



REGULAMENTO

1 – APRESENTAÇÃO:

Designação: **CORRIDA DE SÃO JOSÉ – 22 de março de 2025**

CAMPEONATO REGIONAL DE ESTRADA

Tipo de prova: Prova de Estrada, licenciada pela ASSOCIAÇÃO ATLETISMO DE BRAGA.

Distâncias: Prova competitiva 10kms; Corrida Jovem;

Local: Largo Eng. Armando Rodrigues – Póvoa de Lanhoso



2 – ORGANIZAÇÃO

• Evento organizado pelo Grupo Desportivo da Goma, em parceria com o Município da Póvoa de Lanhoso, o Sport Club Maria da Fonte e a Associação de Atletismo de Braga.

3 – INSCRIÇÕES

Os participantes não federados devem fazer a sua inscrição em: <https://sinctime.pt>

Os associados na Associação de Atletismo de Braga e a competir para o campeonato Regional de Estrada terão obrigatoriamente de efetuar a sua inscrição na plataforma da AABRAGA através da página <https://beta.fpacompeticoes.pt/association/2>

Prova 10kms – Federados e não federados nascidos em 2007 e anos anteriores.

Prova Jovem

- Sub-10: 700m (1 volta)
- Sub-12: 800m (1 volta)
- Sub-14: 1600m (2 voltas)
- Sub-16: 2400m (3 voltas)
- Sub-18: 3200m (4 voltas)

Valores e período de inscrição:

- PROVA 10Kms = 10€ não federados e 8€ aos atletas Federados na AABraga
- PROVA JOVEM - Gratuita



A partir de 8 de Março de 2025 as inscrições sofrem um agravamento de 3€ respetivamente.

Não é possível ceder a participação a um terceiro em nenhuma das provas.

A organização assume as ofertas do evento no secretariado, para as inscrições efetuadas e pagas até 8 de Março de 2025. A partir desta data, aceita inscrições com agravamento do valor e sem garantias de conseguir entregar as ofertas.

3.1 – MATERIAL INCLUÍDO COM A INSCRIÇÃO:

- Dorsal
- Oferta alusiva ao evento (mencionada acima)
- Cronometragem/classificações (Prova de 10kms e Jovem)
- Seguro de acidentes pessoal
- Abastecimentos (durante e no final da prova)
- Banhos/vestiários no Pavilhão Municipal 25 de Abril a 300m da meta.

4 – HORÁRIOS

SECRETARIADO – 14H no Pavilhão Municipal 25 de Abril a 300m da partida.

Os dorsais serão entregues em conjunto por equipas, desta forma basta um representante devidamente identificado da equipa fazer esse levantamento.

Prova Kids - 16:00h;

Prova 10kms - 17:00h;

Caminhada 5Kms - 17:05h

Cerimónia protocolar entrega prémios – 18:30h

5 – MARCAÇÃO E CONTROLOS

- O percurso estará sinalizado com fitas/placas de cor anunciada antes da partida pelo diretor da prova, sendo obrigatória a passagem pelos postos de controlo estabelecidos.

6 – CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

Na prova dos 10kms da Corrida de São José, existirão classificações, e prémios para os 3 primeiros classificados dos seguintes escalões (cada atleta compete no seu escalão).



Classificações Individuais - Masculinos/ Femininos:

Sub-20M/F (Atletas nascidos em 2007 e 2006)

SENIORES M/F (Atletas nascidos em 2005 e anteriores com menos de 40 anos)

VET I M/F (Atletas entre os 40 e os 49 anos)

VET II M/F (Atletas entre os 50 e os 59 anos)

VET III M/F (Atletas com 60 ou mais)

No que diz respeito ao Campeonato Regional, existirão classificações, e prémios para os 3 primeiros classificados dos seguintes escalões (cada atleta compete no seu escalão).

ABSOLUTOS M/F

Sub-20M/F (Atletas nascidos em 2007 e 2006)

Sub-23M/F (Atletas nascidos em 2007 e 2006)

VET I M/F (Atletas entre os 40 e os 44 anos)

VET II M/F (Atletas entre os 45 e os 49 anos)

VET III M/F (Atletas entre os 50 e os 54 anos)

VET IV M/F (Atletas entre os 55 e os 59 anos)

VET V M/F (Atletas entre os 60 e os 64 anos)

VET III M/F (Atletas com 65 ou mais anos)

Na prova Jovem, existirão classificações, e pódio para os 3 primeiros classificados dos seguintes escalões (cada atleta compete no seu escalão).

Classificações Individuais - Masculinos/ Femininos:

Sub-10 M/F (atletas nascidos em 2016, 2017 e 2018)

Sub-12 M/F (atletas nascidos em 2014 e 2015)

Sub-14 M/F (atletas nascidos em 2012 e 2013)

Sub-16 M/F (atletas nascidos em 2010 e 2011)

Sub-18 M/F (atletas nascidos em 2008 e 2009)

Classificações Coletivas Equipes (Prova 10kms):

Serão também apuradas e premiadas duas classificações coletivas na corrida principal: uma feminina e uma masculina. Para estas classificações contam os 4 primeiros de cada equipa (independentemente do escalão). Em caso de empate, decide-se a favor da equipa que tiver o melhor 4º classificado.



As classificações coletivas do Campeonato Regional da AAB seguem os mesmos critérios, existindo ainda uma classificação coletiva master feminina e masculina, nos mesmos pressupostos (4 atletas M35 em diante de cada equipa) – sem prémio monetário.

| INDIVIDUAIS | | | | | | |
|-------------|-----------|------------|--------------|-----------|------------|-------------|
| | GERAL M/F | SUB-20 M/F | SENIORES M/F | VET I M/F | VET II M/F | VET III M/F |
| 1º | 200 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 |
| 2º | 150 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 |
| 3º | 100 | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 |
| 4º | 70 | | | | | |
| 5º | 60 | | | | | |
| 6º | 50 | | | | | |
| 7º | 40 | | | | | |
| 8º | 30 | | | | | |
| 9º | 20 | | | | | |
| 10º | 10 | | | | | |

| EQUIPAS | | | |
|---------|--------------|---|--------------|
| | MASCULINAS | 4 | FEMININAS |
| 1ª | 120 + TROFÉU | | 120 + TROFÉU |
| 2ª | 100 + TROFÉU | | 100 + TROFÉU |
| 3ª | 80 + TROFÉU | | 80 + TROFÉU |

TABELA PRÉMIOS MONETÁRIOS

Os prémios são acumuláveis. O atleta recebe o prémio do seu escalão e respetivo lugar da geral

- Os prémios têm de ser reclamados para corridasjose2023@gmail.com no prazo máximo de seis meses após a realização do evento, acompanhado por recibo do valor do prémio passado a nome de:

Grupo Desportivo da Goma
Rua do Grupo Desportivo da Goma
NIF 507738991

7 – JURI

O júri da prova é da responsabilidade do Conselho de Arbitragem da Associação de Atletismo de Braga. Sendo consideradas infrações que podem levar à desclassificação as seguintes situações:

- Não efetuarem o controlo de partida
- Não cumprirem o percurso na sua totalidade
- Não levarem o dorsal ao peito e bem visível durante a prova
- Falsifiquem qualquer elemento relativo à sua inscrição
- Corram com o dorsal em termos incorretos
- Não respeitem as instruções da organização
- Corram por cima dos passeios – quando não autorizados pela organização



8 – CASOS OMISSOS

Serão resolvidos de acordo com o Manual Técnico da WA, Regulamento Geral de Competições e Regulamento Geral de Competições para Jovens da FPA.

9 – SEGURO

A organização da competição fará um seguro desportivo nominal a todos os participantes não federados de acordo com o regime jurídico de seguros desportivos obrigatórios – decreto lei nº10/2009.

Em caso de sinistro o atleta deverá contactar a organização do evento para que esta diligencie o encaminhamento para a seguradora. Para dar início a um processo é necessário que o atleta seja atendido pela equipa que faz o acompanhamento médico durante o evento, sem prejuízo de o atleta ser mais tarde encaminhado para outra unidade de emergência médica.

É reservada à seguradora a averiguação dos factos apresentados e respetiva atuação em conformidade no diferimento ou não do pedido de ativação do seguro

10 - DIREITOS DE IMAGEM

O participante, ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada nas filmagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

11 - RESPONSABILIDADE

- Os participantes serão responsáveis de todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais ou de saúde a si mesmos e/ou a terceiros.
- A organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência, roubo, assim como dos objetos e valores de cada participante.
- A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova se as condições meteorológicas assim o obrigarem, ou devido a força maior.



12 - CANCELAMENTO DO EVENTO

O cancelamento do evento pode ocorrer derivado a fatores externos à organização: catástrofes naturais, greves, manifestações, impossibilidade de usar as vias de circulação de trânsito, impossibilidade de usar telecomunicações, restrições do governo, nova legislação. Nestes casos a organização reserva-se no direito de nos 30 dias seguintes à data prevista para a realização do evento emitir um parecer acerca das ações a serem tomadas resultantes da gravidade do cancelamento.

A organização reserva-se ao direito modificar o presente regulamento, sem aviso prévio, desde que a alteração respeite os princípios pelos quais se rege este evento. Do mesmo modo, que organização tem o direito de tomar decisões acerca de parâmetros não mencionados/omitidos deste regulamento.

13 – OUTROS

Este regulamento ainda pode ser alterado, cuja objetividade centra-se na atualização da informação.

Póvoa de Lanhoso 18-03-2025 (Rev2)



ANEXOS: PERCURSOS



SUB 10 - 1 Volta 700m



SUB 12 - 1 Volta 800m

SUB 14 - 2 Voltas 1600m

SUB 16 - 3 Voltas 2400m

SUB 18 - 4 Voltas 3200m

10KM: 2 voltas de 5km

