40 anos (No dia da prova).

7.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.

8.º

Qualquer tentativa de encurtar a distância será punida com **DESCCLASSIFICAÇÃO**. Para esse efeito, serão montados sistemas de controlo ao longo de todo o percurso.

... / ...

9.º

Serão montados postos de abastecimento ao longo do percurso.

10.º

Haverá prémios até ao 10º classificado da Geral. Para o 1º ao 3º 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 a/o Atleta mais idoso que termine a prova.

Prémio para a equipa com mais Atletas chegados à meta com tempo inferior a 1 Hora e 10 minutos.

11.º

Todos os casos omisos serão resolvidos pela Organização, que utilizará critérios de imparcialidade e justiça.

12.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, 14 Setembro de 2015

O Diretor da prova

José Abreu