

# 18º Grande Prémio de Atletismo

30 de Outubro de  
2011

## Organização A.D.C. Tregosa

Trofeus, Taças, Medalhões e Medalhas para os 15  
Primeiros

Juniores e Seniores M/F-Prémio Monetário do 1º ao 6º  
Veteranos 1,2 e 3 M/F – Prémio Monetário do 1º ao 3º  
Classificados

### Horário de Provas

Escalão	Hora	Nascimento	Sexo	Distancia
Benjamins	09h 30mim	00 e depois	M / F	900m
Infantis	09h 40mim	99 / 98	M / F	1.600m
Iniciados	10h 00mim	97/ 96	M / F	3.200m
Juvenis/ Veteranos 2/3	10h 25mim	95 / 94 69 e antes	M / F M / F	4.100m
Juniores e Seniores / Veteranos 1	10h 40mim	93 e antes/ 71/70	M / F	7.200m

\*O prazo de inscrição termina em 28 de Outubro de 2011.

\*Para os atletas não federados o prazo de inscrição terminará a 26 de Outubro.

\*Não será aceite inscrições de ultima hora.

**Nota:** Todos os atletas só poderão correr no seu escalão não podendo correr duas Provas.

Informação e inscrição:

Sede A.D.C.T- Lugar da Igreja 4905-158 Tregosa  
Telef. 258971834 e Fax:- 258772823  
Telem. 933242588  
Email: adctregosa@hotmail.com

# A.D.C.T.-18º Grande Prémio de Atletismo

## Prémios

Escalão	Masculino	Feminino
Benjamins	Trofeu-1º, 2º e 3º Medalhas-4º ao 15º Taça-1º, 2º e 3º colectivo	Trofeu-1º, 2º e 3º Medalhas-4º ao 15º Taça-1º, 2º e 3º colectivo
Infantil	Trofeu-1º, 2º e 3º Medalhas-4º ao 15º Taça-1º, 2º e 3º colectivo	Trofeu-1º, 2º e 3º Medalhas-4º ao 15º Taça-1º, 2º e 3º colectivo
Iniciado	Trofeu-1º, 2º e 3º Medalhas-4º ao 15º Taça-1º, 2º e 3º colectivo	Trofeu-1º, 2º e 3º Medalhas-4º ao 15º Taça-1º, 2º e 3º colectivo
Juvenil	Trofeu-1º, 2º e 3º Medalhas-4º ao 15º Taça-1º, 2º e 3º colectivo	Trofeu-1º, 2º e 3º Medalhas-4º ao 15º Taça-1º, 2º e 3º colectivo
Veteranos 2 e 3	Trofeu-1º, 2º e 3º 1º 50€ 2º 25€ 3º 10€ Medalhães- 4º a 15º Taça-1º, 2º e 3º colectivo	Trofeu-1º, 2º e 3º 1º 30€ 2º 20€ 3º 10€ Medalhães- 4º a 15º Taça-1º, 2º e 3º colectivo
Juniores e Seniores	Trofeu-1º, 2º, 3º,4º,5º e 6º 1º 150€ 2º 100€ 3º 75€ 4º 50€ 5º 25€ 6º 10€ Taça-1º, 2º e 3º Colectivo Medalhães- 7º a 15º	Trofeu-1º, 2º, 3º,4º,5º e 6º 1º 100€ 2º 75€ 3º 50€ 4º 30€ 5º 20€ 6º 10€ Taça-1º, 2º e 3º Colectivo Medalhães- 7º a 15º
Veteranos 1	Trofeu-1º, 2º e 3º 1º 75€ 2º 50€ 3º 25€ Taça-1º,2º e 3º Colectivo Medalhães- 4º a 15º	Trofeu-1º, 2º e 3º 1º 50€ 2º 25€ 3º 10€ Taça-1º,2º e 3º Colectivo Medalhães- 4º a 15º

# A.D.C.T.-18º Grande Prémio de Atletismo

## Regulamento

1. A.D.C. de Tregosa vai realizar no dia 30 de Outubro de 2011 o seu 18º Grande Prémio de Atletismo que decorrerá nas principais artérias da freguesia e freguesia circunvizinha (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 258971834(Hora expediente). Os atletas poder-se-ão também Inscrever Através da, ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA- Praça dos Arsenalistas, 75 3º Dt.º- 4700 Braga- Fax:253216210.

As inscrições encerram às 19h do dia 28 de Outubro, mas se o fizerem através da Associação de Atletismo de Braga terminarão no dia 25 de Outubro  
**IMPORTANTE:** Não se aceitam inscrições de ultima hora. Os atletas não federados deverão se inscrever-se até ao dia 25 de Outubro.

4. Esta prova destina-se aos escalões de Benjamins, Infantis, Iniciados, Juvenis, Veteranos 2 e 3, Juniores, Seniores e Veteranos 1.

Escalão	Ano
Benjamins	2000 e depois
Infantis	98/99
Iniciados	96/97
Juvenis/Veteranos 2 e 3	94 /95/ 69 e antes
Juniores e Seniores/Veteranos 1	93 e antes/ 70/71

### **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) Atletas que no decorrer da prova não cumpram integralmente o percurso, comentam 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. O estado físico dos Atletas será da sua exclusiva responsabilizada ou da equipa que representam, não assumindo a organização qualquer responsabilidade por eventuais acidentes no decorrer da prova.
  7. 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.
  8. Todos os participantes, ao efectuarem a sua inscrição aderem sem restrições ao presente regulamento, cabendo à Organização (em exclusivo) a resolução dos casos omissos.
  9. Todos os Atletas devem indicar se são ou não possuidores de seguros desportivo. Esta prova estará assegurada pela Companhia de seguros “**Axa Portugal**”.

# A.D.C.T.-18º 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 ás 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 ás 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 pontelhão(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/Veteranos 2 e 3 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

Junior e Senior M/F / Veteranos 1 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.



