

A Adal, com o apoio do Município de Leiria, irá promover no próximo dia 23 de Agosto de 2015 a 1ª Léguas da Praia do Pedrogão.

1 - A Léguas, terá início e chegada junto da Arena do Desporto e será percorrida sempre no areal.

2- A prova é aberta a todos os que desejam participar filiados na FPA, INATEL ou Populares em representação Individual ou coletiva.

Hora	Escalão	Data/anos	Distancia
10H00	Juvenis M/F	1998/1999	Léguas (5.000 metros)
	Juniores M/F	1996/1997	
	Séniore M/F	1995 e anteriores	
	Veteranas F35	Mais de 35 anos	
	Veteranas F45	Mais de 45 anos	
	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 aos 59 anos	
	Veteranos M60	Mais de 60 anos	

3- Não haverá câmara de chamada para os atletas, pelo que deverão concentrar-se junto à partida 5 minutos antes da hora estipulada.

4- Prémios,

- Saco lembranças para as primeiras 200 inscrições
- Prémio para os 3 Primeiros por escalão
- Troféu às 5 primeiras equipas
- Troféu para a equipa mais numerosa

Na classificação por equipas, contam os 4 primeiros atletas chegados à meta, vencendo a equipa que somar menor número de pontos.



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

5- Da aptidão física dos atletas serão responsáveis os clubes ou entidades que os inscreverem ou os próprios, no caso de se inscreverem como individuais.

No entanto, o seguro Desportivo aos atletas não federados será assegurado pela organização desde que mencionem na inscrição a inexistência do mesmo.

6 - Haverá pontos de controlo ao longo do percurso.

7 - A organização declina toda a responsabilidade de danos que a participação da corrida possa causar, quer aos concorrentes a si mesmos, quer a terceiros, incluindo elementos estranhos à Organização. Os participantes obrigam-se a seguir as indicações do Júri da prova.

8 - Todos os casos omissos serão resolvidos pela organização, de acordo com as normas e regulamentos vigentes para o atletismo.

9 - Ao inscrever-se, cada atleta ou equipa, aceita o presente regulamento e assume responsabilidade pelos dados fornecidos, cedendo os direitos de imagem à organização da prova e seus apoiantes, de forma gratuita, que podem ser utilizadas em material de divulgação e de promoção do próprio evento, em qualquer momento e plataforma de divulgação. Todos os participantes, pelo facto de tomarem parte na corrida, aceitam o presente regulamento.



As inscrições podem ser efetuadas, pessoalmente na Associação ou via email para [eventosadal@hotmail.com](mailto:eventosadal@hotmail.com), com os dados dos atletas (nome, data de nascimento e clube) e a indicação se é ou não federado.

**Federados:**

(até 21 de Agosto) - 1 Kg de alimento

(22 a 23 de Agosto) - 2 Kg de alimento

**Não Federados:**

(até 21 de Agosto) - 2 Kg de alimento

(22 a 23 de Agosto) - 3 Kg de alimento

As inscrições revertem a favor da instituição Cáritas Diocesana de Leiria-Fátima

**Inscrições de Última hora:** no próprio dia até uma hora antes do início da prova

