



Grupo Shin-Etsu



Garagem

Progresso

Telf. 234 840 260



CONSTRUÇÃO CIVIL E OBRAS PÚBLICAS

Telefs.: 234 843 350 - 234 848 196 - Fax 234 849 944

Rua da Devesa, nº 45 - 3860-244 ESTARREJA

Alvará nº 12758 - Email: carlos.diasmartins@gmail.pt



SUPERMERCADOS

COUTO

Super



Optica Piscinas
Saudocular, Lda.

Acha que ainda consegue vêr bem?
Visite uma das nossas lojas e faça
o seu rastreio de forma gratuita.
Esperamos por si.

CONSULTAS GRÁTIS

R. Dr. Ant. Madureira, Lt. 3 Fra. A 3860-249 ESTARREJA Tel: 234 847 034
Lg. Dr. Egas Moniz, N.º4 3860-465 PARDILHO Tel: 234 881 054



28 FEV 2016 / 9H30

31º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO CIDADE DE ESTARREJA

ORGANIZAÇÃO CONJUNTA DO CENTRO RECREATIVO DE ESTARREJA E DO MUNICÍPIO DE ESTARREJA

VENHA CORRER E CAMINHAR CONNOSCO

CORRIDAS EM ESTRADA, PARA TODOS OS ESCALÕES ETÁRIOS E GÉNEROS E CAMINHADA SOLIDÁRIA PACOPAR PELA CERCIESTA

PROVA PATROCINADA PELA GARAGEM PROGRESSO



INSCRIÇÕES

As inscrições terão de ser feitas exclusivamente e por escrito para o seguinte endereço eletrónico:

gpestarreja.atletismo@gmail.com

e impreterivelmente até ao limite das 20h00 do dia 25 de Fevereiro, **com a correta identificação dos participantes, sendo obrigatória a indicação dos seguintes elementos: Nome, Data de Nascimento (completa), referenciar se tem ou não Seguro Desportivo, Nome e Morada do Clube ou Coletividade que representa.**

O pagamento deverá ser efetuado por transferência bancária para o NIB:

0033 0000 0001 0878 9264 4

ou por pagamento presencial e em efetivo no dia da Prova, no momento do levantamento dos dorsais.

Informações e esclarecimentos adicionais, solicitar a:

CRE TIm.: 96 556 01 41 / 96 862 42 48 / 96 280 74 63

Os atletas participantes na última prova, com a distância de 10.000 metros (Juniões Masculinos, Seniores Masculinos e Femininos, Veteranos Masculinos e Femininos) estão sujeitos ao pagamento de uma taxa de inscrição de **5 € para atletas não federados** e de **3 € para atletas federados**. Todos os restantes escalões estão isentos do pagamento da taxa de inscrição, desde que tenham o seu seguro desportivo atualizado. Caso não o tenham, terão de pagar 2 € por inscrição (só para os escalões jovens).

As inscrições após a data e hora limite só serão possíveis para Atletas Federados e com o pagamento acrescido para 10,00 €.

As inscrições para a **Caminhada Solidária Pacopar pela Cerciasta**, estão sujeitas ao pagamento de 2€ por participante, e poderão ser feitas igualmente na Escola Municipal de Desporto, em qualquer das Entidades que integram o Pacopar ou no dia da Caminhada, no Secretariado.

LEVANTAMENTO DE DORSAIS

O levantamento de Dorsais será feito no Multiusos, situado no Parque do Antuã, (próximo do local da Meta), a partir da 8h30 do dia da Prova. Todas as Equipas devem levantar os dorsais de uma só vez.

REGULAMENTO

A prova rege-se por Regulamento próprio aprovado pela Associação de Atletismo de Aveiro.

Os casos omissos neste Regulamento, serão apreciados pela Organização e julgados pelo júri, com base no Regulamento da F. P. A. e Comissão Nacional de Estrada e Corta-Mato (CNEC)

TROFÉUS

Haverá classificações individuais e coletivas em todas as provas, com Troféus para os primeiros lugares das Classificações. Para a classificação coletiva contam os três primeiros atletas de cada equipa.

Todos os Atletas chegados à meta receberão lembranças de presença.

PROG 1º PROGRAMA, ESCALÕES E HORÁRIO

Hora	Escalão	Género	Ano Nascimento	Distância	Percurso
09h30	Infantis	F	2003 / 2004	1.910 m	B
09h40	Infantis	M	2003 / 2004	1.910 m	B
09h50	Iniciados	F	2001 / 2002	2.360 m	C
10h05	Iniciados	M	2001 / 2002	2.360 m	C
10h20	Benj. A e B	F	2005 a 2009	700 m	A
10h30	Benj. A e B	M	2005 a 2009	700 m	A
10h40	Juvenis	M	1999 / 2000	3.100 m	D
10h40	Juvenis	F	1999 / 2000	3.100 m	D
10h40	Juniões	F	1997 / 1998	3.100 m	D
10h40	Caminhada	F / M	Todas as idades	5.200 m	E
11h00	Juniões	M	1997 / 1998	10.000 m	F1+F2
11h00	Seniores	F	1996 / 1976 (29/02)	10.000 m	F1+F2
11h00	Seniores	M	1996 / 1976 (29/02)	10.000 m	F1+F2
11h00	Veteranos	F	1976 (28/02) e anteriores	10.000 m	F1+F2
11h00	Veteranos	M	1976 (28/02) e anteriores Vet 1 (40-49); Vet 2 (+50)	10.000 m	F1+F2

No período a partir das 10h30 (após o final das provas de Benjamins A e B) haverá na Pista de Atletismo Elói de Almeida, junto do Multiusos, uma ação de Animação e Captação de Atletismo para Crianças e Jovens até aos 12 anos de idade.

TABELA DE PRÉMIOS

	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º
Juniões / Seniores Masc	200	150	100	75	50	40	30	20	10	5
Veteranos 1 Masc	80	70	60	50	40	30	20	15	10	5
Veteranos 2 Masc	80	70	60	50	40	30	20	15	10	5
Seniores Fem	200	150	100	75	50	40	30	20	10	5
Veteranos Fem	80	70	60	50	40	30	20	15	10	5

IDENTIFICAÇÃO

Qualquer atleta com mais de 40 anos, à luz do Regulamento será considerado Veterano. No entanto, caso assim retenda, poderá competir como Sénior desde que faça essa opção no Secretariado da competição antes do início da prova, não sendo essa alteração reversível seja qual for a situação.

APOIOS E COLABORAÇÃO

Comércio, Indústria e Serviços Locais;
Escola Municipal de Desporto;
Juntas de Freguesia;
Bombeiros Voluntários de Estarreja;
Rádio Voz da Ria;
Comunicação Social local e regional