

30º CORTA-MATO CIDADE DE AMORA

Regulamento

A Junta de Freguesia de Amora e a Câmara Municipal do Seixal, com a colaboração da Federação Portuguesa de Atletismo, da Associação de Atletismo de Setúbal e do Movimento Associativo Concelhio organizam o 30º Corta-Mato Cidade de Amora, no próximo dia 17 de novembro de 2019, no Parque do Serrado – Amora, Seixal.

2 – ÂMBITO DA PROVA

Esta prova é aberta a atletas de ambos os sexos, federados e populares, em representação de clubes, escolas, coletividades, grupos informais ou a título individual.

4 – PRÉMIOS INDIVIDUAIS:

Lembrança para todos os concorrentes que concluíam a prova. Troféu para os três primeiros de cada escalão.

COLETIVOS: Atribuição de prémios (cheque) nos valores abaixo indicados.

5 – CLASSIFICAÇÃO POR EQUIPAS

Contam para a classificação coletiva todos os atletas classificados por escalão. A pontuação é atribuída – por escalão – da seguinte forma: 1º, 10 pontos; 2º, 9 pontos;...; 10º classificado e os restantes 1 ponto. Ganha a equipa que somar mais pontos devendo classificar cinco ou mais atletas no conjunto dos escalões acima indicados.

6 – RESPONSABILIDADE

A Organização responsabiliza-se por qualquer acidente ocorrido no decurso das provas, mediante apólice existente para o efeito. A Organização não se responsabiliza pela aptidão física dos atletas, prestando apoio médico no local.

7 - INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser enviadas para: Junta de Freguesia de Amora, Rua 1º de Maio, Lt.4 – 2845-125 Amora, Tel: 212268730.

E-mail: jfamora@jf-amora.pt até às 18.00 horas do dia 14 de novembro de 2019.

ESCALÃO	PRÉMIOS
A,B,C,D,U e V	1º Prémio – 400 Euros
	2º Prémio – 300 Euros
	3º Prémio – 250 Euros
E,F,G e H	1º Prémio – 400 Euros
	2º Prémio – 300 Euros
	3º Prémio – 250 Euros
M,N,O,P,Q,R Z,K, L e X	1º Prémio – 400 Euros
	2º Prémio – 300 Euros
	3º Prémio – 250 Euros
I, J, S, e T	1º Prémio – 400 Euros
	2º Prémio – 300 Euros
	3º Prémio – 250 Euros

3 – HORÁRIOS – DISTÂNCIAS – ESCALÕES

Horário/Distância	Escalões	Ano Nascimento	Sexo	
09.15h	4000	Z – Veteranos VII	1954 e antes	Masculino
	4000	R – Veteranos VI	1955 – 1959	Masculino
	4000	Q – Veteranos V	1960 – 1964	Masculino
09.35h	4000	P – Veteranos IV	1965 – 1969	Masculino
	4000	O – Veteranos III	1970 – 1974	Masculino
	4000	N – Veteranos II	1975 – 1979	Masculino
09.55h	800	U – Benjamins B	2008 – 2009	Masculino
09.56h	800	V – Benjamins B	2008 – 2009	Feminino
10.05h	1000	A – Infantis	2006 – 2007	Masculino
		B – Infantis	2006 – 2007	Feminino
10.15h	2000	C – Iniciados	2004 – 2005	Masculino
		D – Iniciados	2004 – 2005	Feminino
10.30h	3000	K – Veteranos I	1975 – 1984	Feminino
		L – Veteranos II	1965 – 1974	Feminino
		X – Veteranos III	1964 e antes	Feminino
10.50h	3000	F – Juvenis	2002 – 2003	Feminino
		4500	H – Juniores	2000 – 2001
11.15h	5000	F – Juvenis	2002 – 2003	Masculino
		6500	H – Juniores	2000 – 2001
11.45h	6000	J – Sub-23	1997 – 1999	Feminino
		7500	S – Seniores	1985 – 1996
12.20h	1500	Seniores (1)	1985 - 1996	Masculino
12.25h	1500	Seniores (1)	1985 - 1996	Feminino
12.30h	8500	I – Sub-23	1997 – 1999	Masculino
		T – Seniores	1985 – 1996	Masculino
		M – Veteranos I	1980 – 1984	Masculino

(1) – Prova de seleção para os Campeonatos da Europa.

8 – VERIFICAÇÃO DE IDENTIDADE

Em caso de dúvida o atleta deverá apresentar o Bilhete de Identidade / Cartão de Cidadão, quando solicitado pela organização.

9 – HORÁRIO DO INÍCIO DA PROVA: As provas terão início às 9.15h.

Organização:

Apoio:

