

Aronick

Orangetagent  
Cosmética Urbana

PREVENT  
SPRAIN

**RUN  
TEJO**  
2018



**PAULO  
PAULA  
EMBAIXADOR**

28 Maio

**GRANDE  
PRÉMIO  
CAXIAS**

Associação Run Tejo

INÍCIO DAS PROVAS  
**9H30M**

**PAULO PAULA OLY**  
27 ANOS DE CARREIRA  
3 JOGOS OLÍMPICOS  
(LONDRES 2012/RIO DE JANEIRO 2016/TOYKO 2020)  
3 CAMPEONATOS MUNDIAIS  
(MOSCOU 2013/DOHA 2019/OREGON 2022)

**9H30M**

OEIRAS VALLEY | MUNICÍPIO DE OEIRAS

**DJ ULISSE DAPA**



# REGULAMENTO GRANDE PRÉMIO DE CAXIAS RUN TEJO

## 01 ORGANIZAÇÃO

O GRANDE PRÉMIO DE CAXIAS - RUN TEJO É UMA PROVA DE CORRIDA DE ESTRADA INTEGRADA NO 40º TROFÉU CÂMARA MUNICIPAL DE OEIRAS - CORRIDAS DAS LOCALIDADES.

É UMA ORGANIZAÇÃO DA ASSOCIAÇÃO RUN TEJO (ART) COM O APOIO DA CÂMARA MUNICIPAL DE OEIRAS.

## 02 PARTICIPAÇÃO

A PARTICIPAÇÃO NO GRANDE PRÉMIO DE CAXIAS - RUN TEJO É GRATUITA PARA ATLETAS DE CLUBES DO CONCELHO E ABERTA A TODOS OS INTERESSADOS DE ACORDO COM OS ESCALÕES DEFINIDOS NESTE REGULAMENTO (VER PONTO 3 DESTES REGULAMENTOS), COM BASE NAS NORMAS GERAIS DO 40º TROFÉU CÂMARA MUNICIPAL DE OEIRAS - CORRIDAS DAS LOCALIDADES E AS DEFINIÇÕES DA FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE ATLETISMO - C.N.E.C..

## 03 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

-OS ATLETAS APENAS PODERÃO SER CLASSIFICADOS NO ESCALÃO CORRESPONDENTE AO SEU ANO DE NASCIMENTO.  
-A PARTICIPAÇÃO NOUTRA PROVA É MOTIVO DE DESCLASSIFICAÇÃO

28 DE MAIO DE 2023  
RUN TEJO - CAXIAS

**REGULAMENTO  
GRANDE PRÉMIO DE CAXIAS  
RUN TEJO**

# 04 ORDEM E HORÁRIO DAS PARTIDAS

GRANDE PRÉMIO GRANDE PRÉMIO DE CAXIAS - RUN TEJO COMPREENDE 5 PROVAS DISTINTAS, E NÃO SOBREPOSTAS, COM INÍCIO ÀS 9H30, COM PARTIDA E CHEGADA JUNTO NA RUA DOS SALGUEIROS, EM CAXIAS, JUNTO AO PARQUE DA QUINTA DO JARDIM DE ACORDO COM OS HORÁRIOS E TEMPOS LIMITES POR PROVA INDICADOS NO QUADRO ABAIXO.  
LOCALIZAÇÃO: [HTTPS://GOO.GL/MAPS/RTTR2XNREZRPMFJP7](https://goo.gl/maps/RTTR2XNREZRPMFJP7)

ORDEM	HORÁRIO PARTIDA	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 M 60
2	NÃO ANTES DAS 10H20	45 MINUTOS	4.000 A 5.000 METROS	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 ;**

**NOTA:** OS HORÁRIOS PODERÃO SER AJUSTADOS EM CADA PROVA DE ACORDO COM O NÚMERO DE INSCRITOS;  
NOS ESCALÕES JOVENS HAVERÁ SEPARAÇÃO DE PARTIDAS POR GÉNERO

**28 DE MAIO DE 2023  
RUN TEJO - CAXIAS**

## **05** INSCRIÇÕES E LEVANTAMENTO DE DORSAIS

A INSCRIÇÃO NO GRANDE PRÉMIO GRANDE PRÉMIO DE CAXIAS - RUN TEJO É GRATUITA PARA TODOS ATLETAS INSCRITOS PELAS COLETIVIDADES DO CONCELHO E ABERTA A TODOS OS INTERESSADOS E SÓ PODERÁ SER EFETUADA ATÉ ÀS 23H59 DO DIA 25 DE MAIO, 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 HT-TPS://TROFEU.OEIRAS.PT E DE ACORDO COM O ESTABELECIDO DO PONTO 2 AO 2.6 DAS NORMAS GERAIS DO 40º TROFÉU CÂMARA MUNICIPAL DE OEIRAS - CORRIDAS DAS LOCALIDADES

CONSULTAR: <https://trofeu.oeiras.pt/public/uploads/normas-gerais-40-trofeu-cmo-v14.pdf>

NÃO SERÃO ACEITES INSCRIÇÕES DE ATLETAS NO PRÓPRIO DIA DE PROVA.

O KIT DE PARTICIPANTE (DORSAL E CHIP NOS CASOS EM QUE SE APLIQUE) TEM 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 40º TROFÉU CÂMARA MUNICIPAL DE OEIRAS - CORRIDAS DAS LOCALIDADES.

## **06** CONTATOS

### **CÂMARA MUNICIPAL DE OEIRAS DIVISÃO DE DESPORTO**

PALÁCIO DOS MARQUESES DE POMBAL

LARGO MARQUÊS DE POMBAL - 2784-501 OEIRAS

TELEFONE: 21 4408540

E-MAIL: [DDESPORTO@CM-OEIRAS.PT](mailto:DDESPORTO@CM-OEIRAS.PT)

INTERNET: [HTTP://TROFEU.DESPORTO.CM-OEIRAS.PT/](http://TROFEU.DESPORTO.CM-OEIRAS.PT/)

ATENDIMENTO: DIAS ÚTEIS, DAS 9H00 ÀS 12H30 E DAS 14H00 ÀS 17H30

### **WERUN**

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

E-MAIL: [INFO@WERUN.PT](mailto:INFO@WERUN.PT)

ATENDIMENTO: DIAS ÚTEIS, DAS 10H00 ÀS 13H00 E DAS 14H00 ÀS 18H00

## **07 CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS**

O GRANDE PRÉMIO GRANDE PRÉMIO DE CAXIAS - RUN TEJO IRÁ DISPOR DAS SEGUINTE 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:

<b>CLASSIFICAÇÃO</b>	<b>1°</b>	<b>2°</b>	<b>3°</b>	<b>4°</b>	<b>5°</b>	<b>6°</b>	<b>7°</b>	<b>8°</b>	<b>9°</b>	<b>10°</b>	<b>11° - 20°</b>	<b>21° - 30°</b>	<b>APÓS 30°</b>
<b>PONTOS</b>	<b>15</b>	<b>13</b>	<b>11</b>	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>

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 DOS RESPETIVOS EQUIPAMENTOS DE PROVA:

- DORSAL - "FIXO NO PEITO DE FORMA VISÍVEL"
- CHIP COM FITA COM VELCRO - "APERTADA JUNTO AO TORNOZELO DA PERNA"

SERÃO ATRIBUÍDOS PRÉMIOS:

- MEDALHAS PARA OS DEZ PRIMEIROS CLASSIFICADOS DOS ESCALÕES BENJAMINSB, INFANTIS, INICIADOS JUVENIS;
- UM PAR DE MEIAS DE CANO CURTO DA MARCA PREVENT SPRAIN PARA OS 3 PRIMEIROS DOS RESTANTES ESCALÕES;
- MEDALHAS PARA OS CINCO PRIMEIROS CLASSIFICADOS DOS RESTANTES ESCALÕES;
- TAÇAS PARA AS 10 PRIMEIRAS EQUIPAS, RESULTANTE DA CLASSIFICAÇÃO COLETIVA DO GRANDE PRÉMIO GRANDE PRÉMIO DE CAXIAS - RUN TEJO;

A PARTICIPAÇÃO COM DORSAL/CHIP ERRADO (NÃO CORRESPONDENTE AO ATLETA QUE REALIZOU A PROVA) OU EM PARTIDA NÃO CORRESPONDENTE AO SUE ESCALÃO DÁ ORIGEM A DESCLASSIFICAÇÃO AUTOMÁTICA, NÃO SENDO ATRIBUÍDA PONTUAÇÃO.

## **08** REGRAS DE CONDUCTA E ÉTICA DESPORTIVA

OS ATLETAS TÊM POR DEVER ADOPTAR UMA POSTURA QUE DIGNIFIQUE A COMPETIÇÃO E QUE RESPEITE OS VALORES DO ESPÍRITO DESPORTIVO:

ATTITUDES OU AÇÕES QUE VIOLEM ESTES VALORES PODEM LEVAR À APLICAÇÃO DE SANÇÕES DESPORTIVAS, COMO DESCLASSIFICAÇÃO NA PROVA OU EXCLUSÃO DO TROFÉU DE OEIRAS.

NOTA: OS ATLETAS FEDERADOS POR UMA EQUIPA SÓ PODERÃO SER INSCRITOS NESTA COMPETIÇÃO COMO ATLETAS DA EQUIPA EM QUE ESTÃO FILIADOS, CASO A EQUIPA NÃO ESTEJA INSCRITA NO TROFÉU APENAS PODERÃO COMO ATLETAS INDIVIDUAIS.

## **09** DEVERES DOS ATLETAS

OS PARTICIPANTES, AO INSCREVEREM-SE NO TROFÉU DE OEIRAS, ASSUMEM REUNIR AS CONDIÇÕES DE SAÚDE NECESSÁRIAS PARA PARTICIPAR NO CONJUNTO DE PROVAS QUE CONTEMPLA O TROFÉU DE OEIRAS.

OS ATLETAS TÊM A OBRIGAÇÃO INDIVIDUAL DE GARANTIR QUE O SEU DORSAL ESTÁ CORRETAMENTE COLOCADO- FIXO NO PEITO DE FORMA VISÍVEL. A NÃO UTILIZAÇÃO DO DORSAL, OU UTILIZAÇÃO DE DORSAL ERRADO, DÁ ORIGEM AUTOMÁTICA À NÃO CLASSIFICAÇÃO.

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.

## **10** CASOS OMISSOS

OS CASOS OMISSOS DESTE REGULAMENTO SERÃO RESOLVIDOS PELA DIVISÃO DE DESPORTO DA CMO, COM BASE NAS NORMAS GERAIS DO 40º TROFÉU CÂMARA MUNICIPAL DE OEIRAS - CORRIDAS DAS LOCALIDADES.

# 11 DESCRIÇÃO E MAPAS DOS PERCURSOS

**PROVA**

1

**DISTÂNCIA:**

7.100 METROS

**ESCALÕES:**

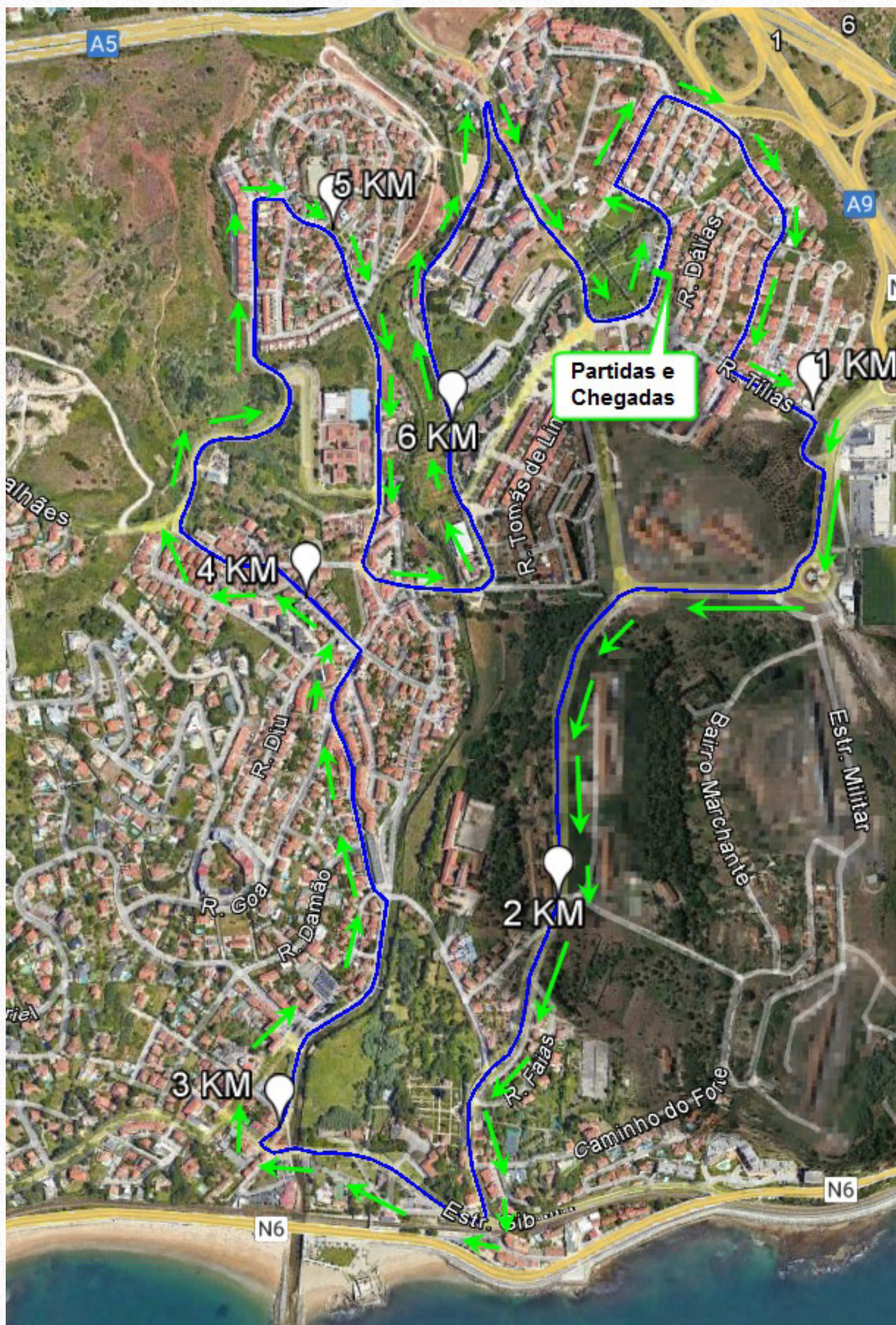
JUNIORES MASCULINOS /SENIORES MASCULINOS /SUB23 MASCULINOS  
M 35/M 40/M 45/M 50/M 55/M 60

**DESCRIÇÃO  
DO PERCURSO:**

PARTIDA RUA DOS SALGUEIROS EM FRENTE AO Nº10 E AO PARQUE INFANTIL>SEGUIR EM FRENTE E PASSAR A PONTE >VIRAR Á DIREITA NA SEGUNDA RUA - RUA DAS BUGANVÍLIAS >VIRAR Á DIREITA PARA A RUA DAS MADRESSILVAS >SEGUIR EM FRENTE ATÉ APANHAR A RUA DAS CAMÉLIAS > SEGUIR EM FRENTE ATÉ AO CRUZAMENTO COM A RUA DAS TÍLIAS >VIRAR Á ESQUERDA PARA A RUA DAS TÍLIAS EM DIREÇÃO Á CIDADE DO FUTEBOL>VIRAR DIREITA PARA A AV. DAS SELEÇÕES >NA ROTUNDA DA CIDADE DO FUTEBOL SAIR NA PRIMEIRA SAÍDA Á DIREITA E APANHAR A ESTRADA DO MURGANHAL JUNTO AO HOSPITAL PRISIONAL DE CAXIAS > NO CRUZAMENTO DO HOSPITAL PRISIONAL VIRAR Á ESQUERDA CONTINUANDO PELA ESTRADA DO MURGANHAL SEMPRE EM FRENTE, CONTINUANDO PELA RUA DR. JORGE RIVOTTI ATÉ AO ENTRONCAMENTO COM A RUA GIBALTA > VIRAR Á DIREITA PARA A RUA DA GIBALTA EM DIREÇÃO ESTAÇÃO DE CAXIAS, SEGUIR SEMPRE EM FRENTE PASSANDO EM FRENTE Á ESTAÇÃO DE CAXIAS PASSAR A PONTE SOBRE A RIBEIRA DE CAXIAS E DE SEGUIDA VIRAR Á DIREITA PARA AV. ANTÓNIO FLORÊNCIO DOS SANTOS >SEGUIR SEMPRE EM FRENTE ATÉPASSAR PELA IGREJA IGREJA PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DAS DORES>VIRAR ÀESQUERDA PARA A R. DOM FRANCISCO DE ALMEIDA SEGUIR EM FRENTE ATÉ AO ENTRONCAMENTO>VIRAR Á ESQUERDA APANHANDO A RUA CALVET DE MAGALHÃES EM DIREÇÃO Á ROTUNDA BODEN POWELL>NA ROTUNDA SAIR NA PRIMEIRA SAÍDA APANHANDO A RUA ROMA >SEGUIR SEMPRE EM FRENTE ATÉ APANHAR A RUA MILÃO>SEGUIR EM FRENTE E VIRAR À DIREITA NA RUA PÁDUA>VIRAR NOVAMENTE Á DIREITA APANHANDO A RUA DA PEDREIRA ITALIANA SEGUIR ATÉ Á ROTUNDA E SAIR NA PRIMEIRA SAÍDA APANHANDO A R.VISCONDESSA SANTO AMARO>SEGUIR SEMPRE EM FRENTE ATÉ APANHAR A RUA CALVET DE MAGALHÃES>VIRAR Á ESQUERDA APANHANDO A RUA CALVET DE MAGALHÃES EM DIREÇÃO AO UNIDOS CAXIENSES DEPOIS DE PASSAR A PONTE SOBRE A RIBEIRA DE CAXIAS FAZER A CURVA Á ESQUERDA JUNTO AOS UNIDOS CAXIENSES E SEGUIR PELA AV. JOÃO FREITAS BRANCO>VIRAR Á ESQUERDA PARA ESTRADA DE LAVEIRAS>SEGUIR EM FRENTE ATÉ ENCONTRAR A ESTRADA DO MURGANHAL>VIRAR À DIREITA PARA A ESTRADA DO MURGANHAL EM DIREÇÃO AO HOSPITAL PRISIONAL DE CAXIAS>VIRAR Á ESQUERDA PARA A RUA DAS TÍLIAS>NA ROTUNDA VIRAR Á ESQUERDA PARA A RUA DOS SALGUEIROS ONDE ESTÁ INSTALADA A META JUNTO AO Nº10 E AO PARQUE INFANTIL.

**TEMPO LIMITE DE PROVA - 55 MINUTOS**

PERCURSO DA PROVA 1





**REGULAMENTO  
GRANDE PRÉMIO DE CAXIAS  
RUN TEJO**

**PROVA**

**2**

**DISTÂNCIA:**

**4000 METROS**

**ESCALÕES:**

**JUVENIS MASCULINOS / JUVENIS FEMININOS**

**JUNIORES FEMININOS / SUB 23 FEMININOS / SENIORES FEMININOS**

**F 35 / F 40 / F 45 / F 50 / F 55 / F 60 F65 M 65 / M 70**

**DESCRIÇÃO**

**DO PERCURSO:**

PARTIDA RUA DOS SALGUEIROS EM FRENTE AO Nº10 E AO PARQUE INFANTIL>SEGUIR EM FRENTE E PASSAR A PONTE >VIRAR Á DIREITA NA SEGUNDA RUA - RUA DAS BUGANVÍLIAS>VIRAR Á DIREITA PARA A RUA DAS MADRESSILVAS >SEGUIR EM FRENTE ATÉ APANHAR A RUA DAS CAMÉLIAS > SEGUIR EM FRENTE ATÉ AO CRUZAMENTO COM A RUA DAS TÍLIAS >VIRAR Á ESQUERDA PARA A RUA DAS TÍLIAS EM DIREÇÃO Á CIDADE DO FUTEBOL>VIRAR DIREITA PARA A AV. DAS SELEÇÕES >NA ROTUNDA DA CIDADE DO FUTEBOL SAIR NA PRIMEIRA SAÍDA Á DIREITA E APANHAR A ESTRADA DO MURGANHAL JUNTO AO HOSPITAL PRISIONAL DE CAXIAS >SEGUIR PELA ESTRADA DO MURGANHAL EM DIREÇÃO A CAXIAS> VIRAR À DIREITA PARA A ESTRADA DA CARTUXA >SEGUIR SEMPRE PELA ESTRADA DA CARTUXA >AO PASSAR APONTE SOBRE A RIBEIRA DE CAXIAS VIRAR À DIREITA PARA A RUA SÃO JOÃO DE DEUS > CONTINUAR SEMPRE EM FRENTE PELA RUA SÃO JOÃO DE DEUS DE SEGUIDA APANHAR A RUA DA FONTE ATÉ AO ENTRONCAMENTOCOM A RUA CALVET DE MAGALHÃES>VIRAR Á DIREITA APANHANDO A RUA CALVET DE MAGALHÃES EM DIREÇÃO AO UNIDOS CAXIENSES DEPOIS DE PASSAR A PONTE SOBRE A RIBEIRA DE CAXIAS FAZER A CURVA Á ESQUERDA JUNTO AOS UNIDOS CAXIENSES E SEGUIR PELA AV. JOÃO FREITAS BRANCO EM DIREÇÃO AO CRUZAMENTO COM A ESTRADA DO MURGANHAL >SEGUIR EM FRENTE NO CRUZAMENTO COM A ESTRADA DO MURGANHAL APANHANDO A RUA DAS TÍLIAS>NA ROTUNDA VIRAR Á ESQUERDA PARA A RUA DOS SALGUEIROS ONDE ESTÁ INSTALADA A META JUNTO AO Nº10 E AO PARQUE INFANTIL

**TEMPO LIMITE DE PROVA - 45 MINUTOS**

**28 DE MAIO DE 2023  
RUN TEJO - CAXIAS**

PERCURSO DA PROVA 2



**REGULAMENTO  
GRANDE PRÉMIO DE CAXIAS  
RUN TEJO**

**PROVA**

**3**

**DISTÂNCIA:**

**2.100 METROS**

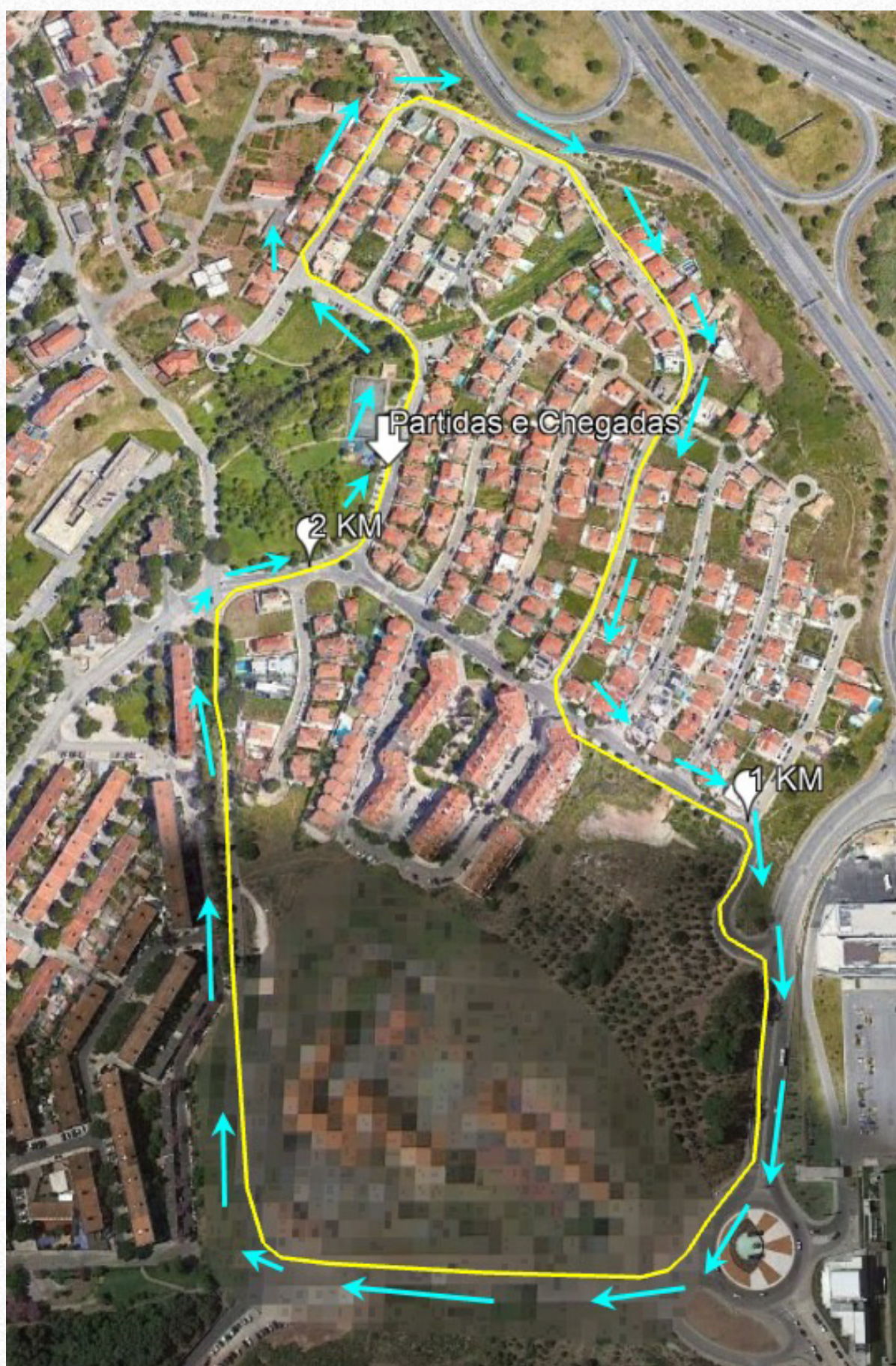
**ESCALÕES:**

**INICIADOS MASCULINOS - INICIADOS FEMININOS**

**DESCRIÇÃO  
DO PERCURSO:**

PARTIDA RUA DOS SALGUEIROS EM FRENTE AO Nº10 E AO PARQUE INFANTIL>SEGUIR EM FRENTE E PASSAR A PONTE >VIRAR Á DIREITA NA SEGUNDA RUA - RUA DAS BUGANVÍLIAS >VIRAR Á DIREITA PARA A RUA DAS MADRESSILVAS >SEGUIR EM FRENTE ATÉ APANHAR A RUA DAS CAMÉLIAS >SEGUIR EM FRENTE ATÉ AO CRUZAMENTO COM A RUA DAS TÍLIAS >VIRAR Á ESQUERDA PARA A RUA DAS TÍLIAS EM DIREÇÃO Á CIDADE DO FUTEBOL>VIRAR DIREITA PARA A AV. DAS SELEÇÕES >NA ROTUNDA DA EMOBOL SAIR NA PRIMEIRA SAÍDA Á DIREITA E APANHAR A ESTRADA DO MURGANHAL JUNTO AO HOSPITAL PRISIONAL DE CAXIAS >VIRAR Á ESQUERDA PARA A ESTRADA DO MURGANHAL NO SENTIDO DE LAVEIRAS, CONTORNANDO SEMPRE O HOSPITAL PRISIONAL DE CAXIAS >VIRAR À DIREITA APANHANDO A RUA DAS TÍLIAS >NA ROTUNDA VIRAR Á ESQUERDA PARA A RUA DOS SALGUEIROS ONDE ESTÁ INSTALADA A META JUNTO AO Nº10 E AO PARQUE INFANTIL.

**TEMPO LIMITE DE PROVA - 25 MINUTOS**



**PERCURSO  
DA PROVA  
3**

**28 DE MAIO DE 2023  
RUN TEJO - CAXIAS**

**REGULAMENTO  
GRANDE PRÉMIO DE CAXIAS  
RUN TEJO**

**PROVA**

**4**

**DISTÂNCIA:**

**1.000 METROS**

**ESCALÕES:**

**INFANTIS MASCULINOS - INFANTIS FEMININOS**

**DESCRIÇÃO  
DO PERCURSO:**

PARTIDA RUA DOS SALGUEIROS EM FRENTE AO Nº10 E AO PARQUE INFANTIL >SEGUIR EM FRENTE E PASSAR A PONTE >VIRAR À DIREITA NA SEGUNDA RUA - RUA DAS BUGANVÍLIAS >VIRAR À DIREITA PARA A RUA DAS MADRESSILVAS >SEGUIR EM FRENTE ATÉ APANHAR A RUA DAS CAMÉLIAS > SEGUIR EM FRENTE ATÉ AO CRUZAMENTO COM A RUA DAS TÍLIAS >VIRAR À DIREITA PARA A RUA DAS TÍLIAS >DESCER A RUA ATÉ ENCONTRA A ROTUNDA >NA ROTUNDA VIRAR À DIREITA PARA A RUA DOS SALGUEIROS ONDE ESTÁ INSTALADA A META JUNTO AO Nº10 E AO PARQUE INFANTIL.

**TEMPO LIMITE DE PROVA - 12 MINUTOS**



**PERCURSO  
DA PROVA  
4**

# REGULAMENTO GRANDE PRÉMIO DE CAXIAS RUN TEJO

**PROVA**

**5**

**DISTÂNCIA:**

**450 METROS**

**ESCALÕES:**

**BENJAMINS MASCULINOS - BENJAMINS FEMININOS - JOGOS DE OEIRAS**

**DESCRIÇÃO  
DO PERCURSO:**

PARTIDA RUA DOS SALGUEIROS EM FRENTE AO Nº10 E AO PARQUE INFANTIL >SEGUIR EM FRENTE E PASSAR A PONTE >VIRAR À ESQUERDA NA SEGUNDA RUA - RUA DAS BUGANVÍLIAS >AO FINAL DA RUA ENTRAR NO PASSEIO DO PARQUE URBANO >PASSAR A PONTE DO PARQUE URBANO SEGUIR EM FRENTE PELO PASSEIO ENTRE A AS PALMEIRAS ATÉ ENCONTRAR A ROTUNDA DA RUA DAS TÍLIAS >VIRAR À ESQUERDA PARA A RUA DOS SALGUEIROS ONDE ESTÁ INSTALADA A META JUNTO AO Nº10 E AO PARQUE INFANTIL.

**TEMPO LIMITE DE PROVA - 8 MINUTOS**



PERCURSO  
DA PROVA  
5