

VII Meia-Maratona “Cidade Esposende”
(Medida Oficialmente pela F.P.A)

&

VII Grande Prémio “Cidade Esposende”

13, Maio 2007



VII Grande Prémio “Cidade Eposende” - 13-Maio-2007 – 9h00

VII Meia-Maratona “Cidade Eposende” – 13-Maio-2007 – 10h00



Regulamento

A CÂMARA MUNICIPAL DE ESPOSENDE e a ESPOSENDE 2000 com a colaboração técnica da Delegação de Braga do INATEL, vão organizar no próximo dia 13 de Maio de 2007 pelas 9h00, o VIII Grande Prémio “Cidade Eposende” e pelas 10h00 a VIII Meia-Maratona “Cidade Eposende”, aferida por medidores oficiais da Federação Portuguesa de Atletismo, com a seguinte regulamentação:

1º - Âmbito de Participação

1.1 – Grande Prémio

A prova é aberta a todos os interessados, dos escalões de Infantis a Juniores, de ambos os sexos, desde que os atletas se encontrem minimamente preparados e, de acordo com os seguintes escalões:

Escalões	Masculinos	Femininos
Infantis	Nascidos em: 94/95/96/97 (13/12/11/10 anos)	Nascidas em: 94/95/96/97 (13/12/11/10 anos)
Jovens I	Nascidos em: 91/92/93 (16/15/14 anos)	Nascidas em: 91/92/93 (16/15/14 anos)
Jovens II	Nascidos: 88/89/90 (19/18/17 anos)	Nascidas: 88/89/90 (19/18/17 anos)

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

1.2 – Meia-Maratona

A prova é aberta a todos os interessados, com mais de 18 anos de idade e de ambos os sexos, desde que os atletas se encontrem minimamente preparados e, de acordo com os seguintes escalões:

Escalões	Masculinos	Femininos
Seniores	Nascidos de 1989 a 1968 (dos 18 aos 39 anos)	Nascidas de 1989 a 1973 (dos 18 aos 34 anos)
Veteranos I	Nascidos de 1967 a 1963 (dos 40 aos 44 anos)	Nascidas de 1972 e antes (dos 35 anos em diante)
Veteranos II	Nascidos de 1962 a 1958 (dos 45 aos 49 anos)	----
Veteranos III	Nascidos de 1957 a 1953 (dos 50 aos 54 anos)	----
Veteranos IV	Nascidos de 1952 e antes (dos 55 anos em diante)	----

Nota: os escalões são considerados em relação à época em que os atletas fizeram a idade acima estipulada, ou seja, até 30/09/2007

1.3 – Mini-Maratona

Prova de cerca de 5.000m. aberta a todos os interessados, sem escalões.

2º - Inscrições

O prazo de inscrições decorre até às 18h00 do dia **9 de Maio de 2007**. Será cobrada um valor de inscrição de inscrição de 5€/atleta somente para a Meia-maratona. As inscrições devem ser entregues pessoalmente ou remetidas para:

✉: INATEL – Delegação de Braga
Av. Centra, 77
4710-228 Braga

☎ (tel): 253 613 320 / 253 617 041

☎ (Fax): 253 214 202

@ (Email): del.braga@inatel.pt

ou

✉: Câmara Municipal de Eposende
Praça do Município,
4740- 223 Eposende

☎ (tel): 253 960 100

☎ (Fax): 253 960 176

@ (Email): carlos.mota@cm-esposende.pt



2.1 - Ficha de Inscrição

Serão disponibilizadas pela organização Fichas de Inscrição próprias para o efeito. Contudo, as inscrições podem ser feitas por carta ou fax, desde que, mencionem os seguintes dados:

Nome completo:

Data de Nascimento:

Morada:

Nº de contribuinte:

Contacto:



2.2 - Pagamento

O pagamento do valor da inscrição deve ser efectuado até ao dia 09 de Maio de 2007. O pagamento poderá ser feito:



- Localmente, no Serviço de Contabilidade da Câmara Municipal de Eposende ou na Delegação de Braga do INATEL

- Por correio, enviando Vale Postal dirigido ao Tesoureiro da Câmara Municipal de Eposende ou Cheque à ordem do Tesoureiro da Câmara Municipal de Eposende.

Nota:

- Não serão aceites inscrições de última hora.
- Alterações de categorias de atletas já inscritos até 30 minutos antes da prova, comunicando estas com obrigatoriedade ao secretariado.
- No acto da inscrição referir a prova, escalão e data de nascimento.

3º - Documentação / Informações

No dia da prova, a documentação deve ser levantada no Secretariado instalado junto das Piscinas, na Avenida Marginal em Eposende, que funcionará para o efeito a partir das 8h15.



4º - Programa / Horário

Grande Prémio: todos os escalões	9h00
Meia-Maratona: Seniores / Veteranos	10h00
Mini-Maratona: Prova aberta	10h05

5º - Local de Partida / Chegada

As Partidas e as Chegadas de todas as provas efectuar-se-ão na Avenida Eng. Eduardo Arantes de Oliveira (Av. Marginal).



6º - Percursos

6.1 – Grande Prémio

6.1.1 – Infantis (cerca de 1700m)

Partida em frente às Piscinas Foz do Cávado na Av. Engenheiro Eduardo Arantes de Oliveira, em direcção a Norte, efectua o retorno na Rotunda junto ao Hotel Suave Mar e faz o percurso inverso, terminando junto às piscinas

6.1.2 – Jovens I (cerca de 2900m)

Partida em frente às Piscinas Foz do Cávado na Av. Engenheiro Eduardo Arantes de Oliveira, em direcção a Norte, efectua o retorno na Rotunda do Farol e faz o percurso inverso, terminando junto às piscinas

6.1.3 – Jovens II (cerca de 4500m)

Partida em frente às Piscinas Foz do Cávado na Av. Engenheiro Eduardo Arantes de Oliveira, em direcção a Norte, vira à direita junto da Rotunda do Farol para a Av. Padre Sá Pereira, vira à esquerda para a Rua Combatentes do Ultramar, vira à esquerda para a Av. dos Banhos, entra novamente na Av. Engenheiro Eduardo Arantes de Oliveira, terminando junto às piscinas.

6.2 – Meia-Maratona

Partida na Av. Eng.º Eduardo Arantes de Oliveira, segue em direcção a Sul até à antiga Rotunda com a E.N. 13, vira à direita seguindo até à Ponte de Fão (1º ponto de viragem), regresso e vira à direita para a Av. S. Martinho até à Rotunda, vira à esquerda pela variante à E.N. 13 (2º ponto de viragem), regresso pela variante à



E.N. 13, vira à direita pela Av. S. Martinho, vira à direita seguindo pela E.N. 13 até à rotunda, vira à esquerda entrando novamente na Av. Eng.º Eduardo Arantes de Oliveira em direcção a Norte seguindo até à rotunda do Farol, vira à direita pela Av. Padre Sá Pereira, vira à esquerda pela rua dos Combatentes do Ultramar, vira à esquerda pela Av. dos Banhos até à Rotunda do Farol, vira à direita pela Rua do Farol, contorna o Parque de Estacionamento e entra novamente na Av. Eng.º Eduardo Arantes de Oliveira seguindo em direcção a Sul, terminando junto às Piscinas (2 voltas).



6.3 – Mini-Maratona

Partida em frente às Piscinas Foz do Cávado na Av. Engenheiro Eduardo Arantes de Oliveira, em direcção a Norte, efectua o retorno na Rotunda do Farol e faz o percurso inverso, terminando junto às Piscinas.

7º - Ocupação da via pública

Os atletas devem ocupar sempre a direita da faixa de rodagem afim de facilitar o ordenamento do trânsito.



8º - Abastecimentos – Meia-Maratona

De acordo com a regulamentação em vigor, haverá abastecimentos líquidos e refrescantes ao longo do percurso:

5.000m – 10.000m – 15.000m: água

7.500m – 12.500m – 17.500m: água

21.098m: água e outros.

Eventualmente, se algum atleta desejar abastecimento pessoal, deverá efectuar a entrega do mesmo, junto da Organização, 45 minutos antes da Partida, devendo encontrar-se devidamente identificado.

Não será permitido a qualquer elemento estranho à Organização, o apoio ou abastecimento directo aos atletas durante o decorrer da prova.

9º - Cuidados Higiénicos

A partir das 8h45, a Câmara Municipal de Esposende coloca à disposição dos atletas, os vestiários / balneários das Piscinas, podendo os atletas usufruir de duche no final da prova.



10º - 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.

11º - Prémios

T-shirt e medalha alusiva à prova para todos os participantes.

Grande Prémio – Individualmente	Grande Prémio – Colectivamente
1º ao 5º classificados: Taça para todos os escalões	1ª à 3ª equipa classificada: Taça

Meia-Maratona – Prémios Individuais

	Sen. Masc	Sen. Fem.	Vet. I Masc. Vet. II Masc.	Vet. III Masc. Vet. IV Masc.	Vet. Fem.
1º Cl.	700€ + Taça	700€ + Taça	200€ + Taça	100€ + Taça	100€ + Taça
2º Cl.	450€ + Taça	450€ + Taça	175€ + Taça	90€ + Taça	75€ + Taça
3º Cl.	400€ + Taça	400€ + Taça	150€ + Taça	75€ + Taça	50€ + Taça
4º Cl.	250€	250€	125€	60€ + Taça	38€
5º Cl.	200€	200€	100€	50€	25€
6º Cl.	150€	150€	75€	38€	
7º Cl.	125€	125€	50€	25€	
8º Cl.	100€	100€	38€	19€	
9º Cl.	75€	75€	25€	13€	
10º Cl.	50€	50€	13€	10€	
11º ao 20º Cl.	25€				



Meia-Maratona – Prémios Colectivos	Taça 1ª à 3ª equipas
---	----------------------

Nota: para receberem os prémios pecuniários, os atletas deverão comparecer pessoalmente, devendo estar munidos do Bilhete de Identidade e Cartão de Contribuinte.

12º - Responsabilidades

- A Câmara Municipal de Eposende é responsável pela angariação dos Prémios Pecuniários, lembranças alusivas e Abastecimentos e, a Delegação de Braga do INATEL é responsável pela parte administrativa, técnica e informática e, pela angariação dos restantes prémios.
- A organização não se responsabiliza pela Condição Física dos atletas, mas assegurará o acompanhamento da prova pela GNR / Brigada de Trânsito e os Primeiros Socorros aos atletas.
- Assim é conveniente que os atletas possuam as respectivas Licenças Desportivas devidamente regularizadas (INATEL) ou Seguro Desportivo (Federados).
- Para os restantes atletas, não filiados no INATEL ou federados na Federação Portuguesa de Atletismo (F.P.A.), serão cobertos por Seguro Temporário de Acidentes Pessoais subscrito pelo INATEL (**Apólice N.º10278395 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 (BI) para se identificarem em caso de protesto, por motivo de idade.
- Em caso de protesto, se o atleta não apresentar o BI, será desclassificado.
- Os casos omissos serão resolvidos pelo Júri da Organização, de acordo com o Regulamento Técnico da I.A.A.F.



13º - Apuramento para o Nacional e subsídio de deslocação

Só podem participar no Nacional de Meia-Maratona, a realizar no dia 5 de Outubro de 2007 em Ovar, os atletas que tenham participado na Meia-Maratona Distrital.

Serão apurados e atribuídos subsídios de deslocação ao Campeonato Nacional (0,04€/Km/atleta), aos filiados no INATEL que se encontrem nas seguintes condições:

1. Campeões Distritais;
2. A 30% dos concorrentes chegados no Distrital, em que, pelo menos, 10 atletas tenham participado no respectivo Campeonato, até ao máximo de 20 atletas;
3. Às 3 primeiras equipas classificadas em Seniores;
4. À primeira equipa classificada em Veteranos



14º - Melhores Marcas**Séniore Masculinos**

12-03-2000	William Musyoki	Quénia	1.03.46	
11-03-2001	Michael Noaseewe	Quénia	1.04.35	
07-04-2002	José Nogueira	N.D. Silva	1.04.27	MM
06-04-2003	Manuel Magalhães	N.A. Joane	1.05.50	
04-04-2004	Stephen Rerimori	Quénia	1.05.50	

Séniore Femininos

12-03-2000	Manuela Machado	S.C. Braga	1.12.01	
11-03-2001	Helena Samapaio	Maratona C. Maia	1.14.12	
07-04-2002	Fátima Silva	C.D. Póvoa	1.13.17	
06-04-2003	Elisabete Lopes	Maratona C.P.	1.14.59	
04-04-2004	Jennifer Chenison	Quénia	1.12.25	MM

Veteranos I

12-03-2000	António Godinho	Individual	1.08.29	
11-03-2001	Fernando Couto	Vitória S.C	1.07.08	
07-04-2002	Fernando Couto	Vitória S.C	1.08.34	
06-04-2003	Domingos Neves	Os Gaienses/Toyota	1.08.43	
04-04-2004	António Rodrigues	Cyclones A.C	1.08.11	MM

Veteranos III

12-03-2000	Torcato Moreira	A. D. Esposende	1.14.15	
11-03-2001	Torcato Moreira	A.D. Esposende	1.16.42	
07-04-2002	Torcato Moreira	A.D. Esposende	1.16.34	
06-04-2003	Carlos Oliveira	Juv. Unida de Fornos	1.14.29	MM
04-04-2004	Carlos Oliveira	F.T.C. Desporto	1.14.33	

Veteranos Feminino

12-03-2000	Alzira Lario	New Balance	1.24.14	
11-03-2001	Aurora Cunha	Rendas Bilros – V.C	1.25.56	
07-04-2002	Alzira Lario	New Balance	1.29.32	
06-04-2003	Elisa Rogrigues	S.I.R Aldreense	1.27.31	
04-04-2004	Ángela Correia	N.A. Matosinhos	1.23.41	MM

Nota: Percurso actual a partir de 2007

Braga, 30 de Março de 2007

FM/FM





