

38º GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO DA CRUZ DE PAU

REGULAMENTO



1º - Integrado no 68º aniversário do Clube Recreativo da Cruz de Pau e inserido no 33º Troféu de Atletismo do Seixal, realiza-se o **38º Grande Prémio de Atletismo da Cruz de Pau**.

2º - As provas serão abertas a todos os atletas, federadas ou não, de ambos os sexos e realizar-se-ão no dia **30 de Outubro de 2022**, com início às **9.00 horas**.

3º - A concentração dos atletas, assim como a entrega dos dorsais, terão lugar nas instalações do Clube, na Rua de Bissau, a partir das 8.00 horas.

4º - As inscrições serão gratuitas, devendo as mesmas ser enviadas até às 24,00 horas do dia 27 de outubro de 2022 para o seguinte mail: inscricoes.atletismo@cm-seixal.pt

5º - A aptidão física dos atletas é da sua inteira responsabilidade, ou da entidade que os inscreveu. No entanto, a organização responsabiliza-se por quaisquer acidentes que possam ocorrer durante a prova, de acordo com o seguro celebrado para o efeito, conforme determina a legislação em vigor. Haverá também um serviço de assistência com ambulância e primeiros socorros.

6º - Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de identificação pessoal (BI ou CC), para, em caso de dúvida, poderem fazer prova de idade.

7º - É obrigatório, que à partida e durante a prova, todo o atleta ostente em local bem visível, o dorsal fornecido pela organização. O não cumprimento desta norma implica a desclassificação do atleta.

8º - A partida para a prova dos 8.000 mts., será dada na Rua Infante D. Augusto, junto ao Edifício Infante (local das antigas instalações do CRCP).

9º - A partida para as restantes provas será dada na Rua de Bissau, (frente à Sede do CRCP).

10º - Qualquer clube ou atleta que falsear a idade, será desclassificado.

11º – Escalões Etários

Escalão	Ano Nasc.	Escalão	Ano Nasc.
Benjamins A Masc.	2013/2016	Benjamins A Fem.	2013/2016
Benjamins B Masc.	2011/2012	Benjamins B Fem.	2011-2012
Infantis Masc.	2009/2010	Infantis Fem.	2009-2010
Iniciados Masc.	2007/2008	Iniciados Fem.	2007-200
Juvenis Masc.	2005/2006	Juvenis Fem.	2005-2006
Juniores Masc.	2003/2004	Juniores Fem.	2003-2004
Seniores Masc.	1988/2002	Seniores Fem.	1988-2002
Veteranos I Masc.	1983/1987	Veteranos I Fem.	1981-1987
Veteranos II Masc.	1978/1982	Veteranos II Fem.	1974-1980
Veteranos III Masc.	1973/1977	Veteranos III Fem.	1967/1973
Veteranos IV Masc.	1968/1972	Veteranos IV Fem.	1960/1966

Veteranos V Masc.	1963/1967	Veteranos V Fem.	1959 e antes
Veteranos VI Masc.	1958/1962		
Veteranos VII	1953/1957		
Veteranos VIII	1952 e antes		

12º - As provas englobarão os seguintes escalões etários e distâncias.

Hora	Prova/Escalão/Sexo	Distância (metros)
9:00	Benjamins A Masc. e Fem.	150
9.10	Benjamins B Masc. e Fem.	750
9.20	Infantis Masc. e Fem.	1.000
9.35	Iniciados Masc. e Fem.	1.400
9.45	Juvenis Masc. e Fem.	2.800
10.15	Jun. Masc. e Fem., Sen. Masc. e Fem., Vet. I, II, III, IV e V Fem. e Vet. I ,II, III, IV, V, VI e VII Masc	8.000

12º - CLASSIFICAÇÃO

Para a classificação coletiva contará a soma dos dez primeiros atletas de cada escalão, sendo atribuídos dez pontos ao primeiro e um ponto ao décimo. O clube com maior número de pontos vencerá a prova coletivamente. Em caso de empate vencerá a equipa que obtiver mais primeiros lugares.

13º - PRÉMIOS

Taças às 5 primeiras equipas.

Medalhões ou medalhas para os 3 primeiros atletas de cada escalão.

14º - INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser feitas para os seguintes endereços:

inscricoes.atletismo@cm-seixal.pt

15º - Todos os casos omissos neste regulamento serão resolvidos exclusivamente pela organização. Sobre as suas decisões não haverá recurso.

A Organização

