

41º GRANDE PRÉMIO VALEJAS ATLÉTICO CLUBE



CORRIDA RITA RODRIGUES

07 DE JANEIRO DE 2024 | VALEJAS ATLÉTICO CLUBE

INTRODUÇÃO

O **VALEJAS ATLÉTICO CLUBE**, em conjunto com a Divisão do Desporto da Câmara Municipal de Oeiras e com o apoio da Junta de Freguesia de Barcarena, vai realizar no dia **07 de janeiro de 2024 pelas 9h30m**, o **41º Grande Prémio de Atletismo de Valejas**.

O **41º Grande Prémio de Atletismo de Valejas** terá o nome de **Corrida Rita Rodrigues** cuja intenção será homenagear a nossa atleta que infelizmente nos deixou decorria o ano de 2018 e que gostava muito de participar nas provas do Concelho.



Como atleta desta modalidade, a Rita iniciou os seus primeiros km num clube localizado na Ericeira de seu nome SOBRALPISO.

Foi nessa equipa, criada pelo seu pai Hugo Rodrigues e um grupo de amigos, que a Rita despertou atenção de alguns grandes clubes sendo um deles, o SPORT LISBOA e BENFICA que após convite, representou o mesmo nas épocas de 2012 e 2014 onde participou em diversas provas.

Mas foi no VALEJAS ATLÉTICO CLUBE, na época 2014/2015, também após convite, que a Rita começou a ganhar o seu espaço e a dar ainda mais nas vistas pois começou bem cedo, a ficar entre as 3 melhores atletas do seu escalão tendo sido uma das melhores classificadas no 35º Trofeu das Localidades com um honroso 1º Lugar no escalão de Sub. 23.

A Rita representou o Valejas durante 4 épocas elevando sempre o emblema do clube contribuindo para umas das classificações mais relevantes deste, ajudando a colocar a nossa equipa feminina num honroso 1º lugar no Grande Prémio do Atlântico.

Porém, e infelizmente quis o destino que ela nos deixasse no ano de 2018 onde deixou uma saudade tremenda a todos aqueles que corriam ao seu lado.

Em todas as provas que participava, a Rita era sempre muito feliz pois era no meio do nosso grupo que ela se sentia bem mostrando sempre o seu sorriso contagiante que nos habituou a ver em todas as provas.

A RITINHA SERÁ SEMPRE A NOSSA ATLETA

07 DE JANEIRO DE 2024 | VALEJAS ATLÉTICO CLUBE

41º GRANDE PRÉMIO DE VALEJAS

Corrida Rita Rodrigues

REGULAMENTO

PROGRAMA

09h30m – Início do Grande Prémio

10h30m – Começo de entrega de Prémios

12h30m – Entrega de restantes Prémios aos Atletas e Equipas

13h00m – Encerramento do 39º Grande Prémio

1. ORGANIZAÇÃO

O Grande Prémio de Valejas – Corrida Rita Rodrigues (Troféu de Oeiras) é uma organização do Valejas Atlético Clube, em articulação com a Divisão do Desporto e consiste num quadro competitivo de provas de corrida a pé, designadas por grande prémio de atletismo, abertos a toda a população.

O Troféu CM Oeiras – Corridas das Localidades é um programa de atletismo pioneiro e histórico no panorama nacional, que cumpre a sua 41ª Edição.

2. PARTICIPAÇÃO NO GRANDE PRÉMIO DE VALEJAS

2.1 CONDIÇÕES GERAIS

A participação no Grande Prémio de Valejas – Corrida Rita Rodrigues é aberta a todos os interessados, de acordo com os preceitos definidos nas presentes normas e as definições da Federação Portuguesa de Atletismo – C.N.E.C..

Para efeitos de participação e classificação na prova do Grande Prémio, cada atleta deverá estar corretamente inscrito, bem como utilizar os equipamentos de participação definidos para cada escalão etário: (ver normas gerais do 41º Troféu das Localidades)

2.2 INSCRIÇÃO

A inscrição no Grande Prémio de Valejas – Corrida Rita Rodrigues só poderá ser efetuada até às 23h59 do 3º dia anterior à data da prova em que o atleta pretende iniciar a sua participação e não serão aceites inscrições de atletas no dia da prova.

2.3 LOCAL DE INSCRIÇÃO

As inscrições no 41º Grande Prémio do Valejas Atlético Clube – Corrida Rita Rodrigues Localidades devem ser efetuadas exclusivamente em <https://trofeu.oeiras.pt>.

2.4 LIMITE DE INSCRIÇÕES

As inscrições no 41º Grande Prémio do Valejas Atlético Clube – Corrida Rita Rodrigues estão limitadas a 2.000 atletas nos escalões entre Juvenis e Veteranos e são ilimitadas para os escalões de benjamins e iniciados.

NOTA: A inscrição de menores de idade deve ser obrigatoriamente acompanhada do Consentimento de Participação e Tratamento de Dados Pessoais de Menores de Idade que consta nas normas Gerais do 41º Troféu CM Oeiras – Corridas das Localidades, Anexo 1 ao presente normativo e dele faz parte integrante, disponibilizado na plataforma de inscrição para download, o qual deve ser corretamente preenchido e devidamente assinado e datado pelo titular das responsabilidades parentais do menor, para efeito de submissão da inscrição, sob pena da mesma ser excluída.

As inscrições de menores apenas serão consideradas válidas após a entrega ao Município de Oeiras do consentimento previsto no presente normativo, devidamente datados e assinados, uma vez que os mesmos configuram requisitos legais para a respetiva admissão.

O consentimento anteriormente referido tem de ser validado pela Divisão de Desporto do Município de Oeiras, antes da participação na primeira prova.

3 ESCALÕES E DISTÂNCIAS

A participação no Grande Prémio de Valejas – Corrida Rita Rodrigues 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 2024.

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)
BENJAMINS A	MASCULINOS	8 a 9 anos	2015/2016	400 a 600 metros
BENJAMINS A	FEMININOS	8 a 9 anos	2015/2016	400 a 600 metros
BENJAMINS B	MASCULINOS	10 a 11 anos	2013/2014	400 a 600 metros
BENJAMINS B	FEMININOS	10 a 11 anos	2013/2014	400 a 600 metros
INFANTIS	MASCULINOS	12 e 13 anos	2012/2011	1.000 a 1.500 metros
INFANTIS	FEMININOS	12 e 13 anos	2012/2011	1.000 a 1.500 metros
INICIADOS	MASCULINOS	14 e 15 anos	2010/2009	2.000 a 3.000 metros
INICIADOS	FEMININOS	14 e 15 anos	2010/2009	2.000 a 3.000 metros
JUVENIS	MASCULINOS	16 e 17 anos	2008/2007	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	2006/2005	7.000 a 8.500 metros
JUNIORES	FEMININOS	18 e 19 anos	2006/2005	4.000 a 5.000 metros
SUB 23	MASCULINOS	20 a 22 anos	2004 a 2002	7.000 a 8.500 metros
SUB 23	FEMININOS	20 a 22 anos	2004 a 2002	4.000 a 5.000 metros
SENIORES	MASCULINOS	23 a 34 anos	2001 a 1990	7.000 a 8.500 metros
SENIORES	FEMININOS	23 a 34 anos	2001 a 1990	4.000 a 5.000 metros
M 35	MASCULINOS	35 a 39 anos	1989 a 1985	7.000 a 8.500 metros
F 35	FEMININOS	35 a 39 anos	1989 a 1985	4.000 a 5.000 metros
M 40	MASCULINOS	40 a 44 anos	1984 a 1980	7.000 a 8.500 metros
F 40	FEMININOS	40 a 44 anos	1984 a 1980	4.000 a 5.000 metros
M 45	MASCULINOS	45 a 49 anos	1979 a 1975	7.000 a 8.500 metros
F 45	FEMININOS	45 a 49 anos	1979 a 1975	4.000 a 5.000 metros
M 50	MASCULINOS	50 a 54 anos	1974 a 1970	7.000 a 8.500 metros
F 50	FEMININOS	50 a 54 anos	1974 a 1970	4.000 a 5.000 metros
M 55	MASCULINOS	55 a 59 anos	1969 a 1965	7.000 a 8.500 metros
F 55	FEMININOS	55 a 59 anos	1969 a 1965	4.000 a 5.000 metros
M 60	MASCULINOS	60 a 64 anos	1964 a 1960	7.000 a 8.500 metros
F 60	FEMININOS	60 a 64 anos	1964 a 1960	4.000 a 5.000 metros
M 65	MASCULINOS	65 a 69 anos	1959 a 1955	4.000 a 5.000 metros
F 65	FEMININOS	65 a 69 anos	1959 a 1955	4.000 a 5.000 metros
F 70	FEMININOS	» 70 anos	1954 e anteriores	4.000 a 5.000 metros
M 70	MASCULINOS	70 a 74 anos	1954-1950	4.000 a 5.000 metros
M 75	MASCULINOS	» 75 anos	1949 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.

4 ORDEM E PROGRAMA HORÁRIO DE PROVAS

Cada Grande Prémio de Atletismo 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	JUNIORES MASCULINOS
				SUB23 MASCULINOS
				SENIORES MASCULINOS
				M 35
				M 40
				M 45
				M 50
				M 55
2	Não antes das 10h20	45 minutos	4.000 a 5.000 metros	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
3	Não antes das 11h05	25 minutos	2.000 a 3.000 metros	JUVENIS FEMININOS
				INICIADOS MASCULINOS
4	Não antes das 11h30	12 minutos	1.000 a 1.500 metros	INICIADOS FEMININOS
				INFANTIS MASCULINOS
5	Não antes das 11h40	8 minutos	400 a 600 metros	INFANTIS FEMININOS
				BENJAMINS B MASCULINOS
6	Não antes das 11h50	8 minutos	400 a 600 metros	BENJAMINS B FEMININOS
				BENJAMINS A MASCULINOS
				BENJAMINS A 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 CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

O Grande Prémio de Atletismo do **VALEJAS ATLÉTICO CLUBE – CORRIDA RITA RODRIGUES** irá dispor das seguintes classificações:

- Classificações Individuais por Escalão e Género (Exceto Benjamins A)
- Classificação Coletiva

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

Serão atribuídos pontos individuais conforme a classificação, de acordo com o quadro infra, exceto para o escalão de benjamins A, em que cada participante, por não existir classificação neste escalão, acumulará 1 ponto.

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 Grande Prémio de Atletismo do Valejas Atlético Clube – Corrida Rita Rodrigues, cada atleta deverá garantir a correta utilização e colocação dos respetivos equipamentos de prova:

- **DORSAL COM CHIP** – “fixo no peito de forma visível”

A participação com Dorsal/CHIP 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**:

- para os **DEZ** primeiros classificados dos escalões benjamins B, infantis, iniciados e juvenis;
- para os **CINCO** primeiros classificados dos restantes escalões;
- para as **DEZ** primeiras equipas, resultante da classificação coletiva do Grande Prémio de Atletismo do **VALEJAS ATLÉTICO CLUBE**
- Medalha ou Lembrança de participação para **todos os atletas** do escalão **Benjamins A**, presentes na prova.

- Entrega de prémios no Salão Nobre.

6 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.

7 CASOS OMISSO

Os casos omissos deste Regulamento serão resolvidos pelo Diretor de Prova, com base nas Normas Gerais do 41º Troféu Câmara Municipal de Oeiras – Corridas das Localidades.

BOAS CORRIDAS

41º GRANDE PRÉMIO VALEJAS ATLÉTICO CLUBE



07 DE JANEIRO DE 2024 | VALEJAS ATLÉTICO CLUBE

PROVA	1
DISTÂNCIA:	7250mts
ESCALÕES:	JUNIORES MASCULINOS
	SENIORES MASCULINOS
	SUB23 MASCULINOS
	M 35
	M 40
	M 45
	M 50
	M 55
	M 60

DESCRIÇÃO DO PERCURSO: **META** – Rua Humberto Madeira

Sai da partida e faz a Rua Mário Castelhanho até ao fim virando à esquerda para a Estrada Consiglieri Pedroso, segue em frente e vira à direita para a Estrada Cruz dos Cavalinhos, desce a mesma, faz o retorno no local sinalizado, subindo a mesma rua, vira à esquerda para a Estrada Consiglieri Pedroso, segue em frente e vira à direita para a Estrada da Palmeiras. Continua em frente, desce em direção à Rua José Basaliza e sobe em direção à Rua Actor Carlos César, no fim dessa virá à esquerda para a N117 e segue sempre em frente até à Rotunda de Queluz de Baixo seguindo em direção a Estrada Consiglieri Pedroso, segue em frente e vira à esquerda para a Estrada da Palmeiras em direcção à meta que se encontra junto ao Pavilhão Desportivo

META – Rua Humberto Madeira



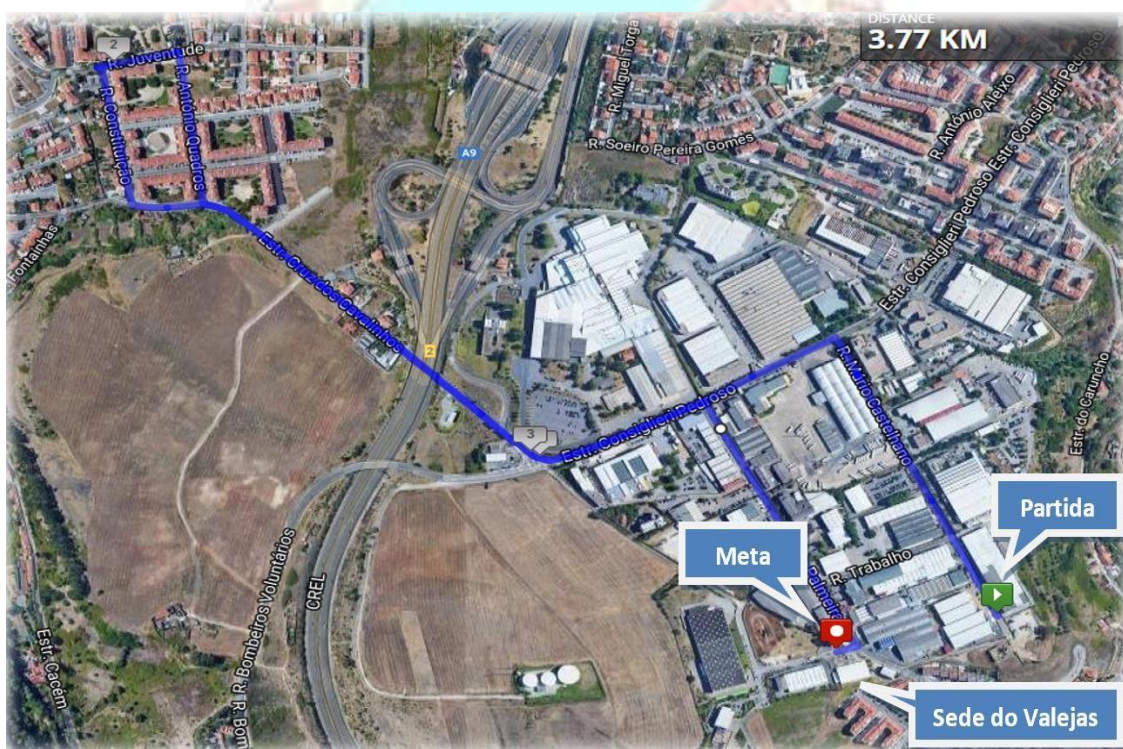
PROVA 2
DISTÂNCIA: 3770Mts
ESCALÕES: JUVENIS MASCULINOS
JUVENIS FEMININOS
JUNIORES FEMININOS
SUB 23 FEMININOS
SENIORES FEMININOS
F 35
F 40 – F 45
F 50 – F 55
F 60 – F 65
M 65 – M 70

DESCRIÇÃO DO PERCURSO: **PARTIDA** – Rua Mário Castelhana

Sai da partida e faz a Rua Mário Castelhana até ao fim virando à esquerda para a Estrada Consiglieri Pedroso e segue em frente virando à direita juntos às bombas da GALP para a Estrada Cruz dos Cavalinhos.

Desce a mesma e vira à direita para a Rua António Quadros, no final dessa, vira à esquerda para a Rua da Juventude virando logo à esquerda para a Rua da Constituição e no final dessa vira à esquerda subindo a Estrada Cruz dos Cavalinhos virando à esquerda em direção à Estrada Consiglieri Pedroso seguindo em frente e vira à direita para a Estrada da Palmeiras em direcção à meta que se encontra junto ao Pavilhão Desportivo

META – Rua Humberto Madeira



Grande Prémio de Atletismo VALEJAS ATLÉTICO CLUBE – CORRIDA RITA RODRIGUES

PROVA: 4
DISTÂNCIA: 1240Mts
ESCALÕES: **INFANTIS MASCULINOS**
INFANTIS FEMININOS

DESCRIÇÃO DO PERCURSO: **PARTIDA** – Rua Mário Castelhana

Sai da partida e faz a Rua Mario Castelhana até ao fim virando à esquerda para a Estrada Consiglieri Pedroso e logo de seguida vira à esquerda para a Estrada da Palmeiras em direcção à meta que se encontra junto ao Pavilhão Desportivo

META – Rua Humberto Madeira



07 DE JANEIRO DE 2024 | VALEJAS ATLÉTICO CLUBE

Grande Prémio de Atletismo VALEJAS ATLÉTICO CLUBE – CORRIDA RITA RODRIGUES

ROVA: 5 e 6
DISTÂNCIA: 500Mts
ESCALÕES: **BENJAMINS MASCULINOS**
BENJAMINS FEMININOS

DESCRIÇÃO DO PERCURSO: **PARTIDA** – Rua Mário Castelhanos

Sai da partida e virá logo à esquerda para a Rua do Trabalho.
No final dessa, vira novamente à esquerda e entra na Estrada das Palmeiras em
direção à meta que se encontra junto ao Pavilhão Desportivo

META – Rua Humberto Madeira



07 DE JANEIRO DE 2024 | VALEJAS ATLÉTICO CLUBE