

**40º Troféu Câmara Municipal de Oeiras
Corridas das Localidades**



Regulamento

40º Grande Prémio de Atletismo
Grupo Recreativo Cultural e Desportivo de Leião
25 de abril de 2023

ÍNDICE

1. ORGANIZAÇÃO	3
2. PARTICIPAÇÃO.....	3
3. ESCALÕES E DISTÂNCIAS	3
4. ORDEM E HORÁRIO DAS PARTIDAS	4
5. INSCRIÇÕES E LEVANTAMENTO DE DORSAIS.....	5
6. CONTATOS INFORMAÇÕES ATENDIMENTO	5
7. PRÉMIOS E CLASSIFICAÇÕES	6
8. REGRAS DE CONDUTA E ÉTICA DESPORTIVA	6
9. CASOS OMISSOS.....	6
10. ÁREAS DE ESTACIONAMENTO E INSTALAÇÕES.....	7
11. PERCURSOS.....	8
a. Prova 1 – 7300m	8
b. Prova 2 – 4200m	11
c. Prova 3 – 2750m.....	13
d. Prova 4 – 1440 m	15
e. Prova 5 – 500m	17

REGULAMENTO

1. ORGANIZAÇÃO

O XXIX Grande Prémio de Atletismo de Leião é uma prova de corrida de estrada integrada no 40º Troféu Câmara Municipal de Oeiras – Corridas das Localidades.

É uma organização do Grupo Recreativo Cultural e Desportivo de Leião com o apoio da Câmara Municipal de Oeiras.

2. PARTICIPAÇÃO

A participação no Grande Prémio de Atletismo de Leião é gratuita e aberta a todos os interessados de acordo com os escalões definidos neste Regulamento (ver ponto 3 deste Regulamento), com base nas normas gerais do 40 Troféu Câmara Municipal de Oeiras – Corridas das Localidades e as definições da Federação Portuguesa de Atletismo – C.N.E.C.

3. ESCALÕES E DISTÂNCIAS

escalões	género	idades	anos nascimento	distância (mín – máx)
BENJAMINS B	MASCULINOS	10 a 11 anos	2012/2013	400 a 600 metros
BENJAMINS B	FEMININOS	10 a 11 anos	2012/2013	400 a 600 metros
INFANTIS	MASCULINOS	12 e 13 anos	2011/2010	1.000 a 1.500 metros
INFANTIS	FEMININOS	12 e 13 anos	2011/2010	1.000 a 1.500 metros
INICIADOS	MASCULINOS	14 e 15 anos	2008/2009	2.000 a 3.000 metros
INICIADOS	FEMININOS	14 e 15 anos	2008/2009	2.000 a 3.000 metros
JUVENIS	MASCULINOS	16 e 17 anos	2006/2007	4.000 a 5.000 metros
JUVENIS	FEMININOS	16 e 17 anos	2006/2007	4.000 a 5.000 metros
JUNIORES	MASCULINOS	18 e 19 anos	2004/2005	7.000 a 8.500 metros
JUNIORES	FEMININOS	18 e 19 anos	2004/2005	4.000 a 5.000 metros
SUB 23	MASCULINOS	20 a 22 anos	2003 a 2001	7.000 a 8.500 metros
SUB 23	FEMININOS	20 a 22 anos	2003 a 2001	4.000 a 5.000 metros
SENIORES	MASCULINOS	23 a 34 anos	2000 a 1989	7.000 a 8.500 metros
SENIORES	FEMININOS	23 a 34 anos	2000 a 1989	4.000 a 5.000 metros
M 35	MASCULINOS	35 a 39 anos	1988 a 1984	7.000 a 8.500 metros
F 35	FEMININOS	35 a 39 anos	1988 a 1984	4.000 a 5.000 metros
M 40	MASCULINOS	40 a 44 anos	1983 a 1979	7.000 a 8.500 metros
F 40	FEMININOS	40 a 44 anos	1983 a 1979	4.000 a 5.000 metros
M 45	MASCULINOS	45 a 49 anos	1978 a 1974	7.000 a 8.500 metros
F 45	FEMININOS	45 a 49 anos	1978 a 1974	4.000 a 5.000 metros
M 50	MASCULINOS	50 a 54 anos	1973 a 1969	7.000 a 8.500 metros
F 50	FEMININOS	50 a 54 anos	1973 a 1969	4.000 a 5.000 metros
M 55	MASCULINOS	55 a 59 anos	1968 a 1964	7.000 a 8.500 metros
F 55	FEMININOS	55 a 59 anos	1968 a 1964	4.000 a 5.000 metros
M 60	MASCULINOS	60 a 64 anos	1963 a 1959	7.000 a 8.500 metros
F 60	FEMININOS	60 a 64 anos	1963 a 1959	4.000 a 5.000 metros
M 65	MASCULINOS	65 a 69 anos	1958 a 1954	4.000 a 5.000 metros
F 65	FEMININOS	65 a 69 anos	1958 a 1954	4.000 a 5.000 metros
F 70	FEMININOS	» 70 anos	1953 e anteriores	4.000 a 5.000 metros
M 70	MASCULINOS	70 a 74 anos	1953-1949	4.000 a 5.000 metros
M 75	MASCULINOS	» 75 anos	1948 e anteriores	4.000 a 5.000 metros

4. ORDEM E HORÁRIO DAS PARTIDAS

O Grande Prémio de Atletismo de Leão compreende 5 provas distintas, e não sobrepostas, com início às 9h30, com partida e chegada na Rua das Pedreiras em Leão, de acordo com os horários e tempos limites por prova indicados no quadro abaixo:

ordem	horários partidas	tempo limite	distância (mín – máx)	escalões*
1	9h30	55 minutos	7.000 a 8.500 metros	JUNIORES MASCULINOS
				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 60
				M 75
				M 70
				M 65
				F 70
				F 65
				F 60
				F 55
				F 50
				F 45
				F 40
				F 35
				SENIORES FEMININOS
SUB 23 FEMININOS				
JUNIORES FEMININOS				
JUVENIS MASCULINOS				
JUVENIS FEMININOS				
3	Não antes das 11h05	25 minutos	2.000 a 3.000 metros	INICIADOS MASCULINOS
				INICIADOS FEMININOS
4	Não antes das 11h30	12 minutos	1.000 a 1.500 metros	INFANTIS MASCULINOS
				INFANTIS FEMININOS
5	Não antes das 11h40	8 minutos	400 a 600 metros	BENJAMINS B MASCULINOS
				BENJAMINS B FEMININOS
Taça Jogos de Oeiras		Imediatamente após a prova anterior; Sem tempo de prova 400 a 600 metros		6 aos 9 anos ;

5. INSCRIÇÕES E LEVANTAMENTO DE DORSAIS

A inscrição no Grande Prémio de Atletismo de Leião é gratuita e aberta a todos os interessados e só poderá ser efetuada **até às 23h59 do dia 20 de abril**, no site.

As inscrições no Troféu CM Oeiras – Corridas das Localidades devem ser efetuadas exclusivamente em <https://trofeu.oeiras.pt> e de acordo com o estabelecido nos pontos 2.3, 2.3, 2.4, 2.5 e 2.6 das Normas Gerais do 40º Troféu Câmara Municipal de Oeiras – Corrida 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 no ponto 2.2 destas normas

Os dorsais deverão ser levantados atempadamente, até ao último dia útil anterior à data da prova, nos serviços de Desporto do Município onde efetuou a inscrição, no respetivo horário de atendimento, mediante a apresentação do comprovativo de inscrição recebido após a mesma, sob pena de não poder participar na prova em que pretende.

6. CONTATOS | INFORMAÇÕES | ATENDIMENTO

CÂMARA MUNICIPAL DE OEIRAS

Divisão de Desporto
Palácio dos Marqueses de Pombal
Largo Marquês de Pombal – 2784-501 Oeiras

Telefone: 21 4408540

E-mail: d-desporto@cm-oeiras.pt

Internet: <https://trofeu.cm-oeiras.pt/>

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

INSCRIÇÕES, WE RUN SPORT CONSULTING, LDA.

Praceta da Quintinha, n.º 5 e n.º 5 A,
2620-161 Póvoa de Santo Adrião

Telefone: +351 218 228 784

Correio eletrónico: trofeu.oeiras@werun.pt

Horário de Atendimento: De segunda a sexta-feira, das 9h00 às 17h00

7. PRÉMIOS E CLASSIFICAÇÕES

Serão atribuídos prémios aos vinte primeiros atletas classificados, nos escalões de benjamins B e Infantis Masc / Fem.

- Nos escalões de Iniciados Masc / Fem serão atribuídos prémios aos dez primeiros atletas.
- Para os restantes escalões serão só entregues prémios unicamente até ao 3º lugar

Serão atribuídas taças aos dez melhores clubes ou coletividades, resultante da classificação coletiva geral.

A Classificação Individual é realizada segundo a ordem de chegada no respetivo escalão.

A Classificação Coletiva resulta da soma obtida por todos os atletas de um clube no seu respetivo escalão.

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

Serão atribuídos pontos de acordo com a classificação final, 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

8. REGRAS DE CONDUTA E ÉTICA DESPORTIVA

Os atletas devem adotar uma postura que dignifique a competição e que respeite os valores do Espírito Desportivo. Atitudes que violem estes valores serão avaliadas pelo Diretor de Prova, podendo levar à desclassificação na prova e/ou exclusão do Troféu.

9. CASOS OMISSOS

Os casos omissos deste Regulamento serão resolvidos pelo Diretor de Prova, com base no Regulamento Geral do 40.º Troféu Câmara Municipal de Oeiras – Corridas das Localidades.

10. ÁREAS DE ESTACIONAMENTO E INSTALAÇÕES



Área de Estacionamento



Bar e Entrega de prémios



11.PERCURSOS

Prova 1 - 7300m- Juniores Masculinos, Sub23 Masculinos, Seniores Masculinos, M35, M40, M45, M50, M55, M60



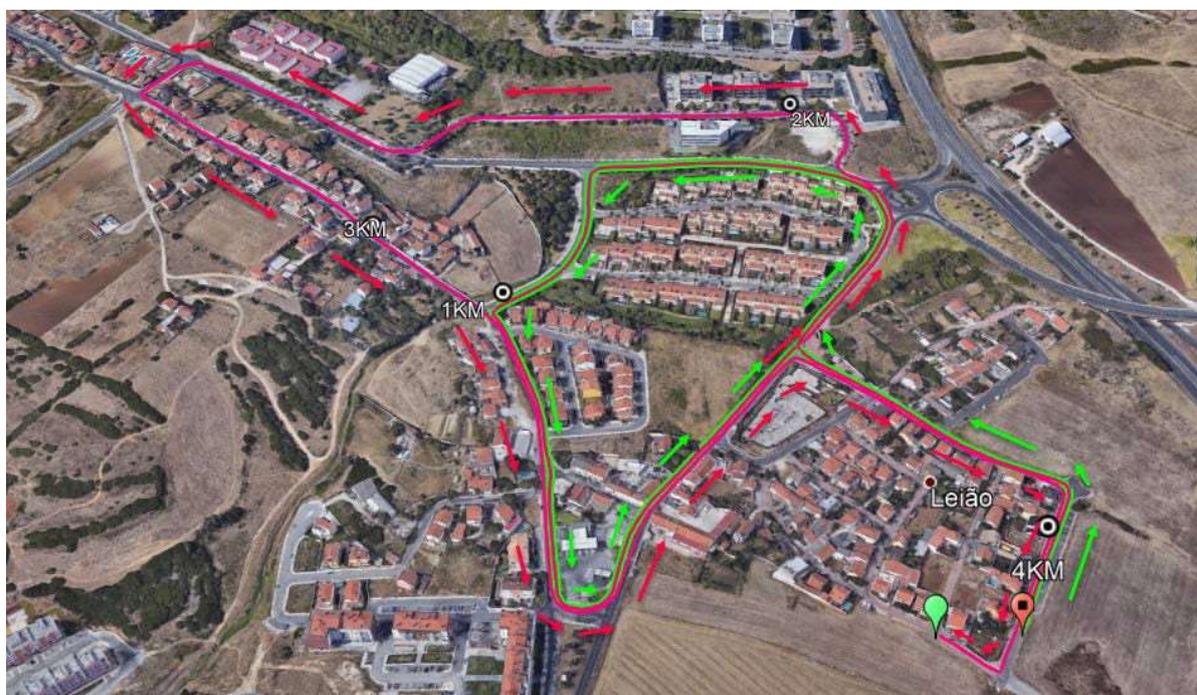
Altimetria da Prova 1



- a. Memória descritiva do Percurso da Prova 1** Partida na R. Bernardino Machado, vira à esquerda na rua José Relvas segue em frente em direção á fonte, vira à direita na Estrada de Leião em direção à rotunda, na rotunda vira à esquerda (3ª saída) apanha a Av. Domingos Vandelli segue em frente na rotunda antes da escola, passa em frente à Escola EB2/3S Aquilino Ribeiro continua em frente pela Av. Domingos Vandelli até encontrar a Av. Eng. Valente de Oliveira onde vira à direita, segue em frente pela Av. Eng. Valente de Oliveira, vira à direita na Av. Prof Dr. Cavaco Silva, segue em frente por esta Avenida passando ao lado do Edifício da Novartis até à Rotunda na Estrada de Paço de Arcos (Via Rápida) , vira á direita 1ª saída da rotunda em direção Paço de Arcos e sai na primeira saída da que encontra em direção a Leião , na rotunda vira á direita (1ª saída) segue Av. Domingos Vandeli, segue em frente na rotunda antes da escola, passa em frente à Escola EB2/3S Aquilino Ribeiro continua em frente pela Av. Domingos Vandeli até encontrar a Av. Eng. Valente de Oliveira onde vira à esquerda, vira novamente á esquerda apanhando a estrada de Talaíde no sentido de Porto Salvo até encontrar a Rua Henrique Marques passa em frente às bombas da Repsol, vira à esquerda e apanha a Estrada de Leião, segue em frente vira á esquerda na fonte de Leião apanhando a rua José Relvas virando á direita na rua Bernardino Machado, ao fim da rua vira á direita para apanhar a Rua das Pedreiras onde se encontra a meta instalada.

b. Prova 2 – 4200m

Juvenis Masculinos e Femininos, Juniores Femininos, Sub23 Femininos, Seniores Femininos, F35, F40, F45, F50, F55, F60, F65, F70, M65, M70 e M75.





Memória descritiva do Percurso da Prova 2

Partida na R. Bernardino Machado, vira à esquerda na rua José Relvas segue em frente em direção á fonte, vira à direita na Estrada de Leião em direção à rotunda, na rotunda vira à esquerda (3ª saída) apanha a Av. Domingos Vandelli, vira á esquerda na Rua José de Ascensão Guimarães segue em frente e vira à direita para a estrada de Talaíde no sentido de Porto Salvo até encontrar a Rua Henrique Marques passa em frente às bombas da Repsol, vira à esquerda e apanha a Estrada de Leião, segue em frente em direção á fonte, seguindo até á rotunda novamente, vira à esquerda (3ª saída) apanha a Av. Domingos Vandelli e de seguida virá á direita para a Rua Rui Teles Palhinha, segue em frente até á rotunda antes da escola, sai na primeira saída passa apanhando Av. Domingos Vandelli passa em frente à Escola EB2/3S Aquilino Ribeiro vira á esquerda na Rua Fernando Sabido vira novamente á esquerda apanhando a estrada de Talaíde no sentido de Porto Salvo até encontrar a Rua Henrique Marques passa em frente às bombas da Repsol, vira à esquerda e apanha a Estrada de Leião, segue em frente vira á esquerda na fonte de Leião apanhando a rua José Relvas virando á direita na rua Bernardino Machado, ao fim da rua vira á direita para apanhar a Rua das Pedreiras onde se encontra a meta instalada.

Altimetria da Prova 3



Memória descritiva do Percurso da Prova 3

Partida na R. Bernardino Machado, vira à esquerda na rua José Relvas em direção á fonte, virando à direita na Estrada de Leião em direção à rotunda onde vira à esquerda (3ª saída) apanha a Av. Domingos Vandelli segue em frente na rotunda, passa em frente à Escola EB2/3S Aquilino Ribeiro, vira à esquerda para a Rua Fernando sabido e de seguida novamente à esquerda para a Estrada de Talaíde segue em frente até encontrar a Rua Henrique Marques passa em frente às bombas da Repsol, vira à esquerda apanha a Estrada de Leião, segue em frente vira à direita para a Rua das Pedreiras e de seguida à esquerda na Rua Ramalho Ortigão, segue até à Rua José Relvas onde vira à direita, segue até à Rua Bernardino Machado onde é obrigado a virar à direita segue até à Rua das Pedreiras onde vira à direita a meta encontrar-se-á instalada no entroncamento da Rua da Pedreiras com a R. Afonso Costa.

Altimetria Prova 4



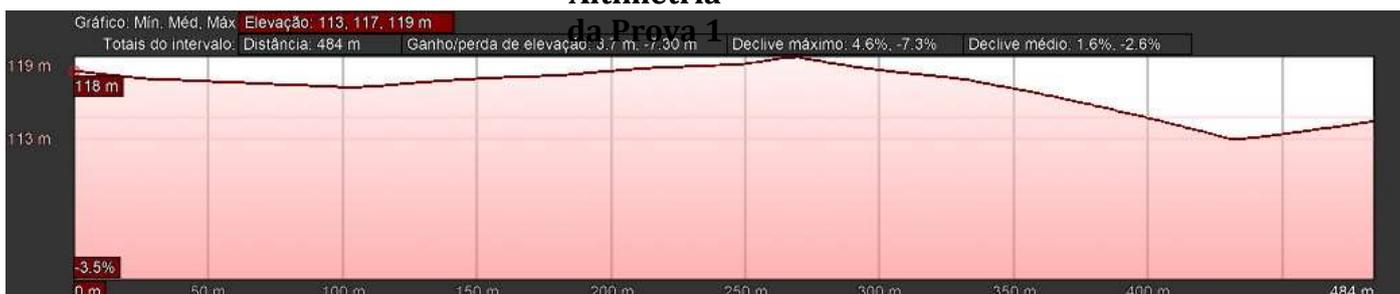
Memória descritiva do Percurso da Prova 4

Partida na R. Bernardino Machado, vira à esquerda na rua José Relvas em direção á fonte, corta à esquerda na Estrada de Leião, segue em direção a Porto Salvo e vira á direita para a estrada de Talaíde antes das bombas de Repsol, segue em frente e vira à esquerda para a Rua Henrique Marques, passa em frente às bombas da Repsol contornando-as e vira novamente à esquerda apanhando a Estrada de Leião, segue em frente e vira à direita para a Rua das Pedreiras e de seguida à esquerda para a Rua Ramalho Ortigão, segue até à Rua José Relvas onde vira à direita, segue até à Rua Bernardino Machado onde é obrigado a virar à direita, segue até à Rua das Pedreiras onde vira à direita a meta encontrar-se-á instalada no entroncamento da Rua da Pedreiras com a R. Afonso Costa.

e. Prova 5 – 500m – Benjamins B e Jogos de Oeiras



Altimetria



Memória descritiva do Percurso Prova 5

Partida na rua Ramalho de Ortigão sentido descendente segue em frente, vira á direita para a rua José Relvas, segue em frente e vira á direita para a rua Bernardino Machado e vira á direita, no fim da rua vira à direita para a rua da Pedreiras em direção á sede chegada à meta instalada no entroncamento da Rua da Pedreiras com a R. Afonso Costa.