



## JUNTA DE FREGUESIA DE S. DOMINGOS DE RANA

CONCELHO DE CASCAIS

### XXXVIII CORRIDA DA JUVENTUDE

#### REGULAMENTO

- 1 - A Junta de Freguesia de S. Domingos de Rana, leva a efeito a **XXXVIII CORRIDA DA JUVENTUDE**, integrada no **30º TROFÉU DE ATLETISMO DE CASCAIS 2022/2023**, que se realiza no dia **16 de abril de 2023** pelas 9,30 horas em Bº Massapés, no Complexo Desportivo de S. Domingos de Rana.
- 2 - Este Regulamento rege-se pelo Regulamento Geral do **TROFÉU DE ATLETISMO DE CASCAIS 2022/2023**.
- 3 - Inscrições: Todas as inscrições são gratuitas e obrigatórias e poderão ser feitas até ao dia **12 de abril, (4ª Feira)** às 24 horas em <https://trofeuathletismocascais.pt/> (Não serão aceites quaisquer inscrições depois desta data)
- 4 - A prova é aberta a todos os atletas de ambos os sexos, federados ou não e tem os seguintes escalões:

ESCALÃO	SEXO	ANO NASCIMENTO	DISTÂNCIA
BENJAMINS	MASC. E FEM.--	12/13 e 14-----	500 Mts.
INFANTIS	MASC. E FEM.--	10/11-----	1000 Mts.
INICIADOS	MASC. E FEM.--	08/09-----	2000 Mts.
JUVENIS	MASC. E FEM.--	06/07-----	4300 Mts.
JUNIORES	MASC. E FEM.--	04/05-----	7000 Mts. /4300 Mts
SUB 23	MASC. E FEM--	01/02 e 03-----	7000 Mts. /4300 Mts
SENIORES	MASC. E FEM.—	89/00-----	7000 Mts. /4300 Mts
VETERANAS F 35	FEM.-----	84/88-----	4300 Mts.
VETERANAS F 40	FEM.-----	79/83-----	4300 Mts.
VETERANAS F 45	FEM.-----	74/78-----	4300 Mts.
VETERANAS F 50	FEM.-----	69/73-----	4300 Mts
VETERANAS F 55	FEM.-----	64/68-----	4300 Mts.
VETERANAS F 60	FEM.-----	63 e anteriores	4300 Mts.
VETERANOS M35	MASC.-----	84/88-----	7000 Mts.
VETERANOS M 40	MASC.-----	79/83-----	7000 Mts.
VETERANOS M 45	MASC.-----	74/78-----	7000 Mts.
VETERANOS M 50	MASC.-----	69/73-----	7000 Mts.
VETERANOS M 55	MASC.-----	64/68-----	7000 Mts.
VETERANOS M 60	MASC.-----	59/63-----	4300 Mts.
VETERANOS M 65	MASC.-----	54/58-----	4300 Mts.
VETERANOS M 70	MASC.-----	49/53-----	4300 Mts.
VETERANOS M 75	MASC.-----	48 e anteriores---	4300 Mts.



## JUNTA DE FREGUESIA DE S. DOMINGOS DE RANA

### CONCELHO DE CASCAIS

**5** - As partidas e chegadas serão junto ao Complexo Desportivo de S. Domingos de Rana.

**6 – Horários das Provas:**

**09h30** – Juniores M; Sub 23 M; Seniores M e Veteranos M35, M40, M45, M50 e M55.

**10h30** – Juvenis M/F; Juniores F; Sub 23 F, Seniores F; Veteranas F35, F40, F45, F50, F55, F60 e Veteranos M60, M65, M70 e M75.

**11h15** – Iniciados M/F

**11h35** – Infantis - M/F

**11h45** – Benjamins - M/F

**11h50** – Extras 100 mts. (extra competição)

**7** – Será obrigatória a utilização do dorsal e visível em toda a sua extensão, não sendo permitido alterar a sua dimensão, sob pena de desclassificação do atleta que não cumprir com o estipulado.

**8** - A organização não se responsabilizará por qualquer acidente, mas procurará salvaguardar a integridade física dos atletas, policiando os cruzamentos e condicionando o trânsito, na medida do possível, estará presente uma ambulância e existirá um Seguro de Prova. No entanto, o trânsito não será interrompido, pelo que os atletas deverão sempre circular pela direita e, tanto quanto possível, encostadas à berma.

**9** - Prémios:

- Troféus aos 3 primeiros classificados de cada escalão

- Medalhas do 4º ao 10º classificado de cada escalão;

- Taças às 10 primeiras equipas.

a) A Organização distribuirá todos os prémios, além dos referidos, que conseguir angariar, pelos atletas e equipas através de um critério próprio.

**10** - Todos os casos omissos a este Regulamento serão resolvidos pela Comissão Organizadora do referido Troféu.

OBS. Para mais esclarecimentos, consultar o Regulamento Geral do Troféu de Atletismo de Cascais 2022/2023 ou contactar a Junta de Freguesia, Luís Miranda - **Tel. 214441314 ou 914634537** – dias úteis das **9H às 17H**.

A JUNTA DE FREGUESIA

## CORRIDA DA JUVENTUDE - JUN M; SUB 23 M; SEN M, M35, M40, M45, M50 E M55- 7000 m



**Percurso:** Complexo Desportivo de S. Domingos de Rana – Rua das Travessas, Rua Principal, Rua de Ipanema, Rua das Travessas, Avenida Salgueiro Maia, Avenida Amália Rodrigues, Avenida Salgueiro Maia, Rua das Travessas, Rua das Rosas - **Meta**

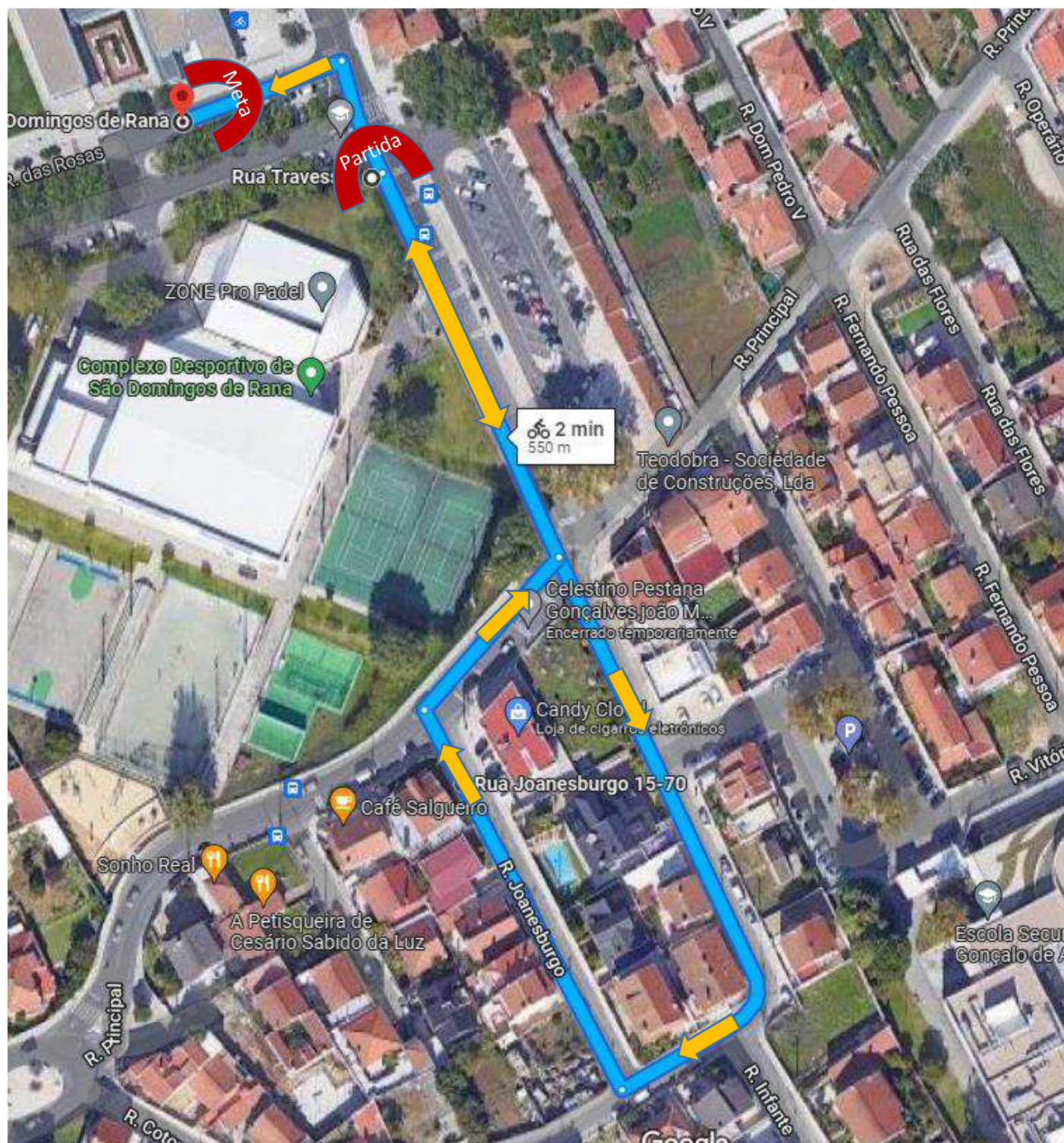


## CORRIDA DA JUVENTUDE - INFANTIS 1000 m - INICIADOS (2 voltas 1000 m) 2000 m



**Percurso:** Complexo Desportivo de S. Domingos de Rana – Rua das Travessas, Rua Principal, Rua de Ipanema, Rua das Travessas, Rua das Rosas - **Meta**

## CORRIDA DA JUVENTUDE - BENJAMINS - 500 m



**Percurso:** Complexo Desportivo de S. Domingos de Rana – Rua das Travessas, Rua António José da Silva, Rua de Joanesburgo, Rua Principal, Rua das Travesas, Rua das Rosas - **Meta**