



Centro Cultura e Desporto do pessoal do Município de Cascais, Fundado em 15 de Abril de 1954

## **8<sup>a</sup> CORRIDA CCD CASCAIS**

### **REGULAMENTO**

O Centro de Cultura e Desporto do Pessoal do Município de Cascais, realiza no dia **25 de janeiro de 2026**, a 8<sup>a</sup> Corrida CCD Cascais.

A 8<sup>a</sup> Corrida CCD Cascais, destina-se a atletas de ambos os sexos. Esta prova está integrada no 33º Troféu de Atletismo da Câmara Municipal de Cascais.

### **Programa**

09h30 – Início das provas

10h15 – Início da entrega de Prémios aos Atletas

12h30 – Encerramento da 8<sup>a</sup> Corrida CCD Cascais

### **Generalidades**

1. As provas terão início às 09h30, com partidas e chegadas na Avenida de República, no parque de estacionamento em frente à entrada do parque Marechal Carmona em Cascais.
2. As provas com distâncias e percursos iguais, poderão ser disputadas em conjunto.
3. Ordem pela qual as provas se irão realizar:

09h30 – SUB 20 M; SUB 23 M; SENIORES M; M35; M40; M45; M50; M55 – **7400 mts**

10h30 – SUB 18 M/F; SUB 20 F; SUB 23 F; SENIORES F; F35; F40; F45; F50; F55; F60; F65; F70; M60; M65; M70; M75; M80 – **3700 mts**

11h05 – SUB 16 M/F – **2300 mts**

11h25 – SUB 14 M/F – **1200 mts**

11h35 – SUB 12 M/F – **600 mts**

11h45 – Prova extra troféu - M/F - **100 mts** (A prova extra não necessita de inscrição)

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 o apoio de uma ambulância. Os atletas deverão circular sempre pela direita e tanto o quanto possível, encostados à berma.



Centro Cultura e Desporto do pessoal do Município de Cascais, Fundado em 15 de Abril de 1954

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.

6. Todos os percursos terão o apoio de Polícia, 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 são grátis e obrigatórias, apenas sendo consideradas válidas se enviadas para <https://www.trofeuatletismocascais.pt>, até às 24h00 do 3º dia útil anterior à prova (provas realizadas ao domingo, terminam na quarta-feira anterior).

### **Ética**

1. Não é permitido a um atleta que tenha corrido por uma equipa, venha a representar outra equipa, durante a edição do 33º Troféu de Atletismo de Cascais.

2. O dorsal tem de ser fixo ao peito do atleta de forma visível.

3. Os atletas comprometem-se em adotar uma postura desportiva correta e que dignifique a competição, respeitando os valores do Espírito Desportivo.

### **Classificações**

1. As classificações da 8ª Corrida CCD Cascais serão elaboradas de acordo com o regulamento do 33º 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	8º - 6 pontos
2º - 13 pontos	9º - 5 pontos
3º - 11 pontos	10º - 4 pontos
4º - 10 pontos	11º ao 20º - 3 pontos
5º - 9 pontos	21º ao 30º - 2 pontos
6º - 8 pontos	31º até ao último 1 ponto
7º - 7 pontos	



Centro Cultura e Desporto do pessoal do Município de Cascais, Fundado em 15 de Abril de 1954

## Prémios

1. Para todos os escalões serão atribuídos medalhões/trofeu ao 1º, 2º e 3º classificado e medalhas do 4º ao 10º lugar.
2. Serão atribuídas taças às equipas que na classificação geral coletiva se classifiquem até ao 10º lugar.

## Entrega de prémios

A entrega de prémios é um momento oficial e simbólico de cada prova. Assim:

- Os três primeiros classificados de cada escalão devem comparecer pessoalmente à cerimónia de entrega de prémios.
- Não é permitida a representação por terceiros, sejam estes atletas, dirigentes, treinadores, familiares ou quaisquer outras pessoas.

## 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.



Centro Cultura e Desporto do pessoal do Município de Cascais, Fundado em 15 de Abril de 1954

**Escalões e distâncias:**

Escalão	Género	Ano nascimento	Distância
SUB 12	Masculino	2015/2016/2017	600m
SUB 12	Feminino	2015/2016/2017	600m
SUB 14	Masculino	2013/2014	1200m
SUB 14	Feminino	2013/2014	1200m
SUB 16	Masculino	2011/2012	2300m
SUB 16	Feminino	2011/2012	2300m
SUB 18	Masculino	2009/2010	3700m
SUB 18	Feminino	2009/2010	3700m
SUB 20	Masculino	2007/2008	7400m
SUB 20	Feminino	2007/2008	3700m
SUB 23	Masculino	2004/2005/2006	7400m
SUB 23	Feminino	2004/2005/2006	3700m
SENIORES	Masculino	1992/2003	7400m
SENIORES	Feminino	1992/2003	3700m
M 35	Masculino	1987/1991	7400m
F 35	Feminino	1987/1991	3700m
M 40	Masculino	1982/1986	7400m
F 40	Feminino	1982/1986	3700m
M 45	Masculino	1977/1981	7400m
F 45	Feminino	1977/1981	3700m
M 50	Masculino	1972/1976	7400m
F 50	Feminino	1972/1976	3700m
M 55	Masculino	1967/1971	7400m
F 55	Feminino	1967/1971	3700m
M 60	Masculino	1962/1966	3700m
F 60	Feminino	1962/1966	3700m
M 65	Masculino	1957/1961	3700m
F 65	Feminino	1957/1961	3700m
M 70	Masculino	1952/1956	3700m
F 70	Feminino	1956 e anteriores	3700m
M 75	Masculino	1947/1951	3700m
M 80	Masculino	1946 e anteriores	3700m

**Os atletas apenas poderão ser classificados no escalão correspondente à sua idade.**