

Clube Recreativo Leões de Porto Salvo



6 de Novembro
2016



2017

Grande Prémio de ATLETISMO

www.leoesdeportosalvo.pt

Com o apoio de:





Regulamento Grande Prémio Atletismo Leões Porto Salvo 2017

O Clube Recreativo Leões de Porto Salvo, com o apoio da Divisão de Desporto da Câmara Municipal de Oeiras, realiza no próximo dia **6de novembrode 2016**, o seu Grande Prémio de Atletismo.

Esta prova faz parte do **35º TROFÉU** da **C.M.O - CORRIDA DAS LOCALIDADES** e destina-se a todos os indivíduos do sexo Masculino e Feminino.

A- Programa

- 09H30 – Início das provas
- 10H00 – Início da entrega de prémios aos atletas
- 12H30 – Sorteio de 1 Bicicleta por todos os participantes

B- Participação

A participação nesta prova é gratuita e aberta a todos os interessados, de acordo com os escalões definidos neste regulamento.

C- Escalões e distâncias

Os escalões, anos de nascimento e distâncias a cumprir são as que se indicam nos quadros seguintes:

Sexo Feminino		
Escalão Etário	Ano de Nascimento	Distância a percorrer (metros)
BENJAMINS B	2008/2007/2006	500....a)
INFANTIS	2005/2004	1 500....b)
INICIADOS	2003/2002	2 790....c)
JUVENIS	2001/2000	4 000....d)
JUNIORES	1999/1998	4 000....d)
SUB 23	1997/1996/1995	4 000....d)
SENIORES	1994/1983	4 000....d)
F 35	1982/1978	4 000....d)
F 40	1977/1973	4 000....d)
F 45	1972/1968	4 000....d)
F 50	1967/1963	4 000....d)
F 55	1962/1958	4 000....d)
F 60	1957 e anteriores	4 000....d)



Sexo Masculino		
Escalão Etário	Ano de Nascimento	Distância a percorrer (metros)
BENJAMINS B	2008/2007/2006	500.....a)
INFANTIS	2005/2004	1 500....b)
INICIADOS	2003/2002	2 790....c)
JUVENIS	2001/2000	4 000....d)
JUNIORES	1999/1998	8 000....e)
SUB 23	1997/1996/1995	8 000....e)
SENIORES	1994/1983	8 000....e)
M 35	1982/1978	8 000....e)
M 40	1977/1973	8 000....e)
M 45	1972/1968	8 000....e)
M 50	1967/1963	8 000....e)
M 55	1962/1958	8 000....e)
M 60	1957/1953	8 000....e)
M 65	1952/1948	4 000....d)
M 70	1947 e anteriores	4 000....d)

Os atletas apenas poderão ser classificados no escalão correspondente ao seu ano de nascimento e a sua eventual participação noutra prova será motivo de desclassificação automática.

D- Inscrições e Dorsais

A inscrição no Grande Prémio de Atletismo do Clube Recreativo Leões de Porto Salvo é gratuita e aberta a todos os interessados e só poderá ser efetuada **até às 00h00 do dia 1 de Novembro de 2016**.

As inscrições de atletas de Clubes dos Concelhos de Oeiras e Cascais devem ser efetuadas, exclusivamente, através das respetivas Divisões de Desporto das Câmaras Municipais da área de filiação, através da Aplicação de Inscrições existente no site:

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

(Menu Época 2016/17 – Inscrições)

As inscrições de atletas de Clubes do Concelho de Sintra devem ser efetuadas, exclusivamente, através da aplicação informática disponível pelo Município de Sintra.

Os restantes interessados, atletas individuais ou Clubes de outros Concelhos (ex.: Lisboa, Amadora, outros) podem inscrever-se através de qualquer uma das Divisões de Desporto das Câmaras Municipais – Escolher “Concelho de Inscrição”, utilizando qualquer uma das aplicações de inscrições (Oeiras-Cascais ou Sintra).

Os dorsais deverão ser levantados, previamente à data da prova (dias úteis anteriores), nas Divisões de Desporto das Câmaras Municipais do “Concelho de Inscrição” escolhido, mediante a apresentação do comprovativo de inscrição recebido, sob pena de não poderem participar na prova.

A inscrição é válida para a participação nas provas dos Troféus de qualquer um dos três Concelhos, sendo atribuído apenas um n.º de dorsal a cada atleta, que poderá ser utilizado em simultâneo nas provas dos três Concelhos, durante toda a época 2016/17.



Não serão aceites inscrições de atletas no próprio dia da prova. Só poderão participar na prova atletas com dorsal de atleta e que estejam registados na plataforma de inscrições até à data limite de inscrição no Grande Prémio de Porto Salvo.

Horário das Partidas e Tempo Limite das Provas

As provas desportivas terão início às 9h30m com partidas e chegadas junto das instalações desportivas do C.R.L.P.S., sitas na Rua Basílio Teles, em Porto Salvo;

Os tempos limite por prova, está definido como o tempo máximo para realizar a mesma. Só sendo classificados os atletas que chegarem dentro deste limite. O tempo limite é contado a partir do sinal sonoro da partida até ao final do tempo estipulado para essa mesma partida;

Os tempos limite por prova e os horários das partidas são os constantes no Regulamento Geral do Troféu.

Tempo limite de Prova por Partida

Partida 1 (500m) – 8 minutos
Partida 2 (1.500m) – 12 minutos
Partida 3 (2.790m) – 25 minutos
Partida 4 (4.000m) – 45 minutos
Partida 5 (8.000m) – 60 minutos

Horário das Partidas

Partida 1 (500m) – 09H30
Partida 2 (1.500m) – não antes 09h38
Partida 3 (2.790m) – não antes 09h50
Partida 4 (4.000m) – não antes 10h00
Partida 5 (8.000m) – não antes 10h45

E- PRÉMIOS E CLASSIFICAÇÕES

Todas as provas terão classificações individuais.

Classificação Individual

É calculada por escalão e segundo a ordem de chegada no respetivo escalão, com a seguinte pontuação:

1^o-15; 2^o-13; 3^a-11; 4^o-10; 5^o-9; 6^o-8; 7^o-7; 8^o-6; 9^o-5; 10^o-4; do 11^o ao 20^o-3; do 21^o ao 30^o-2; e do 31^o em diante 1 ponto.

Para todos os Escalões:

1^oMedalhão
2^oMedalhão
3^oMedalhão
4^o ao 10^o Classificado.....Medalha

Sorteio Final.....1 Bicicleta por todos os participantes

Estes prémios poderão eventualmente ser melhorados, e só serão atribuídos mediante a apresentação de Bilhete de Identidade ou qualquer outro documento de identificação comprovativo da idade do atleta.

Classificação Coletiva

É elaborada de acordo com a classificação individual dos atletas do clube em cada escalão. Assim, são somados os pontos obtidos por todos os atletas do clube que se classificarem;

Serão atribuídas Taças/Troféus às 10 melhores equipas;

Para a classificação por equipas contam todos os atletas que chegaram à meta, vencendo a equipa que totalizar maior número de pontos no conjunto de todas as provas;

No caso de empate de pontos, ficará à frente a equipa que tiver obtido mais 1ºs lugares, 2ºs e 3ºs, e assim sucessivamente no conjunto de todos os escalões.

F- DIVERSOS

Será desclassificado todo o atleta que não cumpra integralmente o respetivo percurso. Em algumas provas poderá haver lugar a controle, o qual será realizado através da distribuição de uma fita plástica no decorrer da prova, a qual terá que ser obrigatoriamente entregue pelo atleta à chegada;

Recomenda-se aos delegados dos vários clubes e aos atletas em geral, o estrito cumprimento deste Regulamento, em especial, no que se refere a uma correta distribuição dos atletas pelos respetivos escalões etários, reservando-se a organização o direito de exigir a identificação dos atletas que ache necessário até ao 10º classificado;

A organização não se responsabiliza pela aptidão dos atletas, nem por qualquer acidente ocorrido com os mesmos, estando, no entanto, garantido o policiamento e controlo do trânsito na passagem dos atletas, bem como assistência e apoio de ambulâncias das Corporações de Bombeiros Voluntários de Barcarena e Oeiras. Os atletas deverão sempre circular pela direita e, tanto quanto possível, encostados à berma;

Todos os participantes na prova encontram-se cobertos por um seguro de acidentes pessoais conforme previsto D.L. 10/2009, contratado pela CMO;

Casos omissos neste Regulamento serão alvo de avaliação e decisão por parte do Diretor da prova designado para a mesma no caso das situações de foro desportivo ou da Câmara Municipal de Oeiras nas restantes situações.

A- Contatos

Clube Recreativo Leões de Porto Salvo

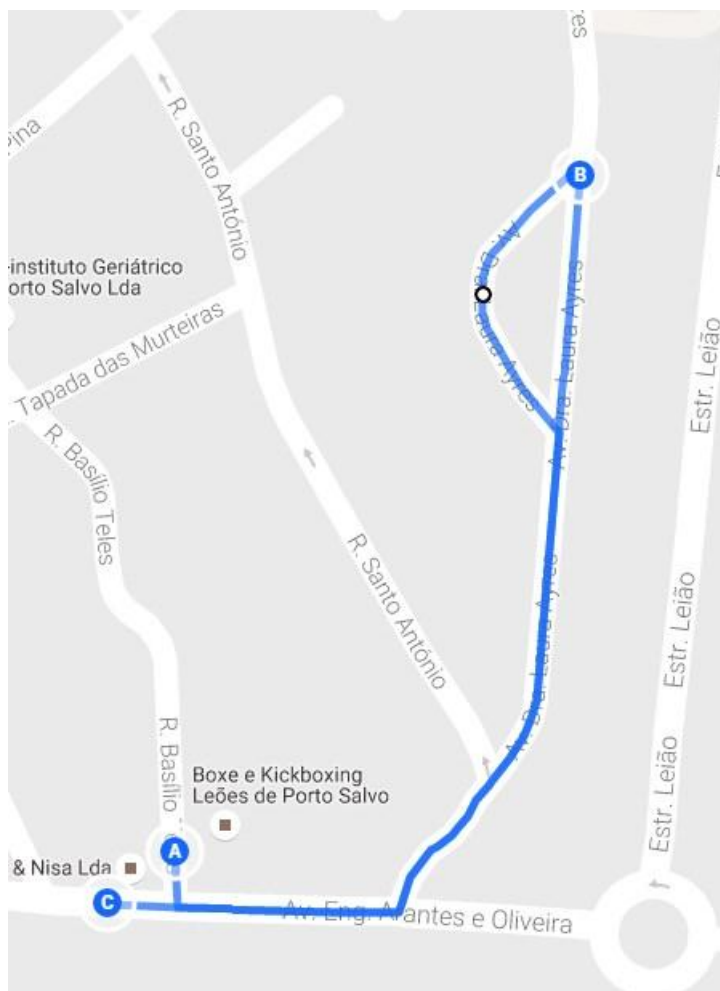
Rua Basílio Teles, nº 2 e 4
2740-025 Porto Salvo
Tel: 21 421 47 05
email: crlps@sapo.pt

Câmara Municipal de Oeiras

Divisão do Desporto
Palácio dos Marqueses de Pombal
Largo Marquês de Pombal
2784-501 Oeiras
Tel: 21 440 85 40
email: d-desporto@cm-oeiras.pt



1ª Prova
BENJAMINS - MASC/FEM
500 metros



Partida na Av. Eng. Arantes e Oliveira

Vire à esquerda em direção da Rua Santo António

Encoste-se à direita e siga para a Av. Dra. Laura Ayres

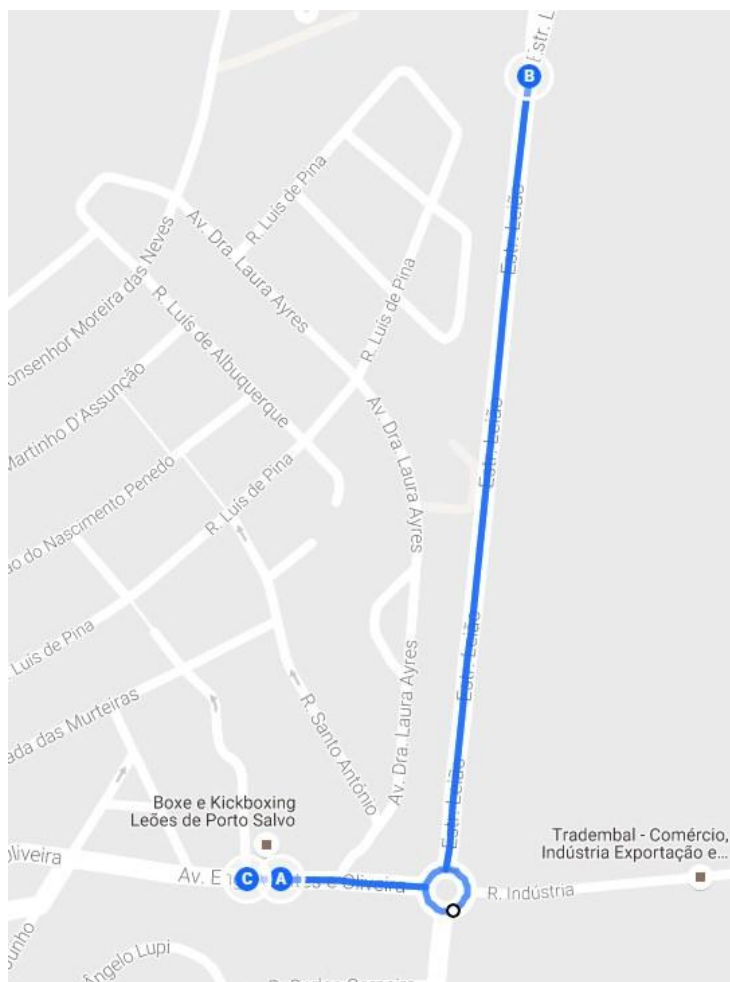
Chegado(a) a uma rotunda com oliveiras na Av. Dra. Laura Ayres junto ao nº 17 inverte o sentido em curva acentuadamente à esquerda para continuar no regresso em direção à Rua Santo António

Prossiga em frente e vire à direita em direção à Av. Eng. Arantes e Oliveira

Chegada à Rua Basílio Teles frente ao Complexo Desportivo dos Leões de Porto Salvo



2ª Prova
INFANTIS - MASC/FEM
1500 metros



Partida na Av. Eng. Arantes e Oliveira

Chegado(a) à rotunda, siga pela 3.ª saída para a Estrada de Leião

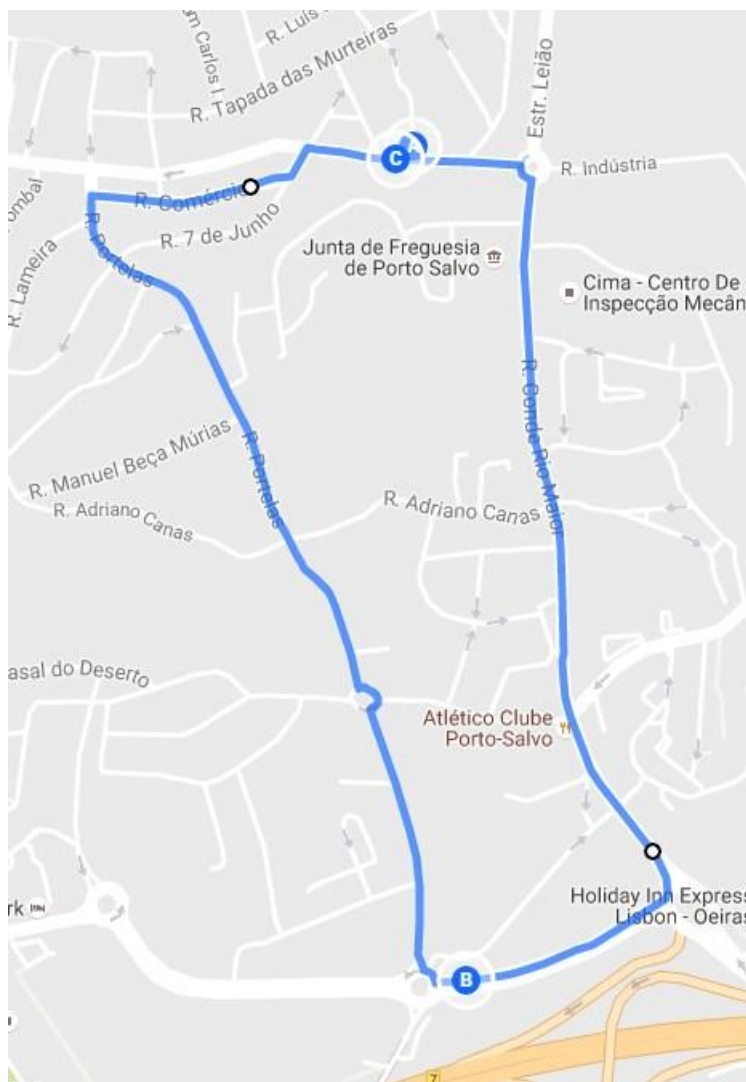
Ao cimo da reta da Estrada de Leião antes da bifurcação das bombas de combustível da Repsol encontrará uns pinos para inverter o sentido da marcha com destino novamente à rotunda

Na rotunda, saiana 1.ª saída á direita para a Av. Eng. Arantes e Oliveira

Chegada à Rua Basílio Teles frente ao Complexo Desportivo dos Leões de Porto Salvo



3ª Prova INICIADOS - MASC/FEM, F60, M70 2790 metros



Partida na Av. Eng. Arantes e Oliveira

Chegado(a) à rotunda à saída do Bairro de Autoconstrução, siga pela 1ª saída para a Rua Conde de Rio Maior

Desça a Rua Conde Rio Maior e continue na direção da Estrada de Paço de Arcos

Ao chegar à rotunda Sérgio Vieira de Mello (rotunda dos pauzinhos), saia na 1ª saída à direita para Av. Sérgio Vieira de Mello

Ao encontrar a 1ª rotunda antes da escola, saia na 1ª saída à direita passando em frente à Tecnóvia

Chegado (a) a nova rotunda siga pela 2ª saída para a Rua das Portelas

Ao fundo da Rua das Portelas vire à sua direita em direção à Rua Comércio

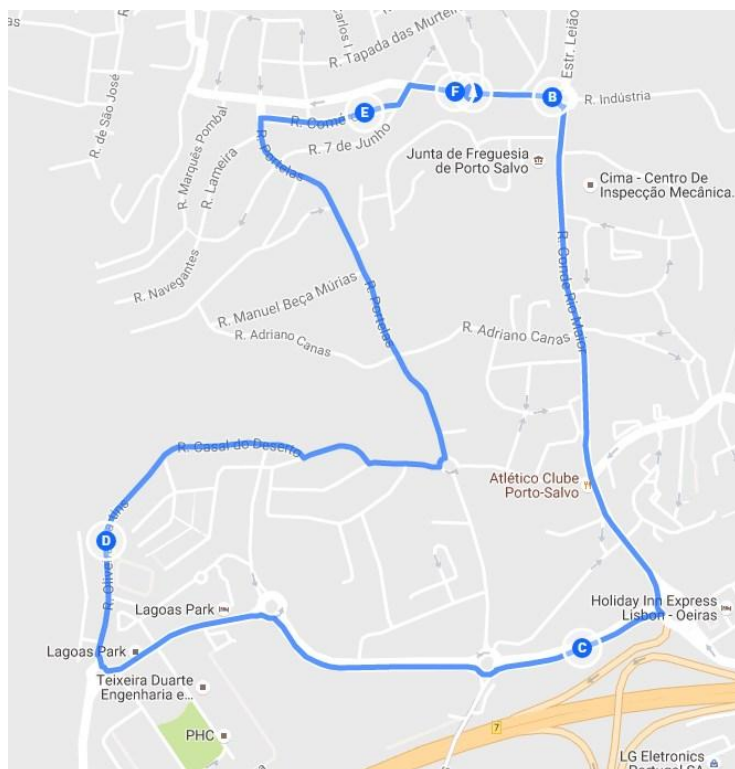
Suba a Rua do Comércio até ao cimo e vire à esquerda em direção à Rua 7 de Junho

Vire logo na 1ª à direita em direção à Av. Eng. Arantes e Oliveira

Chegada à Rua Basílio Teles junto ao Complexo Desportivo dos Leões de Porto Salvo



4ª Prova JUVENIS MASC/FEM, JUNIORES FEM SUB 23 FEM, SENIORES FEM, F35, F40, F45, F50, F55, M65 4000 metros



Partida na Av. Eng. Arantes e Oliveira

Chegado(a) à rotunda à saída do Bairro de Autoconstrução, siga pela 1ª saída para a Rua Conde de Rio Maior

Desça a Rua Conde Rio Maior e continue na direção da Estrada de Paço de Arcos

Ao chegar à rotunda Sérgio Vieira de Mello (rotunda dos pauzinhos), saia na 1ª saída à direita para Av. Sérgio Vieira de Mello

Passa a 1ª rotunda e frente à Escola Primária chega à 2ª rotunda em direção ao Hotel Lagoas Park

Na 2ª rotunda, siga pela 2ª saída para Rua Encosta das Lagoas

Chegado(a) à rotunda do Moinho das Rolas curve ligeiramente à direita para a Rua Oliveira Martins

Continue a subir até à Rua Casal do Deserto

Passa em frente ao novo campo de futebol do Atlético de Porto Salvo – Adriano Caldas

Ao chegar à rotunda siga pela 3ª saída na direção da Rua das Portelas

Ao fundo da Rua das Portelas vire à sua direita em direção à Rua Comércio

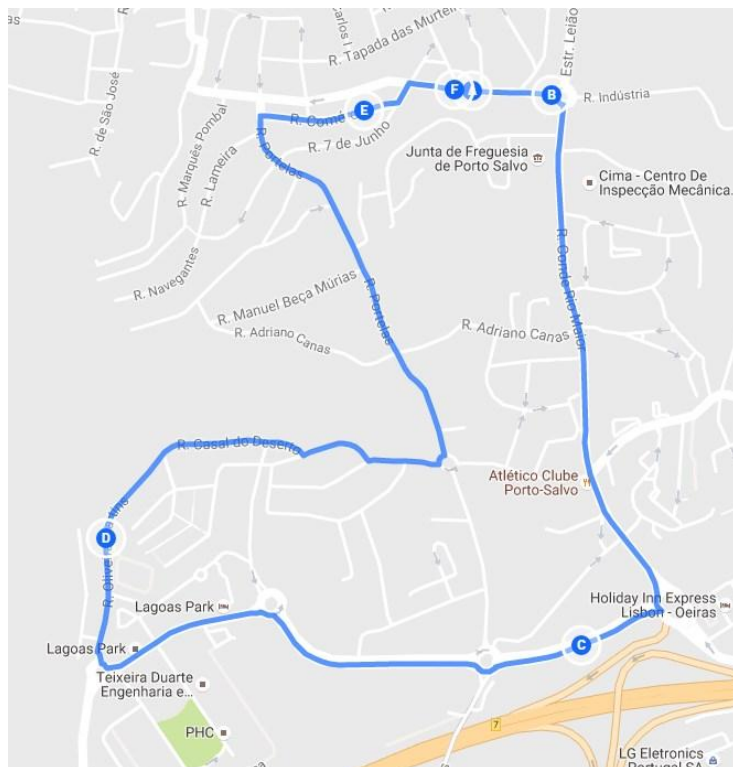
Suba a Rua do Comércio até ao cimo e vire à esquerda em direção à Rua 7 de Junho

Vire logo na 1ª à direita em direção à Av. Eng. Arantes e Oliveira

Chegada à Rua Basílio Teles junto ao Complexo Desportivo dos Leões de Porto Salvo



5ª Prova JUNIORES MASC, SUB23 MASC, SENIORES MASC M35, M40, M45, M50, M55, M60 8000 metros (2 voltas x 4000 metros)



Partida na Av. Eng. Arantes e Oliveira

Chegado(a) à rotunda à saída do Bairro de Autoconstrução, siga pela 1ª saída para a Rua Conde de Rio Maior

Desça a Rua Conde Rio Maior e continue na direção da Estrada de Paço de Arcos

Ao chegar à rotunda Sérgio Vieira de Mello (rotunda dos pauzinhos), saia na 1ª saída à direita para Av. Sérgio Vieira de Mello

Passa a 1ª rotunda e frente à Escola Primária chega à 2ª rotunda em direção ao Hotel Lagoas Park

Na 2ª rotunda, siga pela 2.ª saída para Rua Encosta das Lagoas

Chegado(a) à rotunda do Moinho das Rolas curve ligeiramente à direita para a Rua Oliveira Martins

Continue a subir até à Rua Casal do Deserto

Passa em frente ao novo campo de futebol do Atlético de Porto Salvo – Adriano Caldas

Ao chegar à rotunda siga pela 3ª saída na direção da Rua das Portelas

Ao fundo da Rua das Portelas vire à sua direita em direção à Rua Comércio

Suba a Rua do Comércio até ao cimo e vire à esquerda em direção à Rua 7 de Junho

Vire logo na 1ª à direita em direção à Av. Eng. Arantes e Oliveira

Chegada à Rua Basílio Teles junto ao Complexo Desportivo dos Leões de Porto Salvo

Nota: Esta prova é constituída por duas voltas ao mesmo percurso, havendo controle junto ao ponto de partida aquando do fim da 1ª volta