

**ATLETISMO**  
**13º GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO DE S. JOSÉ**  
**PÓVOA DE LANHOSO - 09.MARÇO.2008**

A Câmara Municipal da Póvoa de Lanhoso, com a colaboração técnica da DELEGAÇÃO DE BRAGA DO INATEL e, o apoio da Associação de Atletismo de Braga, vão organizar no dia **09 de Março de 2008** pelas **10.00 Horas**, o 13º GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO DE S. JOSÉ, na Póvoa de Lanhoso, com a seguinte regulamentação:

**1º - ÂMBITO DE PARTICIPAÇÃO**

A prova é aberta a todos os interessados, que sejam ou não associados do INATEL, com mais de 10 anos de idade e de ambos os sexos, desde que se encontrem minimamente preparados e, tem como objectivo primordial, a promoção e desenvolvimento da modalidade no Concelho da Póvoa de Lanhoso

**2º - ESCALÕES ETÁRIOS**

Os atletas serão distribuídos pelas seguintes categorias:

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS
<b>INFANTIS</b>	nascidos em 95/96/97/98	nascidas em 95/96/97/98
<b>JOVENS</b>	nascidos em 91/92/93/94	nascidas em 91/92/93/94
<b>SENIORES</b>	nascidos em 90 e antes	nascidas em 90 e antes
<b>VETERANOS - I</b>	dos 40 aos 44 anos	dos 35 anos em diante
<b>VETERANOS - II</b>	dos 45 aos 49 anos	
<b>VETERANOS - III</b>	dos 50 anos em diante	

Em Veteranos, os escalões são considerados em relação à época em que os atletas fizerem a idade acima estipulada, ou seja, até 30/09/2008.

**3º - INSCRIÇÕES**

O prazo de inscrições decorre até às 18.00 Horas do dia **05 de Março de 2008** e, devem ser entregues pessoalmente ou remetidas para a Delegação do Inatel de Braga (ver em rodapé):

**4º - PERCURSOS / HORÁRIO E DISTÂNCIAS**

**Partidas / Chegadas:** Praça Eng. Armando Rodrigues

**Percurso:** Pç. Eng. Armando Rodrigues (descendente), contorna à esquerda, segue à direita para a Rua D. Elvira C. Lopes, Campo da Feira (junto às barracas dos Ourives), contorna pela direita, Rua M.ª da Fonte, vira à direita para a Pç. Eng. Armando Rodrigues (junto à Casa da Botica), Av. da República (ascendente), vira à esquerda no Monumento ao Foral, Rua Ramalho Eanes, vira à esquerda na Rua Martim Moniz, vira à esquerda na Rotunda dos Campos de Ténis, Avenida 25 de Abril e vira à direita para a Pç. Eng. Armando Rodrigues.

**Horário e Distâncias:**

Horário	Provas	Categorias	Distâncias	Observações
09h30 – 09h55	Distribuição dos dorsais			
10h00	1ª prova	INF. MASC/FEM	+- 2.000M	1 Volta
10h15	2ª prova	JOV. MASC/FEM VET.I FEM	+- 4.000M	2 Voltas
10h45	3ª prova	SEN. FEM e VET. II e III SEN. MASC e VET.I	+- 6.000M +- 8.000M	3 Voltas 4 Voltas
11h45	Distribuição de prémios			

**5º - CUIDADOS HIGIÉNICOS**

Os atletas podem utilizar os balneários do Pavilhão e Piscinas Municipais, podendo usufruir de duche no final da prova

**6º - OCUPAÇÃO DA VIA PÚBLICA / FISCALIZAÇÃO**

- Os atletas devem ocupar sempre a direita da faixa de rodagem afim de facilitar o ordenamento do trânsito.
- Haverá Fiscais ao longo de todo o percurso, com a finalidade de orientar os atletas e anotar qualquer irregularidade que possa desvirtuar a verdade da prova.

## 7º - 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.

## 8º - PRÉMIOS

Escalões	Individuais		Colectivos	
	Masculinos	Femininos	Masculinos	Femininos
INF	1º ao 5º Taça ou Troféu	1ª à 5ª Taça ou Troféu	1ª à 5ª Taça	1ª à 5ª Taça
JOV	1º ao 5º Taça ou Troféu	1ª à 5ª Taça ou Troféu	1ª à 5ª Taça	1ª à 5ª Taça
SEM	1º - Taça + 75€ 2º - Taça + 50€ 3º - Taça + 25€ 4º e 5º - Taça ou Troféu	1º - Taça + 75€ 2º - Taça + 50€ 3º - Taça + 25€ 4º e 5º - Taça ou Troféu	1ª à 5ª Taça	
VET.-I	1º - Taça + 50€ 2º ao 5º Taça	1º - Taça + 50€ 2º ao 5º Taça	1ª à 3ª Taça	1ª à 3ª Taça
VET.-II	1º - Taça + 50€ 2º ao 5º Taça		1ª à 3ª Taça	
VET.-III	1º - Taça + 50€ 2º ao 5º Taça		1ª à 3ª Taça	

Nota: Para os atletas, melhor classificados em cada escalão, pertencentes aos clubes da Póvoa de Lanhoso ou residentes no mesmo (desde que devidamente comprovado no acto da inscrição) poderá haver um prémio surpresa.

## 9º - RESPONSABILIDADES

O INATEL e a Câmara Municipal da Póvoa de Lanhoso não se responsabilizam pela Condição Física dos atletas, mas assegurarão o acompanhamento e os Primeiros Socorros aos participantes.

- 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 10341508 da Companhia de Seguros Victória - Em caso de sinistro devem ligar para a linha verde, 707 200 545).
- 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 Identidade, será desclassificado.
- Os casos omissos serão resolvidos pelo Júri da Organização, de acordo com o Regulamento Técnico da I.A.A.F. e Regulamento Desportivos do INATEL.

## 9º - ORGANIZAÇÃO

