

CADERNO DE PROVA:

# **20º GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO DE TREGOSA**

19 de Outubro de 2014



# 20º Grande Prémio de Atletismo de Tregosa

19 de Outubro de 2014

Troféu para os 3 Primeiros Individual e 1º Coletivo

Juniores e Seniores M/F-Prémio Monetário do 1º ao 3º Classificados

## Horário de Provas

Escalão	Hora	Nascimento	Sexo	Distancia
Benjamins	09h 30min	2003 / 07	M / F	900m
Infantis	09h 40min	2001 / 02	M / F	1.600m
Iniciados	10h 00min	99 / 2000	M / F	3.200m
Juvenis	10h 25min	97 / 98	M / F	4.100m
Juniores e Seniores	10h 40min	96 e antes	M / F	7.200m
Veteranos	10h 40min	≥ 35 anos		

\*O prazo de inscrição termina em 15 de Outubro de 2014.

\*Para os atletas não federados o prazo de inscrição terminará a 14 de Outubro.

\*Não será aceite inscrições de última hora.

### NOTA:

- TODOS OS ATLETAS SÓ PODERÃO CORRER NO SEU ESCALÃO NÃO PODENDO CORRER DUAS PROVAS.
- DE ACORDO COM O REGULAMENTO GERAL DE COMPETIÇÕES, OS VETERANOS PODEM OPTAR POR CORRER POR SÉNIOR OU VETERANO, DEVENDO MENCIONAR ESTE ASPETO NO MOMENTO DA INSCRIÇÃO.

### INFORMAÇÃO E INSCRIÇÃO:

SEDE: A.D.C.T- Lugar da Igreja 4905-158 Tregosa

TELEM: 934034393

925006499

E-MAIL: [adctregosa@hotmail.com](mailto:adctregosa@hotmail.com)

# A.D.C.T.-20º Grande Prémio de Atletismo

## Prémios:

Escalão	Masculino	Feminino
<b>Benjamins</b>	Trofeu - 1º, 2º e 3º Taça - 1º Coletivo	Trofeu - 1º, 2º e 3º Taça - 1º Coletivo
<b>Infantil</b>	Trofeu - 1º, 2º e 3º Taça - 1º Coletivo	Trofeu - 1º, 2º e 3º Taça - 1º Coletivo
<b>Iniciado</b>	Trofeu - 1º, 2º e 3º Taça - 1º Coletivo	Trofeu - 1º, 2º e 3º Taça - 1º Coletivo
<b>Juvenil</b>	Trofeu - 1º, 2º e 3º Taça - 1º Coletivo	Trofeu - 1º, 2º e 3º Taça - 1º Coletivo
<b>Veteranos</b>	Trofeu - 1º, 2º e 3º Taça - 1º Coletivo	Trofeu - 1º, 2º e 3º Taça - 1º Coletivo
<b>Juniores e Seniores</b>	Trofeu - 1º, 2º, 3º 1º 100€ 2º 75€ 3º 50€ Taça - 1º Coletivo	Trofeu - 1º, 2º, 3º 1º 80€ 2º 60€ 3º 40€ Taça - 1º Coletivo

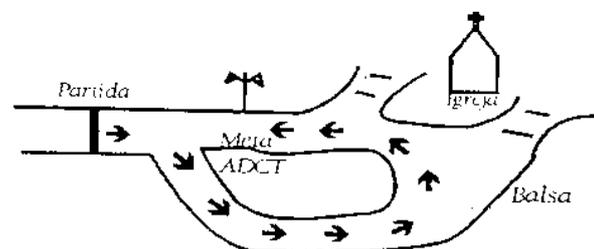
# A.D.C.T.-20º Grande Prémio de Atletismo

## Atletismo/Itinerários

### 1ª PROVA:

**Benjamins M/F – Distância - 900m;**

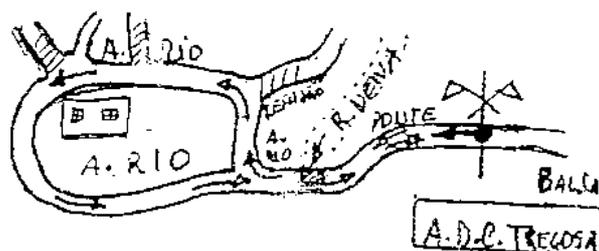
- Partida em direcção á Balsa por baixo da A.D.C.T, contorna sempre á esquerda em direcção á A.D.C.T, terminando a prova.



### 2ª PROVA:

**Infantis M/F – Distância - 1600m;**

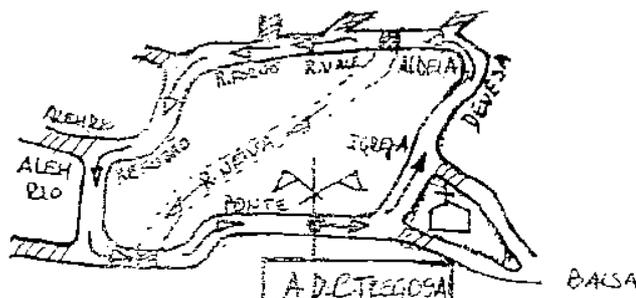
- Partida em frente A.D.C.T. em direcção a Ponte, descer até às Alminhas e voltar á direita, "Além Rio" no 1º cruzamento voltar a esquerda prosseguindo em Além Rio até ao Estabelecimento João Chaves voltar a esquerda em direcção as Alminhas da Ponte subindo o Alto da Ponte em direcção á A.D.C.T, terminando a prova.



### 3ª PROVA:

**Indiciados M/F – Distância - 3200m;**

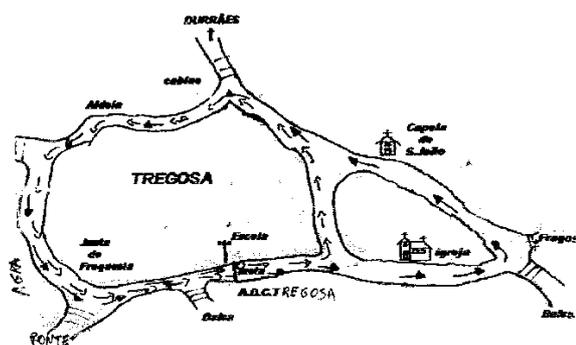
- Partida em frente A.D.C.T. á esquerda subir o alto de S. João, "Devesa" em direcção a Cabine, voltar á esquerda e descer o lugar da Aldeia atravessando a Ponte de Vale (entrada em Barroselas) e contornando sempre a esquerda na Rua de Vale e atravessando um pequeno pontilhão (entrada na Rua do Forno) e no 1º acesso voltar a esquerda entrando na Rua do Refujão prosseguindo sempre em frente voltando á esquerda ao 1º acesso em direcção ás Alminhas da Ponte subindo o Alto da Ponte em direcção A.D.C.T. terminando a prova.



### 4ª PROVA:

**Juvenis M/F – Distância - 4100m;**

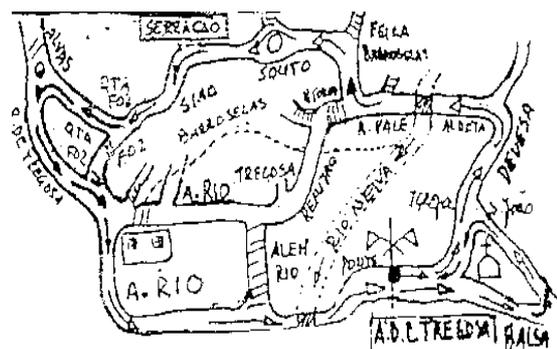
- Partida em frente á A.D.C.T vira á esquerda sobe a S. João esquerda Cabine, esquerda Aldeia Agra, esquerda na Junta de Freguesia na meta segue em direcção a Balsa vira a esquerda para S. João fazendo assim pela segunda vez o mesmo percurso até chegar a meta que se encontra em frente á A.D.C. Tregosa.



### 5ª PROVA:

**Júnior e Sénior M/F | Veteranos M/F – Distância - 7200m;**

- Partida em frente a A.D.C.T vira á esquerda sobe o Alto de S. João "Devesa" em direcção á Cabine voltar a esquerda descer Aldeia atravessando a ponte de Vale (entrada em Barroselas) Rua de Vale retomando sempre a esquerda até ao segundo cruzamento e voltar á direita Rua Pelourinho, Largo da Feira voltar á esquerda passando pelo cruzamento seguindo em frente em direcção á Serração (depois sempre na estrada nacional ignorando todo e qualquer cruzamento) "Sião, Foz, Alvas, existe uma placa a indicar Tregosa, voltar a esquerda entrando na Rua de Tregosa (já em via secundária) prosseguindo sempre em frente em direcção ao Estabelecimento João Chaves (entrada em Tregosa) voltar a direita, Além Rio, Alminhas da Ponte subir o Alto da Ponte passagem pelo local de partida (A.D.C.T) seguindo em frente contornando o Passal em direcção ao largo da Balsa voltando á esquerda subir até S. João descer ligeiramente e voltar á esquerda descendo em direcção á A.D.C.T., terminando a prova.





# A.D.C.T.-20º Grande Prémio de Atletismo

## Regulamento

1. A.D.C. de Tregosa vai realizar no dia **19 de Outubro de 2014** o seu **20º Grande Prémio de Atletismo de Tregosa** que decorrerá nas principais artérias da freguesia e freguesia vizinha (Barroselas).

As partidas e chegadas serão realizadas junto às instalações desta *Associação*.

2. Poderão participar atletas federados e não federados de ambos os sexos.

3. As inscrições deverão ser enviadas para:

*Associação Desportiva e Cultural de Tregosa* - Lugar da Igreja - 4905-158 Tregosa, ou através do telefone 934034393. Os atletas poder-se-ão também inscrever através da, ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA, em [www.aabraga.pt](http://www.aabraga.pt)

As inscrições encerram às 19h do dia 15 de Outubro, mas se o fizerem através da Associação de Atletismo de Braga terminarão no dia 13 de Outubro.

**IMPORTANTE: Não se aceitam inscrições de última hora. Os atletas não federados deverão se inscrever até ao dia 14 de Outubro.**

4. Esta prova destina-se aos escalões de Benjamins, Infantis, Iniciados, Juvenis, Júniores/Seniores e Veteranos.

**Levantamento dos dorsais meia hora antes da prova.** (Deverão vir munidos de alfinetes para fixar os dorsais.)

Os atletas deverão ser portadores de **identificação pessoal**, sendo motivo de desclassificação a sua não apresentação quando solicitado pela organização.

### **5. Serão ainda desclassificados:**

a) Atleta que no decorrer da prova não cumpram integralmente o percurso, cometam faltas que prejudiquem outros atletas ou actos que perturbem o normal desenrolar da Prova.

b) Atletas que participem sem ter a sua inscrição devidamente Formalizada de acordo com o regulamento.

### **6. Classificações - corrida**

**6.1-** Serão apurados classificações individuais e por equipas.

**6.2-** Para as classificações coletivas contam os três primeiros classificados de cada equipa. Em caso de empate, o desempate será resolvido a favor da equipa cujo terceiro elemento esteja melhor classificado.

7. O estado físico dos Atletas será da sua exclusiva responsabilidade ou da equipa que representam, não assumindo a organização qualquer responsabilidade por eventuais acidentes no decorrer da prova.

8. As várias provas terão o acompanhamento dos serviços, de ambulâncias. Toda a segurança dos Atletas, será garantida pelos fiscais do percurso, bem como pelos batedores da brigada de trânsito G.N.R.

9. Todos os participantes, ao efectuarem a sua inscrição aderem sem restrições ao presente regulamento, cabendo à Organização (em exclusivo) a resolução dos casos omissos.

10. Todos os Atletas devem indicar se são ou não possuidores de seguro Desportivo. Esta prova estará munida de um Seguro de Prova.

