

37.º GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO

LAMEGO – AVÕES

Regulamento

	Local de Partida	Escalão	Distância
15:25	Escola primária Avões de Cá	Benjamins - Masculinos e Femininos (ano nasc: 2015 a 2012) Prova única com classificação individual mista	500 metros
15:30	Lugar das Alminhas	Infantis - Masculinos e Femininos (ano nasc.: 2009 a 2010) Prova só com classificação individual separada por sexo	1200 metros
15:40	Junta de Freguesia de Avões	Iniciados - Masculinos e Femininos (ano nasc.; 2007 a 2008) Prova só com classificação individual separada por sexo	1800 metros
15:50	Cruzamento Serra das Meadas	Juvenis - Masculinos e Femininos (ano nasc.: 2005 e 2006) Prova única com classificação final individual e colectiva	2500 metros
16:00	Avenida Dr. Alfredo de Sousa	Geral – (escalão junior e senior) Masculinos e Femininos (ano nasc.: 2002 e anteriores) Veteranos Masculinos e Femininos (ano nasc.: 1987 e anos anteriores)	(aprox.) 11000 Metros
17:45	Sede Associação Desportiva de Avões Campo de Futebol, Freguesia de avões	Cerimónia de Entrega dos Prémios	

1- Uma organização da Associação Desportiva de Avões, com o apoio da Junta de Freguesia de Avões, Município de Lamego, Centro Municipal de Marcha e Corrida de Lamego, Associação de Atletismo de Viseu, Instituto Português Desporto e Juventude com a colaboração de entidades e Instituições locais (PSP, GNR, Bombeiros Voluntários, entre outras instituições).

1. ____ O 37º Grande Prémio de Atletismo de Lamego-Avões disputa-se no dia **25 de Abril de 2023**, a partir das **15:00**, com os seguintes locais de partida, horários e escalões:

Horário Programa

Ter atenção aos horários e locais de partida!

2. Os dorsais serão entregues **uma hora antes do início nos locais da partida. Na prova geral o dorsal é apenas entregue com a confirmação do pagamento!** Os prémios são distribuídos no final após o apuramento da classificação. A organização reserva o direito de solicitar a identificação a todos os atletas no ato de levantamento dos dorsais. Se este não for apresentado o atleta poderá não ser autorizado a participar ou vir a ser desclassificado, em caso de reclamação.

3. Percurso: Partida: Av. Dr. Alfredo de Sousa sentido descendente e ascendente, Av. 5 de Outubro sentido ascendente, Av. Padre Alfredo Pinto Teixeira (Frente à Câmara Municipal de

Lamego), Rua Dr. Cassiano Mendes, Calçada da Guerra, Est. M539, Avões, Lugar de Canelas, Rua 25 de Abril 1ª passagem, Avões de Lá, Lugar do Carvalhal, Junta de Freguesia, Lugar das Alminhas, Lugar do Outeiro, Igreja de Avões, Est. M539, Campo de futebol de Avões.

4. O local da meta (chegada) destas provas ocorrerá no **Campo de Futebol do Parque 25 de Abril em Avões**. A conclusão das provas com a chegada do último atleta deverá ocorrer por volta das 17:40 horas.

5. Nestas provas podem participar atletas nacionais e estrangeiros, federados e não federados, em nome individual ou inscritos em Núcleos, Clubes, Escolas.

6. **No final da prova existem balneários para banhos no Campo de Futebol do Parque 25 de Abril em Avões.**

7. **O valor da inscrição é o seguinte:**

Escalões	Datas	
Benjamins, infantis, iniciados e juvenis	Inscrição Gratuita	
(Juniões, Seniores e Veteranos)	Até dia 10 de Abril	7 Euros
	De 11 a 24 de Abril	10 Euros
No dia 25 de Abril 15 Euros		
A inscrição assegura a cada participante: T-shirt + medalha + Lanche		

8. **O pagamento pode ser efectuado:**

- No centro Multiusos De Lamego , Telefone: 254614160;
- Na sede da Associação Desportiva de Avões – freguesia de avões
- na plataforma online;

9. Os atletas não federados são inteiramente responsáveis pela garantia de não existir qualquer contra indicação médica para a prática de corrida.

10. Inscrições e informações:

- **Associação Desportiva de Avões**
- **Telemóvel: 967 459 131**
- **Piscinas Cobertas Municipais de Lamego, Telefone: 254614160**
- adavoes@hotmail.com
- geral.adavoes@gmail.com

11. **As inscrições decorrem até ao dia 24 de Abril**, comprometendo-se a organização a celebrar contrato de seguro desportivo, válido e a favor de todos os atletas inscritos e participantes não federados (Decreto-Lei de 26/04/93).

12. As inscrições só serão confirmadas após o pagamento.

13. Ao realizarem a inscrição, os participantes aceitam este regulamento e aceitam pela sua honra que não apresentam contra-indicações para a prática do atletismo e/ ou realização de esforço inerente à participação nas provas do evento;

14. Até ao dia 20 de Abril de 2023 serão aceites pedidos de alteração da inscrição. No caso de cancelamento de inscrição, esta deverá ser solicitada por escrito para adavoes@hotmail.com

15. A Organização, Entidades Oficiais e particulares envolvidas, não se responsabilizam por acidentes que ocorram nas viagens de acesso, regresso e durante a prova com atletas, dirigentes, assistentes ou outras pessoas.

16. A prova terá o acompanhamento de uma ambulância e o policiamento do trânsito será assegurado no perímetro da cidade de Lamego pela PSP e na área rural pela GNR.

17. Prémios Após a realização da prova, decorrerá no pavilhão da Associação Desportiva de Avões, na freguesia de Avões, **a partir das 17:45** a cerimónia de entrega de prémios.

18. No fim da prova, será entregue a cada atleta, um saco com sandes, água e fruta.

19. Existe um abastecimento aos 5km para os atletas.

20. Os protestos deverão em primeiro lugar ser efectuados junto do Juiz-árbitro. Da decisão deste, pode ser interposto recurso para o Júri de Apelo por escrito, até 15 minutos após a divulgação dos resultados acompanhados da importância de 50,00€

20. É da responsabilidade dos atletas o garante da inexistência de qualquer contra-indicação médica para a prática da modalidade!

21. A organização declina qualquer responsabilidade por eventuais acidentes ou lesões ocorridas durante a realização das Provas. No entanto estará disponível um serviço de assistência

22. Os casos omissos neste regulamento serão participados pelo Júri da prova com base no Regulamento de Atletismo Amador.

23. A inscrição implica que leu e aceita o regulamento da prova, bem como o assumir que a(o) participante se sente fisicamente e psicologicamente preparado para o esforço físico inerente à prova física que vão participar, não cabendo à Organização as responsabilidades, fora do âmbito legal obrigatório, deste evento, por quaisquer acidentes que se venham a verificar antes, durante de depois da prova, sendo tomadas providência para uma assistência especializada ao longo da actividade. A organização reserva o direito de utilizar as imagens e vídeos da prova, para divulgação das actividades.

24- Prémios

Todos os atletas da prova principal que finalizem a prova terão direito a medalha e t-shirt de participação. Os atletas, independentemente do escalão a que pertencem, poderão usufruir do prémio correspondente ao lugar da Classificação Geral, não sendo estes acumuláveis.

37º GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO LAMEGO – AVÕES

Prémios

Benjamins		Infantis		Iniciados		Juvenis	
Masc	Fem	Masc	Fem	Masc	Fem	Masc	Fem
1- Troféu	1- Troféu	1- Troféu	1- Troféu	1- Troféu	1- Troféu	1- Troféu	1- Troféu
2- Troféu	2- Troféu	2- Troféu	2- Troféu	2- Troféu	2- Troféu	2- Troféu	2- Troféu
3- Troféu	3- Troféu	3- Troféu	3- Troféu	3- Troféu	3- Troféu	3- Troféu	3- Troféu

Geral		Veteranos	
Masculino	Feminino	Masculino	Feminino
1º Troféu	1º Troféu	1º Troféu	1º Troféu
2º Troféu	2º Troféu	2º Troféu	2º Troféu
3º Troféu	3º Troféu	3º Troféu	3º Troféu
4ª Troféu	4º Troféu	4ª Troféu	4ª Troféu
5º Troféu	5º Troféu	5ª Troféu	5 Troféu

Prémio Equipa – Prova Geral (11km)

1.ª – Lembrança Típica

2.ª – Lembrança Típica

3.ª – Lembrança Típica

Nota: a classificação será de acordo com a menor pontuação, dos três melhores atletas de cada equipa, independentemente do género. (Prova geral e veteranos)

Todos os atletas que finalizem a prova terão direito a medalha e t-shirt de participação. Os atletas, independentemente do escalão a que pertencem, poderão usufruir do prémio correspondente ao lugar da Classificação Geral, não sendo estes acumuláveis.