

**INATEL**  
**DELEGAÇÃO DE BRAGA**

**CORTA-MATO**  
**ASSOCIAÇÃO DE MORADORES DA**  
**EMBOLADOURA - GONDAR**

**GONDAR - GUIMARÃES - 16.DEZEMBRO.2006**

Em conformidade com o Calendário Distrital de Actividades Desportivas, a Delegação de Braga do INATEL em colaboração com a ASSOCIAÇÃO DE MORADORES DA EMBOLADOURA-GONDAR e o apoio da Associação de Atletismo de Braga, vão organizar no dia **16 de Dezembro de 2006** pelas **15.00 Horas**, o **CORTA-MATO DA ASSOCIAÇÃO DE MORADORES DA EMBOLADOURA - GONDAR**, com a seguinte regulamentação:

**1º - ÂMBITO DE PARTICIPAÇÃO**

A prova é aberta a todos os interessados, com mais de 9 anos de idade e de ambos os sexos, desde que os atletas se encontrem minimamente preparados e, de acordo com os seguintes escalões:

<b>ESCALÕES</b>	<b>MASCULINOS</b>	<b>FEMININOS</b>
<b>BENJAMINS</b>	Nascidos em 96/97	Nascidas em 96/97
<b>INFANTIS</b>	Nascidos em 94/95	Nascidas em 94/95
<b>INICIADOS</b>	Nascidos em 92/93	Nascidas em 92/93
<b>JUVENIS</b>	Nascidos em 90/91	Nascidas em 90/91
<b>SENIORES</b>	Nascidos em 89 e antes	Nascidas em 89 e antes
<b>VETERANOS – A</b>	Dos 40 aos 44 anos	
<b>VETERANOS – B</b>	Dos 45 aos 49 anos	
<b>VETERANOS – C</b>	Dos 50 aos 54 anos	
<b>VETERANOS – D</b>	Dos 55 aos 59 anos	
<b>VETERANOS – E</b>	Dos 60 anos em diante	

Os escalões são considerados em relação à época em que os atletas fizerem a idade acima estipulada, ou seja, até 30/09/2007.

**2º - INSCRIÇÕES**

O prazo de inscrições decorre até às 18.00 Horas do dia **14 de Dezembro de 2006** e, devem ser entregues pessoalmente ou remetidas para:

**INATEL - Delegação de Braga**  
**Av. Central, 77**  
**4710-228 BRAGA**

**TEL.- 253613320/253617041**  
**FAX – 253214202**

**3º - DISTÂNCIAS**

As distâncias a percorrer por cada escalão etário serão as seguintes:

	ESCALÕES	SEXO	DISTÂNCIAS
1ª PROVA	BENJAMINS	MASC. / FEM.	+ - 1.000 m
	INFANTIS	MASC. / FEM.	+ - 1.000 m
2ª PROVA	INICIADOS	MASC. / FEM.	+ - 2.000 m
3ª PROVA	JUVENIS	MASC. / FEM.	+ - 3.000 m
	SENIORES	FEM.	+ - 3.000 m
	VETERANOS - D	MASC.	+ - 3.000 m
	VETERANOS - E	MASC.	+ - 3.000 m
4ª PROVA	VETERANOS - A	MASC.	+ - 4.000 m
	VETERANOS - B	MASC.	+ - 4.000 m
	VETERANOS - C	MASC.	+ - 4.000 m
5ª PROVA	SENIORES	MASC.	+ - 5.000 m

#### 4º - PROGRAMA HORÁRIO

14H30 - Distribuição de dorsais  
15H00 - Prova de 1.000 m  
15H10 - Prova de 2.000 m  
15H25 - Prova de 3.000 m  
15H50 - Prova de 4.000 m  
16H15 - Prova de 5.000 m  
16H45 - Entrega de Prémios

#### 5º - DOCUMENTAÇÃO – INFORMAÇÕES

No dia da prova, a documentação deve ser levantada no Secretariado instalado na Sede da Associação de Moradores da Emboladoura, em Gondar - Guimarães.

#### 6º - CLASSIFICAÇÕES

Haverá classificações individuais e colectivas em todos os escalões.

As equipas são formadas por 3 elementos para efeitos de classificação colectiva.

\* Para efeitos de classificação será vencedora a equipa que somar menor número de pontos.

\* Os desempates serão efectuados a favor da equipa cujo último concorrente tenha obtido a melhor classificação.

#### 7º - PRÉMIOS

**Serão atribuídas Lembranças de Presença a todos os participantes que concluíam a prova.**

Haverá Troféus ou Taças para o 1º Classificado de cada escalão, bem como para a 1ª Equipa de cada escalão.

\* *NOTA - 1 – Nos escalões de Veteranos – A/B/C só existe uma classificação colectiva.*

\* *NOTA - 2 – Nos escalões de Veteranos – D/E só existe uma classificação colectiva.*

**Há muitos Prémios Surpresa para os melhores Classificados, tais como: PRESUNTOS, FATOS DE TREINO e muitos outros.**

#### 8º - RESPONSABILIDADES

O INATEL e a ASSOCIAÇÃO DE MORADORES DE EMBOLADOURA não se responsabilizam pela Condição Física dos atletas.

**Os atletas que não sejam Federados na Federação Portuguesa de Atletismo ou filiados no INATEL, serão cobertos por Seguro Temporário de Acidentes Pessoais subscrito pelo INATEL (Apólice N.º 10278395 da Companhia de Seguros Victória - Em caso de sinistro devem ligar para a linha verde, 808 100 207).**

Os atletas devem ser portadores de 4 alfinetes para colocação dos respectivos dorsais.

**Os atletas devem ser portadores do respectivo Bilhete de Identidade para se identificarem em caso de protesto, por motivo de idade.**

**Em caso de protesto, se o atleta não apresentar o Bilhete de Identidade, será desclassificado.**

**Os casos omissos serão resolvidos pelo Júri da Organização, de acordo com o Regulamento Técnico da IAAF e Regulamento dos Campeonatos Desportivos do INATEL.**

Braga, 20 de Novembro de 2006

V.L./F.M.