

3ª LÉGUA DE JANES

8 DE MAIO DE 2016 – 9:30

(JUNTO À SOCIEDADE DE INSTRUÇÃO E RECREIO DE JANES E MALVEIRA – RUA DO CANCELO – N.º 37
2755-126 ALCABIDECHE)

HORÁRIOS	DISTÂNCIAS	ESCALÕESD
09:30	600 mts	Benjamins M/F
09:40	1 000 mts	Infantis M/F
09:50	2 000 mts	Iniciados M/F
10:10	3 000 mts	Juv. M/F; Jun F; F35; F40; F45; F50; F55; F60
10:40	4 000 mts	Sub 23F; Sen F; M60; M65; M70
11:15	4 828 mts	Jun M; Sub23M; Sen M; M35; M40; M45; M50; M55

Inscrições (até 3 de Maio de 2016):

Câmara Municipal de Cascais
–Divisão de Desporto–
Rua José Joaquim de Freitas, n.º 2
2750 Cascais
E-mail desp@cm-cascais.pt
C.M. Cascais

Prémios

Para os 5 primeiros classificados de cada
escalão

E para as 5 primeiras equipas

Organização

Sociedade de Instrução e Recreio de
Janes e Malveira



CASCAIS

3º LÉGUA DE JANES – SIRJM

Organização: Sociedade de Instrução e Recreio de Janes e Malveira

REGULAMENTO

1. Esta prova é pontuável para o **TROFÉU DE ATLETISMO DE CASCAIS 2016** e rege-se pelo Documento Orientador do mesmo.
2. Podem participar atletas de ambos os sexos, em representação individual ou colectiva.
3. As inscrições são grátis e devem dar entrada nas moradas abaixo indicadas até ao dia 3 de Maio de 2016

Câmara Municipal de Cascais
–Divisão de Desporto–
Rua José Joaquim de Freitas, n.º 2
2750 Cascais
E-mail desp@cm-cascais.pt
C.M. Cascais

4. Os atletas já inscritos nos Troféus de Cascais, Oeiras e Sintra não necessitam de efectuar inscrição.
5. A organização não se responsabiliza por quaisquer acidentes que possam ocorrer, antes, durante ou depois das provas. Efectua-se no entanto um seguro para todos os atletas participantes que o não possuam, desde que disso seja informada no acto da inscrição. Garante-se ainda a presença de uma ambulância no local, para eventual necessidade de prestação de primeiros socorros.
6. Em caso de dúvida de identidade, poderá ser exigida prova de identificação aos atletas, através de fotocópia de documento válido.
7. Em caso de dúvida de identidade, poderá ser exigida prova de identificação aos atletas, através de fotocópia de documento válido.
8. Quaisquer protestos poderão ser apresentados até 15 minutos após afixação das classificações.
9. Para a classificação individual, serão atribuídos pontos conforme **Documento Orientador do Troféu de Atletismo de Cascais**.
A classificação colectiva será encontrada através do somatório dos pontos obtidos pelos atletas em todos os escalões de cada equipa.
10. Em caso de igualdade pontual na classificação colectiva, será beneficiada a equipa cujos atletas mais primeiros, segundos, terceiros, etc., lugares obtiverem.
11. **PRÉMIOS, ESCALÕES, ANO DE NASCIMENTO, HORÁRIOS E DISTÂNCIAS:**
Conforme tabelas anexas
12. A organização é soberana para resolver quaisquer casos omissos a este Regulamento

Horários – Escalões – Distâncias

09:30 – Benjamins M/F	600	mts
09:40 – Infantis M/F	1 000	mts
09:50 – Iniciados M/F	–	2 000 mts
10:10 – Juv. M/F; Jun F; F35; F40; F45; F50; F55; F60	3 000	mts
10:40 – Sub 23F; Sen F; M60; M65; M70	4 000	mts
11:15 – Jun M; Sub23M; Sen M; M35; M40; M45; M50; M55	4 828	mts