



REGULAMENTO

17º GRANDE PRÉMIO ADEC-ms – MACIEIRA DE SARNES

1-Organização

A 17ª Edição do Grande Prémio **ADEC-ms**, é uma organização da **Associação Desportiva e Cultural de Macieira de Sarnes**, com o apoio da Junta de Freguesia.

2-Data, hora e local da realização

Realiza-se na freguesia de Macieira de Sarnes, Concelho de Oliveira de Azeméis, Distrito de Aveiro, com início às 09:30 horas, do dia 28 de Abril de 2019.

3-Programa

Escalões e Horários

HORA	CATEGORIA	SEXO	ANO NASC	DISTÂNCIA
09h30	Infantis	Fem	2006/07	1.400 Mt.
09h40	Infantis	Mas	2006/07	1.400 Mt.
09h50	Iniciados	Mas	2004/2005	2.800 Mt.
10h10	Iniciados/Juvenis	Fem	2002/2005	2.800 Mt.
10h25	Benjamins A	M/Fem	2010/2012	400 Mt
10h30	Benjamins B	Fem	2008/2009	800 Mt
10h35	Benjamins B	Mas	2008/2009	800 Mt
10h40	CAMINHADA	Todos	Todas	5.000 Mt
10h45	Juvenis	Mas	2002/2003	3.400 Mt.
11h15	Jun/Seniores(a)	Fem	2001 e Anterior	7.500 Mt.
11h15	Veteranas (a)	Fem	+ de 40 anos ano ref 1979	7.500 Mt.
11h15	Veteranos A- (a)	Mas	40 a 50 anos ano ref 1979	7.500 Mt.
11h15	Veteranos B- (a)	Mas	+50 anos ano ref 1969	7.500 Mt.
11h15	Jun/Seniores (a)	Mas	2001 e Anterior	7.500 Mt.

a) Nesta Prova os atletas correm juntos, com classificações separadas, de acordo com o ponto 10 do regulamento.

4-Inscrições e Informações

Todos os Clubes interessados em participar nestas provas, têm que fazer a inscrição online em

www.lap2go.com

Tel. p/Informações 965121580/916788384

Nota: **A Organização dispõe de instalações para banho**



As inscrições da corrida, para atletas federados e não federados a partir do escalão de Júnior custam **3,00€** até dia **25 de Abril** Quinta-Feira.

As inscrições para a caminhada custam **2,00€**, a partir dos 18 anos e devem dar entrada até ao dia **25 de Abril**.

5-Participação

A prova é destinada a atletas federados, populares, trabalhadores, escolares e militares. Podem participar atletas de ambos os sexos. Cada atleta só pode participar numa só prova e do seu escalão.

Os atletas devem-se apresentar no local da partida 15 minutos antes da sua prova, com o dorsal colocado na camisola.

Os atletas devem ser portadores de um documento de identificação, para poderem provar a sua idade.

6-Seguro da Prova

A organização terá um seguro desportivo a favor dos atletas que declarem não ter seguro desportivo. A organização, não se responsabiliza pelos atletas, que tenham qualquer contra indicação médica para a prática da corrida

7-Entrega dos dorsais

A distribuição dos dorsais será feita até meia hora antes de se iniciarem as provas e os atletas deverão munir-se dos respectivos alfinetes para a sua colocação.

