

**42º Troféu Câmara Municipal de Oeiras
Corridas das Localidades**



Regulamento

42º Grande Prémio de Atletismo

23 de março de 2025

Grupo Recreativo Cultural e Desportivo de Leião

ÍNDICE

| | |
|--|----|
| 1. ORGANIZAÇÃO..... | 2 |
| 2. PARTICIPAÇÃO..... | 2 |
| 3. ESCALÕES E DISTÂNCIAS | 2 |
| 4. ORDEM E HORÁRIO DAS PARTIDAS..... | 2 |
| 5. INSCRIÇÕES E LEVANTAMENTO DE DORSAIS | 3 |
| 6. CONTATOS INFORMAÇÕES ATENDIMENTO | 4 |
| 7. PRÉMIOS E CLASSIFICAÇÕES..... | 4 |
| 8. REGRAS DE CONDUTA E ÉTICA DESPORTIVA..... | 5 |
| 9. CASOS OMISSOS | 5 |
| 10. ÁREAS DE ESTACIONAMENTO E INSTALAÇÕES..... | 6 |
| 11. PERCURSOS..... | 8 |
| a. Prova 5/6 – 500m – Benjamins Masculinos e Femininos | 8 |
| b. Prova 4 – 1440m – Infantis Masculinos e Femininos | 9 |
| c. Prova 3 – 2750m – Iniciados Masculinos e Femininos | 11 |
| d. Prova 2 – 4200m..... | 13 |
| e. Prova 1 – 7300m..... | 15 |
| 12. PERCURSOS – GoogleMaps | 17 |

REGULAMENTO

1. ORGANIZAÇÃO

O XXXI Grande Prémio de Atletismo de Leão é uma prova de corrida de estrada integrada no 42º Troféu Câmara Municipal de Oeiras – Corridas das Localidades.

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

2. PARTICIPAÇÃO

A participação no Grande Prémio de Atletismo de Leão 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 42.º 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) |
|----------|------------|-------------------|-------------------|-----------------------|
| 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 |

4. ORDEM E HORÁRIO DAS PARTIDAS

O Grande Prémio de Atletismo de Leão compreende 6 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 | 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 |
| | | | | SUB 12 MASCULINOS |
| | | | | SUB 12 FEMININOS |
| | | | | SUB 10 MASCULINOS |
| | | | | SUB 10 FEMININOS |

5. INSCRIÇÕES E LEVANTAMENTO DE DORSAIS

A inscrição no Grande Prémio de Atletismo de Leão é gratuita e aberta a todos os interessados e só poderá ser efetuada **até às 23h59 do 3.º dia anterior à data da prova**, 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 42º 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 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: ddesporto@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.

Morada: 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 dez primeiros atletas classificados, nos escalões: S10, S12 e S14 Masculinos e Femininos
- Para os restantes escalões serão entregues prémios até ao 5º 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 42.º Troféu Câmara Municipal de Oeiras – Corridas das Localidades.

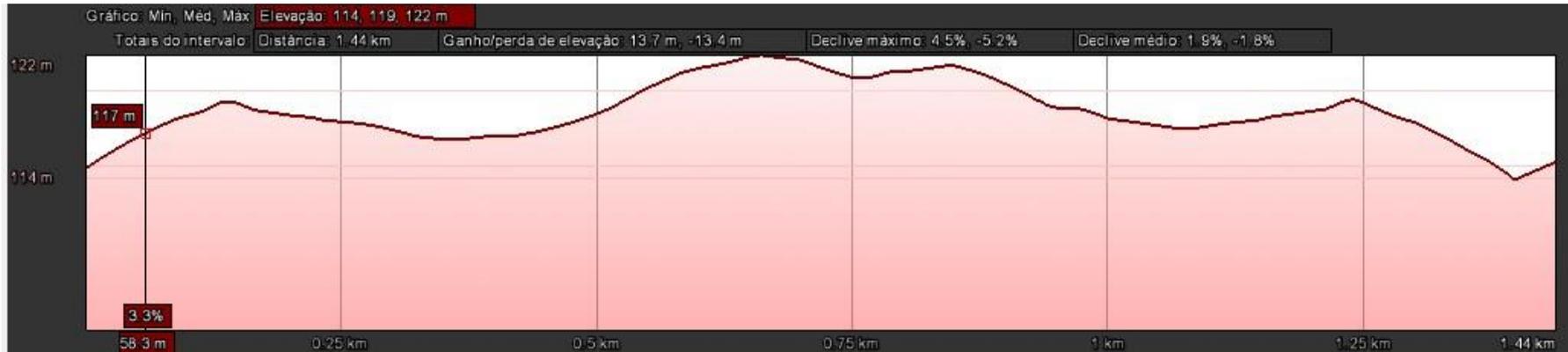
10. ÁREAS DE ESTACIONAMENTO E INSTALAÇÕES



Área de Estacionamento █

Bar e Entrega de prémios █

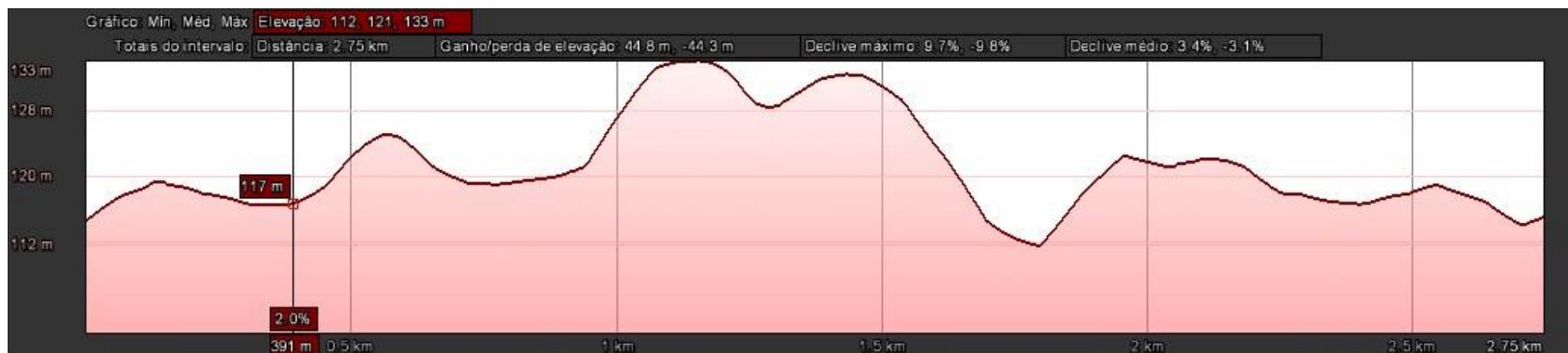
Altimetria da Prova 4



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.

Altimetria da Prova 3

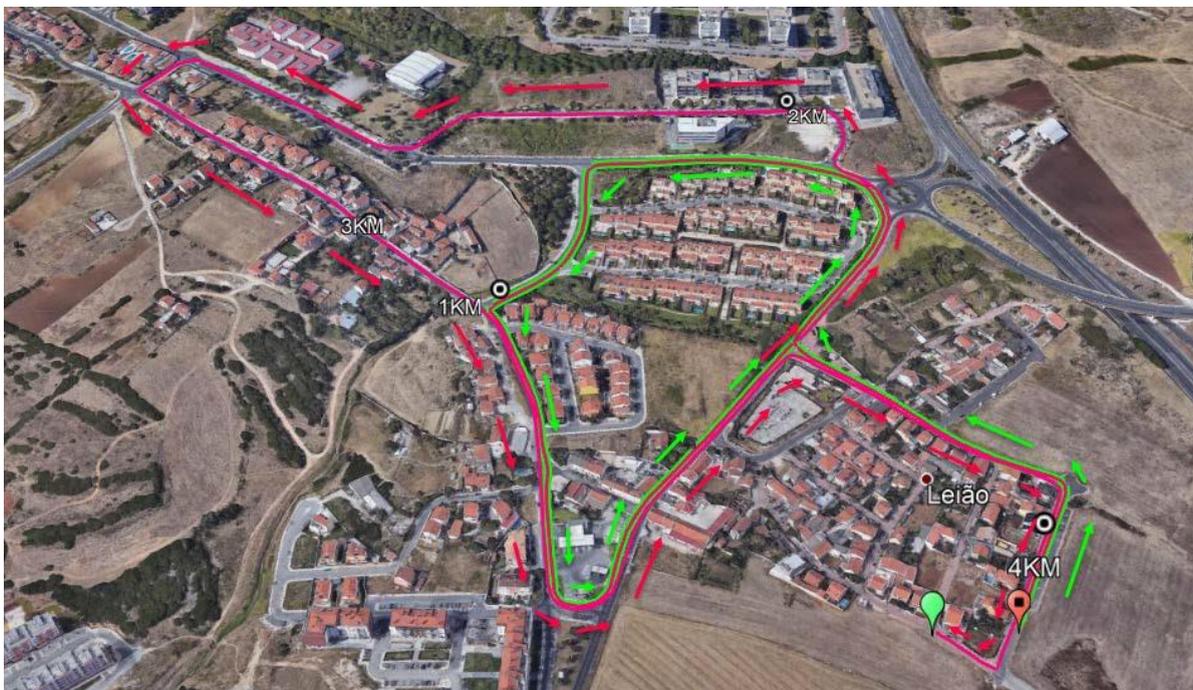


Memória descritiva do Percurso da Prova 3

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.

d. Prova 2 - 4200m

Sub 18 (Masculino/Feminino), Sub20 (Masculino/Feminino), Sub23 (Feminino), Seniores (Femininos), F35, F40, F45, F50, F55, M60, F60, M65, F65, M70, F70, M75, M80



Altimetria da Prova 2



Memória descritiva do Percurso da Prova 2

Partida na R. Bernardino Machado, vira à esquerda na rua José Relvas segue em frente em direcção á fonte, vira à direita na Estrada de Leião em direcção 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 Talaide 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 direcção 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 Escola EB2/3S Aquilino Ribeiro vira á esquerda na Rua Fernando Sabido vira novamente á esquerda apanhando a estrada de Talaide 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.

e. Prova 1 – 7300m: Sub23 (Mascullinos), Seniores (Mascullinos), M35, M40, M45, M50, M55



Altimetria da Prova 1



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 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 Vandelli, segue em frente na rotunda antes da escola, passa em frente à escola Escola EB2/3S Aquilino Ribeiro continua em frente pela Av. Domingos Vandelli 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.