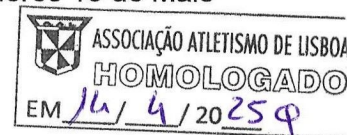


REGULAMENTO
Grande Prémio de Atletismo 50º Aniversário da Associação de Moradores 18 de Maio



42º Troféu Câmara Municipal de Oeiras
Corridas das Localidades



REGULAMENTO

REGULAMENTO

Grande Prémio de Atletismo 50º Aniversário da Associação de Moradores 18 de Maio

42º Grande Prémio de Atletismo (*Associação de Moradores 18 Maio*)

1 ORGANIZAÇÃO

O Grande Prémio de Atletismo da Associação de Moradores 18 Maio é uma prova de corrida de estrada integrada no 42º Troféu Câmara Municipal de Oeiras – Corridas das Localidades.

É uma organização da Associação de Moradores 18 Maio com o apoio da Câmara Municipal de Oeiras.

2 PARTICIPAÇÃO

A participação no Troféu CM Oeiras – Corridas das Localidades é aberta a todos os interessados, de acordo com os preceitos definidos nas presentes normas e as definições da Federação Portuguesa de Atletismo – Comissão nacional de estrada, corta-mato e corrida em montanha.

Para efeitos de participação e classificação nas provas do Troféu de Oeiras, cada atleta deverá estar corretamente inscrito, bem como utilizar os equipamentos de participação definidos para cada escalão etário:

ESCALÕES	Equipamentos de Prova
SUB 10	Dorsal de atleta com chip
SUB 12	
SUB 14	
SUB 16	
SUB 18	
SUB 20	
SUB 23	
SENIORES	
VETERANOS	

REGULAMENTO

Grande Prémio de Atletismo 50º Aniversário da Associação de Moradores 18 de Maio

3 ESCALÕES E DISTÂNCIAS

A participação nas provas do Troféu de Oeiras é efetuada com base nos escalões definidos nas presentes Normas Gerais, de acordo com o ano de nascimento. Os escalões são considerados em relação ao ano civil de 2025. A cada escalão corresponde uma distância recomendável (com limite mínimo e máximo) a percorrer em cada grande prémio de atletismo do Troféu de Oeiras.

escalões	género	idades	anos nascimento	distância (mín – máx)
SUB 10	MASCULINOS	8 a 9 anos	2016/2017	400 a 600 metros
SUB 10	FEMININOS	8 a 9 anos	2016/2017	400 a 600 metros
SUB 12	MASCULINOS	10 a 11 anos	2014/2015	400 a 600 metros
SUB 12	FEMININOS	10 a 11 anos	2014/2015	400 a 600 metros
SUB 14	MASCULINOS	12 e 13 anos	2012/2013	1.000 a 1.500 metros
SUB 14	FEMININOS	12 e 13 anos	2012/2013	1.000 a 1.500 metros
SUB 16	MASCULINOS	14 e 15 anos	2010/2011	2.000 a 3.000 metros
SUB 16	FEMININOS	14 e 15 anos	2010/2011	2.000 a 3.000 metros
SUB 18	MASCULINOS	16 e 17 anos	2008/2009	4.000 a 5.000 metros
SUB 18	FEMININOS	16 e 17 anos	2008/2009	4.000 a 5.000 metros
SUB 20	MASCULINOS	18 e 19 anos	2006/2007	4.000 a 5.000 metros
SUB 20	FEMININOS	18 e 19 anos	2006/2007	4.000 a 5.000 metros
SUB 23	MASCULINOS	20 a 22 anos	2005 a 2003	7.000 a 8.500 metros
SUB 23	FEMININOS	20 a 22 anos	2005 a 2003	4.000 a 5.000 metros
SENIORES	MASCULINOS	23 a 34 anos	2002 a 1991	7.000 a 8.500 metros
SENIORES	FEMININOS	23 a 34 anos	2002 a 1991	4.000 a 5.000 metros
M 35	MASCULINOS	35 a 39 anos	1990 a 1986	7.000 a 8.500 metros
F 35	FEMININOS	35 a 39 anos	1990 a 1986	4.000 a 5.000 metros
M 40	MASCULINOS	40 a 44 anos	1985 a 1981	7.000 a 8.500 metros
F 40	FEMININOS	40 a 44 anos	1985 a 1981	4.000 a 5.000 metros
M 45	MASCULINOS	45 a 49 anos	1980 a 1976	7.000 a 8.500 metros
F 45	FEMININOS	45 a 49 anos	1980 a 1976	4.000 a 5.000 metros
M 50	MASCULINOS	50 a 54 anos	1975 a 1971	7.000 a 8.500 metros
F 50	FEMININOS	50 a 54 anos	1975 a 1971	4.000 a 5.000 metros
M 55	MASCULINOS	55 a 59 anos	1970 a 1966	7.000 a 8.500 metros
F 55	FEMININOS	55 a 59 anos	1970 a 1966	4.000 a 5.000 metros
M 60	MASCULINOS	60 a 64 anos	1965 a 1961	4.000 a 5.000 metros
F 60	FEMININOS	60 a 64 anos	1965 a 1961	4.000 a 5.000 metros
M 65	MASCULINOS	65 a 69 anos	1960 a 1956	4.000 a 5.000 metros
F 65	FEMININOS	65 a 69 anos	1960 a 1956	4.000 a 5.000 metros
F 70	FEMININOS	» 70 anos	1955 e anteriores	4.000 a 5.000 metros
M 70	MASCULINOS	70 a 74 anos	1955-1951	4.000 a 5.000 metros
M 75	MASCULINOS	75 anos a 79 anos	1950 a 1946	4.000 a 5.000 metros
M 80	MASCULINOS	» 80 anos	1945 e anteriores	4.000 a 5.000 metros

- Os atletas apenas poderão ser classificados no escalão correspondente ao seu ano de nascimento.
- A participação noutra prova origina automaticamente a desclassificação do atleta.

REGULAMENTO

Grande Prémio de Atletismo 50º Aniversário da Associação de Moradores 18 de Maio

4 ORDEM E PROGRAMA HORÁRIO DE PROVAS

Cada Grande Prémio de Atletismo (com exceção da "Milha" – separador 6) irá compreender 6 provas/partidas principais, e não sobrepostas, com início às 9h30, de acordo com os horários, tempos limite, distâncias e escalões indicados no quadro abaixo.

As provas/partidas com maior número de atletas poderão compreender vagas de partida.

ordem	horários partidas	tempo limite	distância (mín – máx)	escalões*
1	9h30	55 minutos	7.000 a 8.500 metros	SUB23 MASCULINOS
				SENIORES MASCULINOS
				M 35
				M 40
				M 45
				M 50
2	Não antes das 10h20	45 minutos	4.000 a 5.000 metros	M 55
				M 80
				M 75
				M 70
				M 65
				M 60
				F 70
				F 65
				F 60
				F 55
				F 50
				F 45
				F 40
				F 35
				SENIORES FEMININOS
				SUB 23 FEMININOS
3	Não antes das 11h05	25 minutos	2.000 a 3.000 metros	SUB 20 MASCULINOS
				SUB 20 FEMININOS
4	Não antes das 11h20	12 minutos	1.000 a 1.500 metros	SUB 18 MASCULINOS
				SUB 18 FEMININOS
5	Não antes das 11h30	8 minutos	400 a 600 metros	SUB 16 MASCULINOS
				SUB 16 FEMININOS
6	Não antes das 11h30	8 minutos	400 a 600 metros	SUB 14 MASCULINOS
				SUB 14 FEMININOS
6	Não antes das 11h30	8 minutos	400 a 600 metros	SUB 12 MASCULINOS
				SUB 12 FEMININOS
6	Não antes das 11h30	8 minutos	400 a 600 metros	SUB 10 MASCULINOS
				SUB 10 FEMININOS

Os horários poderão ser ajustados em cada prova de acordo com o número de inscritos. Nos escalões jovens poderá haver separação de partidas por género.

Só serão classificados os atletas que cheguem dentro do tempo limite estipulado para cada prova/partida.

O tempo limite de cada prova é contado a partir do sinal sonoro de cada partida ou vaga de partida, até final do tempo estipulado. O tempo de cada prova será controlado pelo Diretor de Prova de cada grande prémio de atletismo, através de equipamento para o efeito (cronómetro, relógio de prova).

Caso todos os participantes da prova anterior tenham concluído a sua participação antes do tempo limite de prova, a prova seguinte poderá iniciar-se previamente com base nos horários de partidas constantes no quadro.

5 INSCRIÇÕES E LEVANTAMENTO DE DORSAIS

A inscrição no Grande Prémio de Atletismo do Associação de Moradores 18 Maio é gratuita e aberta a todos os interessados e só poderá ser efetuada **até às 23h59 do dia 02 de Maio 2025**, no site. **Não serão aceites inscrições de atletas no próprio dia da prova.**

As inscrições no Troféu CM Oeiras – Corridas das Localidades devem são efetuadas exclusivamente em e de acordo com o estabelecido do ponto 2 ao 2.6 das Normas Gerais do 42º Troféu Câmara Municipal de Oeiras – Corridas das Localidades.

Não serão aceites inscrições de atletas no próprio dia de prova.

O kit de participante (dorsal e chip nos casos em que se aplique) têm de ser levantados até ao último dia útil anterior à data de cada prova, mediante agendamento prévio. **No dia de prova não haverá entrega de chips/dorsais de substituição.**

O levantamento do kit de participante depende da validação dos consentimentos legalmente exigidos que consubstanciam requisitos de validade da respetiva inscrição constante nas Normas Gerais do 42º Troféu Câmara Municipal de Oeiras – Corridas das Localidades.

REGULAMENTO

Grande Prémio de Atletismo 50º Aniversário da Associação de Moradores 18 de Maio

6 CONTATOS

INFORMAÇÕES GERAIS

CÂMARA MUNICIPAL DE OEIRAS Divisão de Desporto

Palácio dos Marquês de Pombal

Largo Marquês de Pombal – 2784-501 Oeiras

Telefone: 21 4408540

E-mail: ddesporto@cm-oeiras.pt

Internet: <http://trofeu.desporto.cm-oeiras.pt/>

Atendimento: Dias úteis, das 9h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h30

Inscrições e Classificações

WERUN

Telefone: 218 228 784 ;963 704 536 (CHAMADA PARA A REDE MÓVEL NACIONAL)

E-mail: INFO@WERUN.PT

Atendimento: Dias úteis, das 10h00 às 13h00 e das 14h00 às 18h00

7 CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

O Grande Prémio de Atletismo da Associação de Moradores 18 Maio irá dispor das seguintes classificações:

- Classificações Individuais por Escalão e Género
- Classificação Coletiva

As classificações individuais são realizadas segundo a ordem de chegada no respetivo escalão.

Serão atribuídos pontos de acordo com a ordem de chegada, em cada escalão, de acordo com a seguinte ordem:

CLASSIFICAÇÃO	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º - 20º	21º - 30º	Após 30º
PONTOS	15	13	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

A classificação coletiva resulta da soma de pontos obtida por todos os atletas de um clube ou grupo no seu respetivo escalão.

Em caso de igualdade pontual, vencerá o clube com melhores classificações individuais nos diferentes escalões.

Para efeitos de classificação nas provas do Troféu de Oeiras cada atleta deverá garantir a correta utilização e colocação do respetivo dorsal "fixo no peito de forma visível".

A participação com Dorsal errado (não correspondente ao atleta que realizou a prova) ou em partida não correspondente ao seu escalão dá origem a desclassificação automática, não sendo atribuída pontuação

Serão atribuídos prémios:

- Prémios para os dez primeiros classificados dos escalões Sub 10, Sub 12, Sub 14, Sub 16 e Sub 18;
- Prémios para os cinco primeiros classificados dos restantes escalões;
- Prémios para as dez primeiras equipas, resultante da classificação coletiva do grande prémio de atletismo.

8 DEVERES DOS ATLETAS

Os atletas têm por dever pautar a sua conduta pelos valores do Espírito Desportivo. Atitudes ou ações que violem estes valores podem levar à aplicação de sanções desportivas, como desclassificação na prova ou exclusão do Troféu de Oeiras.

Os atletas têm a obrigação individual de garantir a correta utilização e colocação do respetivo dorsal "fixo no peito de forma visível

A organização dos grandes prémios de atletismo do Troféu de Oeiras garante o controlo de trânsito à passagem dos atletas. Contudo, o trânsito poderá não ser totalmente interrompido por razões de força maior, pelo que os atletas deverão sempre circular pela direita e, tanto quanto possível, encostados à berma.

Todos os inscritos assumem reunir as condições de saúde necessárias, não tendo quaisquer contraindicações para a prática desportiva, para participar no conjunto de provas que contempla o 42º Troféu CM Oeiras – Corridas

das Localidades e comprometem-se a informar a organização caso essa situação se altere, de acordo com o disposto no n.º2 do artigo 40º da Lei n.º5/2007, de 11 de janeiro.

A organização das provas do Troféu de Oeiras garante o controlo de trânsito à passagem dos atletas. Contudo, o trânsito poderá não ser totalmente interrompido por razões de força maior, pelo que os atletas deverão sempre circular pela direita, tanto quanto possível, encostados à berma.

REGULAMENTO

Grande Prémio de Atletismo 50º Aniversário da Associação de Moradores 18 de Maio

9 CASOS OMISSOS

Os casos omissos deste Regulamento serão resolvidos pela Divisão de Desporto da CMO, com base nas Normas Gerais do 42º Troféu Câmara Municipal de Oeiras – Corridas das Localidades

10 SEGURO

A organização da prova assegura aos inscritos um seguro de acidentes pessoais, conforme previsto no D.L. 10/2009 (Seguro Desportivo), com um capital de morte ou invalidez de €28.000,00, despesas de tratamento até €4.500,00 e despesas de transporte, tendo em conta a natureza da lesão, com prescrição médica, referência ao transporte adequado e duração do mesmo.

Em caso de sinistro, o participante deverá adotar os seguintes procedimentos:

- a. Contatar a Divisão de Desporto do Município de Oeiras para participação do sinistro, no prazo máximo de 48h. A ausência de preenchimento da participação de sinistro dentro do prazo estipulado, poderá acarretar o não pagamento das despesas.
- b. Entregar e anexar à participação do sinistro, os documentos originais das despesas médicas, na sequência do sinistro.

REGULAMENTO

Grande Prémio de Atletismo 50º Aniversário da Associação de Moradores 18 de Maio

11 DESCRIÇÃO E MAPAS DOS PERCURSOS

DESCRIÇÃO E MAPAS DOS PERCURSOS

PROVA 1
DISTÂNCIA: 7.380 metros
ESCALÕES: **SUB23 MASCULINOS**
SENIORES MASCULINOS
M 35
M 40
M 45
M 50
M 55

DESCRIÇÃO DO PERCURSO:

PARTIDA na Rua António Navarro, virar à direita na rotunda para a Estrada de São Marçal e seguir em frente na R. Cravos de Abril, na rotunda seguir em frente para a Av. Professor Bernardino Ribeiro, na rotunda virar à direita para a rua Carlos belos de Moraes, na rotunda virar à direita para Av. Comendador Nunes Correia, virar à esquerda para a rua Manuel António Rodrigues, virar à esquerda para a rua Mário Moreira depois seguir em frente para a rua Carlos Belo de Moraes passar duas rotundas em frente e seguir para a rua João Pedro Andrade seguir em frente para a estrada de Outurela, virar à esquerda para a estrada de são Marçal na rotunda virar à esquerda para a R. Cravos de Abril, na rotunda virar à direita na Estrada de Outurela na rotunda virar à direita na Av. Do Forte seguir em frente para a R. Prof. Reinaldo dos Santos seguir em frente pela Av. Dos Bombeiros Voluntários virar à direita na rotunda para a Av. João Paulo II, passar as rotundas em frente apanhar em frente a R. de Sal regos na rotunda a seguir virar à direita para a Av. dos cavaleiros seguir em frente e virar à direita na rotunda para a R. António Navarro, a META Junto à sede da A.M. 18 Maio.



REGULAMENTO

Grande Prémio de Atletismo 50º Aniversário da Associação de Moradores 18 de Maio

PROVA 2
DISTÂNCIA: 4.340 metros
ESCALÕES:

M 80
M 75
M 70
M 65
M 60
F 70
F 65
F 60
F 55
F 50
F 45
F 40
F 35

SENIORES FEMININOS
SUB 23 FEMININOS
SUB 20 MASCULINOS
SUB 20 FEMININOS
SUB 18 MASCULINOS
SUB 18 FEMININOS

DESCRIÇÃO DO
PERCURSO:

PARTIDA na Rua António Navarro, virar à direita na rotunda para a Estrada de São Marçal e seguir em frente na R. Cravos de Abril, na rotunda virar à direita na Estrada de Outurela na rotunda virar à direita na Av. Do Forte seguir em frente para a R. Prof. Reinaldo dos Santos seguir em frente pela Av. Dos Bombeiros Voluntários virar à direita na rotunda para a Av. João Paulo II, passar as rotundas em frente apanhar em frente a R. de Sal regos na rotunda a seguir virar à direita para a Av. dos cavaleiros seguir em frente e virar à direita na rotunda para a R. António Navarro, a META Junto à sede da A.M. 18 Maio



REGULAMENTO

Grande Prémio de Atletismo 50º Aniversário da Associação de Moradores 18 de Maio

PROVA 3
DISTÂNCIA: 3.000 metros
ESCALÕES: **SUB 16 MASCULINOS**
SUB 16 FEMININOS

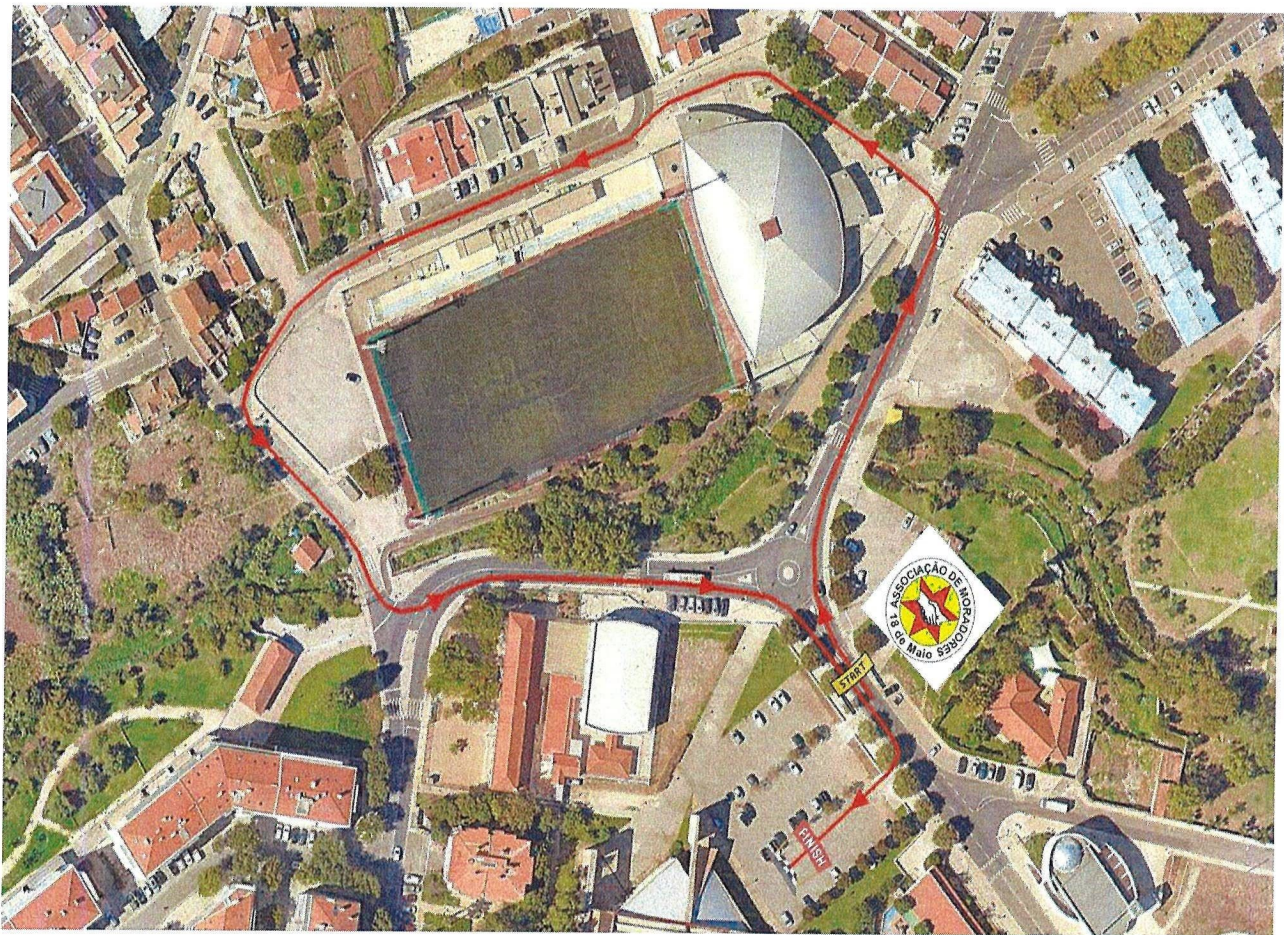
DESCRIÇÃO DO PERCURSO: PARTIDA na Rua António Navarro, virar à direita na rotunda para a Estrada de São Marçal e seguir em frente na R. Cravos de Abril, na rotunda seguir em frente para a Av. Professor Bernardino Ribeiro, na rotunda virar à direita para a rua Carlos belos de Moraes, na rotunda virar à direita para Av. Comendador Nunes Correia, virar à esquerda para a rua Manuel António Rodrigues, virar à esquerda para a rua Mário Moreira depois seguir em frente para a rua Carlos Belo de Moraes passar duas rotundas em frente e seguir para a rua João Pedro Andrade seguir em frente para a estrada de Outurela, virar à esquerda para a estrada de São Marçal, na rotunda seguir em frente a META Junto à sede da A.M. 18 Maio.



REGULAMENTO

Grande Prémio de Atletismo 50º Aniversário da Associação de Moradores 18 de Maio

PROVA:	5 e 6
DISTÂNCIA:	600 metros
ESCALÕES:	SUB 10 MASCULINOS, SUB 10 FEMININOS SUB 12 MASCULINOS, SUB 12 FEMININOS
DESCRIÇÃO DO PERCURSO:	PARTIDA, na Rua António Navarro, virar à direita na rotunda para a Estrada de São Marçal, virar à esquerda para o Pavilhão Carlos Queirós, seguir pela esquerda na Rua Gaspar Barreiros, virar esquerda na Estrada da Outurela e de seguida à esquerda para a Estrada de São Marçal, virar direita para a Rua António Navarro, na rotunda seguir em frente, a META Junto à sede da A.M. 18 Maio.



REGULAMENTO

Grande Prémio de Atletismo 50º Aniversário da Associação de Moradores 18 de Maio

PROVA 4
DISTÂNCIA: 1.450 metros
ESCALÕES: **SUB 14 MASCULINOS**
SUB 14 FEMININOS
DESCRIÇÃO DO PERCURSO: PARTIDA na Rua António Navarro, virar à direita na rotunda para a Estrada de São Marçal e seguir em frente na R. Cravos de Abril, na rotunda seguir em frente para a Av. Professor Bernardino Ribeiro, na rotunda virar à esquerda para a rua João Pedro Andrade seguir em frente para a estrada de Outurela, virar à esquerda para a estrada de São Marçal, na rotunda seguir em frente, a META Junto à sede da A.M. 18 Maio.



5