



## REGULAMENTO

O Clube Desportivo do Arneiro, realiza no dia 5 de junho de 2016, o **Grande Prémio de Atletismo do Clube Desportivo do Arneiro “Alcindo Moreira”** destinado a atletas de ambos os sexos. Esta prova está integrada no 24.º Troféu de Atletismo da Câmara Municipal de Cascais.

### Programa

09h15 – Especial extra troféu (nascidos entre 2007 e 2010)\* – 100m

09h20 – Início das provas do Grande Prémio de Atletismo

12h00 – Encerramento do Grande Prémio com desfile da Fanfarra dos Bombeiros Voluntários de Carcavelos e São Domingos de Rana.

12h10 – Início da entrega de Prémios aos Atletas

\* A prova especial extra não necessita de inscrição

### Generalidades

1. As provas terão início às 09h20, com partidas e chegadas na Rua dos Operários, rua paralela à da sede do Clube Desportivo do Arneiro, à exceção da prova dos 600m que parte da Estrada Principal do Arneiro em sentido oposto.
2. As provas com distâncias e percursos iguais, poderão ser disputadas em conjunto.
3. A ordem pela qual as provas se irão realizar, bem como as que se disputarem coletivamente, serão anunciadas no próprio dia estando previsto, no entanto a seguinte ordem:

09h15 Especial extra troféu (nascidos entre 2007 e 2010)\* – 100m

09h20 Benjamins B - M/F – 600m

09h35 Infantis M/F – 1250m

09h50 Iniciados M/F – 2500m

10h10 Juvenis M/F; Juniores F; Sub-23 F, Seniores F; Veteranas F35, F40, F45, F50, F55, F60 Veteranos M60, M65 e M70. – 4000m

10h50 Juniores M; Sub-23 M; Seniores M e Veteranos M35, M40, M45, M50 e M55. – 7000m

4. A Organização não se responsabiliza pela aptidão dos atletas, nem por qualquer acidente ocorrido com os mesmos, estando, no entanto, garantido o policiamento e controlo do trânsito na passagem dos atletas, bem como a assistência e apoio de ambulâncias. Os atletas deverão circular sempre pela direita e tanto quanto possível, encostados à berma.
5. Todos os participantes na prova encontram-se cobertos por um seguro de acidentes pessoais, contratado pela Câmara Municipal de Cascais de acordo com o regulamento da Federação de Atletismo para estes eventos.



# CLUBE DESPORTIVO DO ARNEIRO

Fundado em 10 de Agosto de 1962

Medalha de Solidariedade Municipal de Cascais – 1996  
Medalha de Mérito Desportivo da C.M. Cascais – 2008

6. Todos os percursos terão o apoio de equipas de segurança, deslocados em viaturas próprias ficando, no entanto, a responsabilidade de conhecer o percurso da prova a cargo de cada atleta participante.
7. Os casos que estejam omissos no referido regulamento serão resolvidos pela Organização.

## Inscrições

1. As inscrições e distribuições de dorsais serão feitas de acordo com o Regulamento do **24.º Troféu de Atletismo de Cascais**.
2. Para as Coletividades do Concelho mantém-se o sistema em vigor.
3. As inscrições de atletas individuais e clubes exteriores ao Concelho de Cascais deverão ser enviadas, até dia 31 de Maio de 2016, às 24h00, para:

**Câmara Municipal de Cascais**  
**Telefone:** 214825581  
**Fax:** 214825035  
**e-mail:** [luis.cristovao@cm-cascais.pt](mailto:luis.cristovao@cm-cascais.pt)

4. Não serão aceites quaisquer inscrições depois daquela data.

## Ética

1. Não é permitido a um atleta que tenha corrido por uma equipa, venha a representar outra equipa, assim como um atleta que tenha participado como individual não poderá participar por qualquer clube durante a edição do 24.º Troféu de Atletismo de Cascais.
2. **O dorsal tem de ser fixo ao peito do atleta de forma visível.** O não cumprimento desta regra implica a exclusão do atleta da prova, bem como os seus acompanhantes.
3. Nos escalões a partir dos benjamins não serão admitidas exceções.
4. Os atletas comprometem-se em adotar uma postura desportiva correta e que dignifique a competição, respeitando os valores do **Espírito Desportivo**. Qualquer atitude tomada e que viole estes valores será avaliada pela Comissão Organizadora do 24.º Troféu de Atletismo de Cascais, podendo levar à desclassificação na prova e/ou exclusão do Troféu.
5. O dorsal a utilizar pelos atletas no 24.º Troféu de Atletismo de Cascais, tem de ser o dorsal válido para Cascais.



# CLUBE DESPORTIVO DO ARNEIRO

Fundado em 10 de Agosto de 1962

Medalha de Solidariedade Municipal de Cascais – 1996  
Medalha de Mérito Desportivo da C.M. Cascais – 2008

6. Apenas serão aceites reclamações ao sistema de classificações, até ao final de cada evento, e no local do mesmo, junto do técnico da Câmara Municipal de Cascais.
7. Um atleta Federado por um clube na Federação Portuguesa de Atletismo, apenas poderá representar esse clube no 24.º Troféu de Atletismo de Cascais.

## Classificações

1. As classificações do Grande Prémio de Atletismo serão elaboradas de acordo com o regulamento do 24.º Troféu de Atletismo de Cascais.
2. Todas as provas terão classificações individuais e coletivas por escalões etários, de acordo com a seguinte tabela:

1º - 15 pontos	7º - 7 pontos
2º - 13 pontos	8º - 6 pontos
3º - 11 pontos	9º - 5 pontos
4º - 10 pontos	10º - 4 pontos
5º - 9 pontos	11º ao 20º - 3 pontos
6º - 8 pontos	21º ao 30º - 2 pontos
	31º até ao último 1 ponto

## Prémios

1. Para todos os escalões serão atribuídos medalhões ao 1.º, 2.º e 3.º classificados e medalhas do 4.º ao 10.º lugar.
2. Serão atribuídas taças/troféus às coletividades/clubes que na classificação geral coletiva se classifiquem até ao 10.º lugar, e que, no mínimo, tenham 3 atletas a pontuar.
3. Só serão entregues prémios aos próprios atletas, ou na ausência destes aos delegados dos respetivos clubes, devidamente credenciados para o efeito.





# CLUBE DESPORTIVO DO ARNEIRO

Fundado em 10 de Agosto de 1962

Medalha de Solidariedade Municipal de Cascais – 1996  
Medalha de Mérito Desportivo da C.M. Cascais – 2008

## Recomendações

1. Recomenda-se aos Delegados das várias Coletividades/Clubes e aos participantes em geral, o estrito cumprimento deste Regulamento e em especial, no que se refere a uma correta distribuição dos atletas pelos escalões.
2. A Organização reserva-se o direito de exigir a identificação e comprovação do escalão etário a todos os atletas.
3. Todos os atletas deverão fazer-se acompanhar de um documento de identificação que, poderá ser solicitado pela entidade organizadora para efeitos de confirmação.

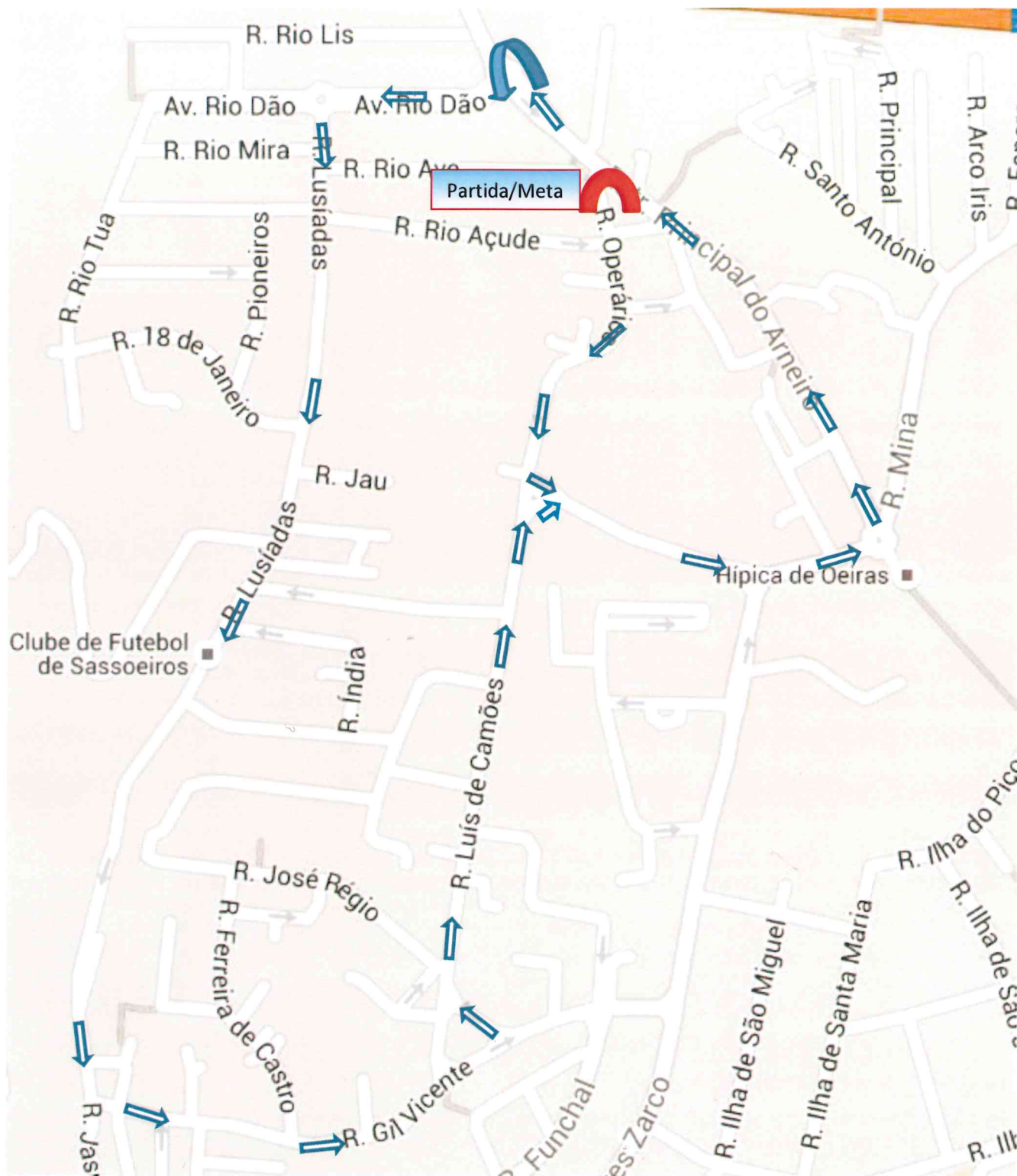
## Escalões e distâncias

Escalão	Sexo	Ano Nascimento	Distância
Benjamins B	Masc. e Fem.	2005/2006	600 m
Infantis	Masc. e Fem.	2003/2004	1250 m
Iniciados	Masc. e Fem.	2001/2002	2500 m
Juvenis	Masc. e Fem.	1999/2000	4000 m
Juniores Fem	Feminino	1997/1998	4000 m
Juniores Masc	Masculino	1997/1998	7000 m
Sub 23 Fem	Feminino	1994/1996	4000 m
Sub 23 Masc	Masculino	1994/1996	7000 m
Seniores Fem	Feminino	1982/1993	4000 m
Seniores Masc	Masculino	1982/1993	7000 m
F 35	Feminino	1977/1981	4000 m
F 40	Feminino	1972/1976	4000 m
F 45	Feminino	1967/1971	4000 m
F 50	Feminino	1962/1966	4000 m
F 55	Feminino	1957/1961	4000 m
F 60	Feminino	1956 e anteriores	4000 m
M 35	Masculino	1977/1981	7000 m
M 40	Masculino	1972/1976	7000 m
M 45	Masculino	1967/1971	7000 m
M 50	Masculino	1962/1966	7000 m
M 55	Masculino	1957/1961	7000 m
M 60	Masculino	1952/1956	4000 m
M 65	Masculino	1947/1951	4000 m
M 70	Masculino	1946 e anteriores	4000 m









**10h10 - 1 volta - 4000m\***

**Percurso:** Rua Operários, rua Francisco Anjos Diniz, rua Principal do Arneiro, Av. Rio Dão, rua Lusíadas, Largo Vasco D' Orey, rua Gil Vicente, rua Barbosa do Bocage, rua Luis de Camões, rua Francisco Anjos Diniz, rua Principal do Arneiro, Av. Rio Dão (rotunda – retorno), rua Principal do Arneiro, Rua Operários.

**10h50 - 2 voltas - 7000m\***

**Percurso:** Rua Operários, rua Francisco Anjos Diniz, rua Principal do Arneiro, Av. Rio Dão, rua Lusíadas, Largo Vasco D' Orey, rua Gil Vicente, rua Barbosa do Bocage, rua Luis de Camões, rua Francisco Anjos Diniz, rua Principal do Arneiro, Av. Rio Dão, rua Lusíadas, Largo Vasco D' Orey, rua Gil Vicente, rua Barbosa do Bocage, rua Luis de Camões, rua Francisco Anjos Diniz, rua Principal do Arneiro, Av. Rio Dão (rotunda – retorno), rua Principal do Arneiro, Rua Operários.

\* Distâncias aproximadas