



## Grupo Desportivo do Cavadas

### **42º GP de Atletismo do GDC – Memorial José Manuel Oliveira**

1

O **Grupo desportivo do Cavadas**, vai organizar no dia **15 de Novembro/2025**, junto às suas instalações na Av. General Humberto Delgado, em Cavadas a partir das 14h30m o “**42º GP de Atletismo do G.D.C. – Memorial José Manuel Oliveira**”.

#### **REGULAMENTO**

1. Esta prova está inserida no calendário de provas dos e do **Trofeu de Atletismo do Seixal** e contando com o apoio da CM Seixal e Junta de Freguesia de Arrentela.
2. A prova está aberta a todos os atletas populares e federados de ambos os géneros e terá o seu início às 14H30.
3. 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.
4. Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de identificação pessoal, para em caso de dúvida, poderem fazer a prova de idade.
5. É obrigatório que todo o atleta ostente o dorsal bem visível no ato da partida.
6. A prova realiza-se na variante de estafeta em terreno de corta mato, em circuito fechado.
7. Cada equipa é constituída por quatro elementos (4) do mesmo género, percorrendo cada um a distância de 600 mts.
8. Cada elemento de equipa só poderá correr num dos percursos, sob pena de desclassificação na prova.
9. **Haverá classificações por equipas (de 4 elementos) e coletivas.**
  - a) Para a classificação por equipas, considera-se a ordem de chegada das mesmas.
  - b) Para a classificação coletiva contará a soma das 12 primeiras equipas de cada prova, sendo atribuídos 12 pontos à primeira, 11 á segunda, ... e 1 á décima segunda e restantes equipas classificados.
  - c) Haverá uma classificação coletiva para o somatório das PROVAS B, C, D e E.
  - d) Haverá uma classificação coletiva para o somatório das PROVAS F, G, H, I e J
10. **Critérios na elaboração das equipas:**
  - a) PROVA B – Benjamins B, Infantis, Iniciados/femininos – os quatro elementos (do mesmo género) podem ser todos do mesmo escalão ou dos escalões indicados, considerando-se qualquer variação em número de elementos de cada escalão.
  - b) PROVA C – Benjamins B, Infantis e Iniciados/masculinos – os quatro elementos (do mesmo género) podem ser todos do mesmo escalão ou dos escalões indicados, considerando-se qualquer variação em número de elementos de cada escalão.
  - c) PROVA D – juvenis e juniores/femininos – os quatro elementos (do mesmo género) podem ser todos do mesmo escalão ou de ambos os escalões, considerando-se qualquer variação em número de elementos de cada escalão.
  - d) PROVA E – juvenis e juniores/masculinos – os quatro elementos (do mesmo género) podem ser todos do mesmo escalão ou de ambos os escalões, considerando-se qualquer variação em número de elementos de cada escalão.
  - e) PROVA F – absolutos/femininos – os quatro elementos (do mesmo género) podem ser todos do escalão sub23, sénior, veteranas I ou dos três escalões, podem ainda incluir elementos de qualquer escalão de veteranas, júnior e juvenil, considerando-se qualquer variação em número de elementos de cada escalão.
  - f) PROVA G – absolutos/masculinos – os quatro elementos (do mesmo género) podem ser todos do escalão sub23, sénior, veteranos I ou dos três escalões, podem ainda incluir elementos de



## Grupo Desportivo do Cavadas

2

qualquer escalão de veteranos, júnior e juvenil, considerando-se qualquer variação em número de elementos de cada escalão.

- g) PROVA H – veteranas II, III, IV, V, VI, VII e VIII/femininos – os quatro elementos (do mesmo género) podem ser todos do mesmo escalão ou de ambos os escalões, considerando-se qualquer variação em número de elementos de cada escalão.
- h) PROVA I – veteranos II, III e IV/masculinos – os quatro elementos (do mesmo género) podem ser todos do mesmo escalão ou dos três escalões, considerando-se qualquer variação em número de elementos de cada escalão.
- i) PROVA J – veteranos V, VI, VII e VIII/masculinos – os quatro elementos (do mesmo género) podem ser todos do mesmo escalão ou dos quatro escalões, considerando-se qualquer variação em número de elementos de cada escalão.

**NOTA:** as equipas podem ser mistas (com elementos do género masculino e do género feminino), desde que respeitem as alíneas mencionadas neste ponto (10.) e nesse caso devem participar na prova destinada ao género masculino.

### 11. Prémios

- a) Medalhas para os elementos das 3 primeiras equipas classificados em cada prova.
- b) Taças para as primeiras 3 equipas da classificação geral coletiva do somatório das PROVAS B, C, D e E, e do somatório das PROVAS F, G, H, I e J
- c) **Vales em material desportivo** para ao desenvolvimento da prática desportiva.

### 12. Inscrições

- a) As inscrições são gratuitas e **devem ser enviadas até ao dia 12 de Novembro/2025**, para: [inscricoes.atletismo@cm-seixal.pt](mailto:inscricoes.atletismo@cm-seixal.pt);

### 13. Escalões Etários

Escalão	Ano de Nascimento
Benjamins B	2014/2015
Infantis	2012/2013
Iniciados	2010/2011
Juvenis	2008/2009
Juniores	2006/2007
Sub 23	2003/2005
Seniores	1991/2002
Veteranos I	1986/1990
Veteranos II	1981/1985
Veteranos III	1976/1980
Veteranos IV	1971/1975
Veteranos V	1966/1970
Veteranos VI	1961/1965
Veteranos VII	1956/1960
Veteranos VIII	1955 e antes



## Grupo Desportivo do Cavadas

### 14. Prémios em material desportivo

Prémios Colectivos	PRÉMIOS
PROVAS B+C+D+E.	1.º Premio – 350,00 €
	2.º Premio – 250,00 €
	3.º Premio – 150,00 €
PROVAS F+G+H+I+J	1.º Premio – 250,00 €
	2.º Premio – 200,00 €
	3.º Premio – 100,00 €

3

### 15. Programa Horário

Confirmações	Camara de Chamada	HORÁRIO	DISTÂNCIA/PROVA	ESCALÕES	GÉNERO
Ate 13h30	Ate 14h20	14h30	4x600 / PROVA J	Veteranos V, VI, VII e VIII	Masculino
Ate 13h50	Ate 14h35	14h45	4x600 / PROVA B	Benjamins B/Infantis/Iniciados	Feminino
Ate 14h10	Ate 14h50	15h00	4x600 / PROVA C	Benjamins B/Infantis/Iniciados	Masculino
Ate 14h30	Ate 15h05	15h15	4x600 / PROVA D	Juvenis/Juniore	Feminino
Ate 14h50	Ate 15h05	15h15	4x600 / PROVA E	Juvenis/Juniore	Masculino
Ate 15h10	Ate 15h20	15h30	4x600 / PROVA F	Absolutos (Sub-23 /Seniores/Veteranas I)	Feminino
Ate 15h30	Ate 15h35	15h45	4x600 / PROVA G	Absolutos (Sub-23 /Seniores/Veteranos I)	Masculino
Ate 15h50	Ate 15h50	16h00	4x600 / PROVA H	Veteranas II, III, IV, V, VI, VII e VIII	Feminino
Ate 16h10	Ate 16h05	16h15	4x600 / PROVA I	Veteranos II, III e IV	Masculino

- I. **IMPORTANTE:** as substituições de atletas inicialmente mencionados na inscrição de cada equipa, deve ocorrer até ao limite estipulado para as confirmações. Só em casos extremos serão aceites substituições apos as confirmações.
- II. A organização reserva-se no direito de proceder a ajustes nas distâncias ou alterações no programa-horário, se assim for necessário.
- III. Os casos omissos serão resolvidos pela organização.

Responsável técnico  
João Coelho