

# TROFÉU SINTRA A CORRER

## RIO DE MOURO CROSS RUN

### VII GRANDE PRÉMIO CARLOS CORREIA

14 DE MAIO DE 2022

# REGULAMENTO

## 1 – ORGANIZAÇÃO

A Junta de Freguesia de Rio de Mouro, em parceria com a Câmara Municipal de Sintra, vai realizar no Sábado, dia 14 de Maio de 2022, pelas 14h30, o **Rio de Mouro Cross Run – VII Grande Prémio CARLOS CORREIA**, no Parque Urbano Rinchoa - Fitares.

## 2 – ÂMBITO

Esta prova, que integra o **Troféu "Sintra a Correr"** 2021-2022, é aberta a todos os interessados, de ambos os géneros de acordo com os escalões etários definidos no ponto 6 deste regulamento, em representação coletiva ou a título individual, desde que se encontrem de **boa saúde e aptos a realizar esforços prolongados**.

*Alertam-se os participantes que as provas são de carácter competitivo, pelo que a participação obriga a que a maioria do percurso seja realizado a correr.*

## 3 – PERCURSOS

O **Rio de Mouro Cross Run – VII Grande Prémio CARLOS CORREIA** é composto por 5 corridas (com início e fim no mesmo local) com os seguintes percursos:

### Percurso 1

**Prova:** VII Grande Prémio Carlos Correia – Rio de Mouro Cross Run

**Escalões:** Jun (M) | Sen (M/F) | F35 e F40 | M35 a M60      **Distância:** 7.500 metros      **Voltas:** 2

**Hora:** 14h30



## Percurso 2

**Prova:** VII Grande Prémio Carlos Correia – Rio de Mouro Cross Run

**Escalões:** Juv.(M/F) | Jun. Fem | F45 a F60 | M65 | M70 | Def. a pé (M/F)

**Distância:** 3.750 metros

**Hora:** 15h30

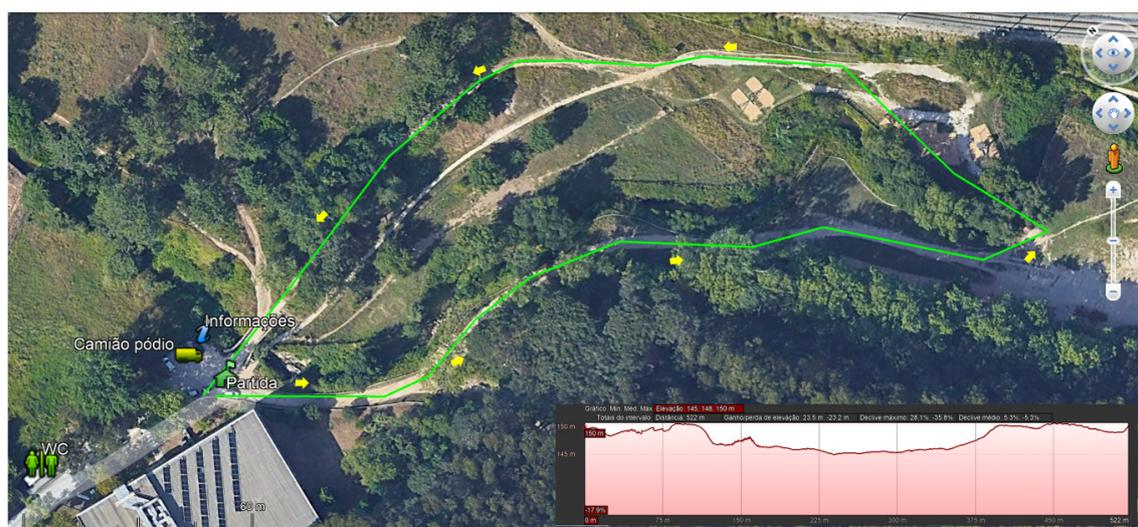


## Percurso 3

**Prova:** VII Grande Prémio Carlos Correia – Rio de Mouro Cross Run

**Escalões:** Benjamins **Distância:** 500 metros

**Hora:** 16h00



## Percurso 4

**Prova:** VII Grande Prémio Carlos Correia – Rio de Mouro Cross Run

**Escalões:** Iniciados **Distância:** 1.780 metros

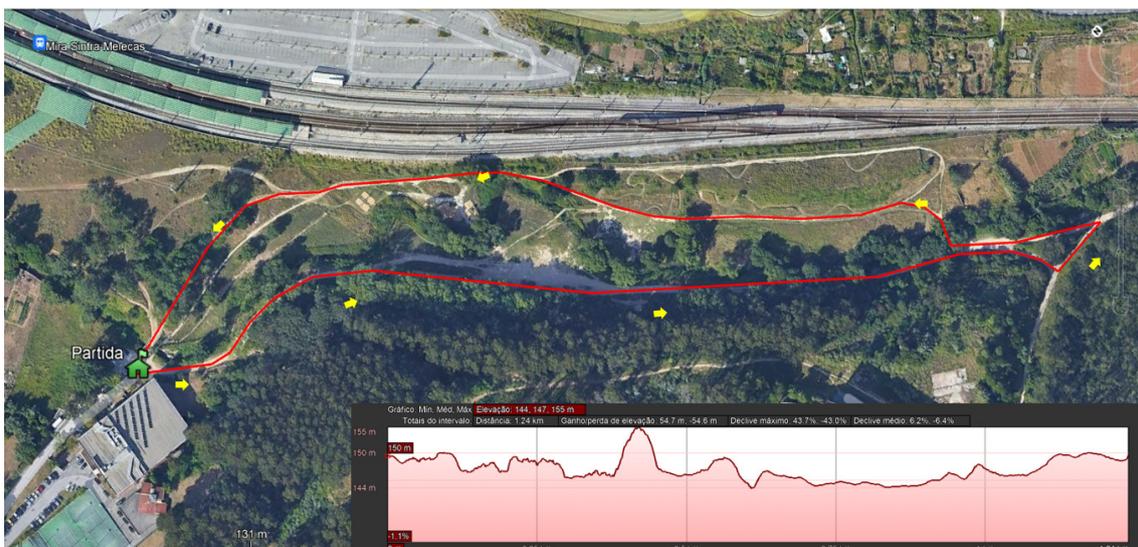
**Hora:** 16h15



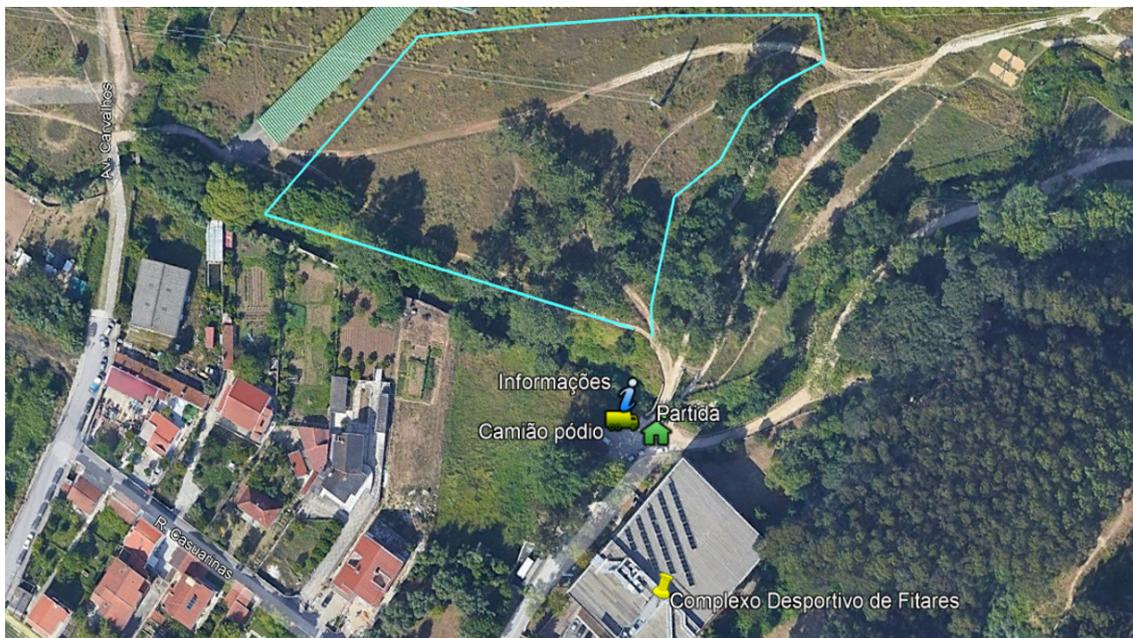
## Percurso 5

**Prova:** VII Grande Prémio Carlos Correia – Rio de Mouro Cross Run

**Corrida:** 5 **Escalões:** Infantis **Distância:** 1.230 metros **Voltas:** 1 **Hora:** 16h40



**NOTA:** Os atletas em período de aquecimento ou em recuperação ativa após terminarem as suas provas deverão obrigatoriamente usar a área destinada a esse efeito (ver mapa abaixo).



#### 4 - PARTIDA

A concentração dos participantes será no Parque Urbano da Rinchoa (junto ao Complexo Desportivo de Fitares) e as partidas serão dadas de acordo com o seguinte programa-horário:

Corrida	Hora	Escalões	Percurso	Voltas	Distância
1	14h30	Jun (M); Sen (M/F); F35 e F40; M35 a M60	Amarelo	2	3.750 m
2	15h30	Juv (M/F); Jun Fem; F45 a F60; M65; M70 e Def. a Pé (M/F)	Laranja	1	3.750 m
3	16h00	Benjamins	Verde	1	500 m
4	16h15	Iniciados	Azuis	1	1.780 m
5	16h40	Infantis	Vermelho	1	1.230 m

## 5 - ESCALÕES

Os escalões etários são os seguintes:

Masculinos		Femininos	
Escalão <sup>(1)</sup>	Anos de Nascimento	Escalão <sup>(1)</sup>	Anos de Nascimento
Benjamins	2011, 2012 e 2013	Benjamins	2011, 2012 e 2013
Infantis	2009 e 2010	Infantis	2009 e 2010
Iniciados	2007 e 2008	Iniciados	2007 e 2008
Juvenis	2005 e 2006	Juvenis	2005 e 2006
Seniores	1988 a 2002	Seniores	1988 a 2002
M 35	1983 a 1987	F 35	1983 a 1987
M 40	1978 a 1982	F 40	1978 a 1982
M 45	1973 a 1977	F 45	1973 a 1977
M 50	1968 a 1972	F 50	1968 a 1972
M 55	1963 a 1967	F 55	1963 a 1967
M 60	1958 a 1962	F 60	1962 e antes
M 65	1953 a 1957	Deficientes a Pé	Escalão Único*
M 70	1952 e antes	(*) - O escalão único de "Deficientes a Pé" só é válido para escalões etários acima de Juvenis	
Deficientes a Pé	Escalão Único		

<sup>(1)</sup> - A partir de 1 de janeiro de 2022

## 6 - SECRETARIADO

O Secretariado da prova funcionará entre as 14h00 e as 16h40.

## 7 - INSCRIÇÕES

A participação é gratuita em todas as provas do Troféu "Sintra a Correr" 2021-2022, porém, os atletas que ainda não possuem dorsal deverão registar-se previamente através do link:

<http://desportoinscricoes.cm-sintra.pt/survey/index/sid/963171/newtest/Y/lang/pt>

## **ATENÇÃO:**

- Não são aceites inscrições nos dias de prova;
- No dia da prova *não serão facultados dorsais ou chips de substituição*;
- Os atletas federados só podem representar o clube da filiação.

## **8 - CONFIRMAÇÃO DE PRESENÇA NA PROVA**

Para efeitos logísticos, todos os atletas que pretendam participar nesta prova terão de confirmar a sua presença até a data acima indicada através do link abaixo:

<http://desportoinscricoes.cm-sintra.pt/survey/index/sid/998741/newtest/Y/lang/pt>

*A falta desta confirmação desresponsabiliza a organização pela eventual falta de brindes a atribuir aos atletas.*

## **9 - IDENTIFICAÇÃO DOS PARTICIPANTES**

Serão efetivamente desclassificados todos os atletas que, à chegada:

- Não se apresentem com o dorsal ou o chip devidamente colocado;
- Não enverguem os controlos de passagem obrigatória, caso se aplique.

A organização, sempre que o entender, poderá exigir a identificação de qualquer participante, que para o efeito se deve apresentar munido do Bilhete de Identidade ou documento oficial que comprove a sua idade.

Caso se verifique alguma irregularidade o participante em causa será desclassificado.

## **10 - CLASSIFICAÇÕES**

### *10.1 - Individual*

As classificações individuais são efetuadas em função da ordem de chegada, por escalão-género.

### *10.2 - Coletiva*

A classificação por equipas é elaborada de acordo com a classificação individual dos atletas de cada clube em cada escalão. Nesse sentido, serão

somados os pontos obtidos por todos os atletas de cada clube em cada escalão. Assim, ao 1º classificado serão atribuídos 15 pontos, ao segundo 14 e assim sucessivamente até ao décimo-quinto classificado, a quem será atribuído 1 ponto.

A classificação coletiva será, pois o somatório dos pontos obtidos em todos os escalões por cada um dos Clubes/Entidades.

A equipa que obtiver maior número de pontos é a vencedora. Em caso de igualdade pontual, o desempate será efetuado através das melhores classificações obtidas, equipa com mais primeiros lugares, segundos lugares e assim sucessivamente.

## **11 - PRÉMIOS**

### *11.1 - Individuais*

Serão atribuídos prémios, aos 5 primeiros atletas dos escalões de Benjamins, Infantis, Iniciados e Juvenis e aos 3 primeiros atletas dos restantes escalões (masculino e feminino).

### *11.2 - Coletivos*

Na classificação por equipas serão atribuídos troféus às 5 primeiras equipas.

## **12 - INSTALAÇÕES SANITÁRIAS**

A organização garante a disponibilidade de utilização das instalações sanitárias do Complexo Desportivo de Fitares, com possibilidade de duche, a todos os participantes que necessitem.

## **13 - RECLAMAÇÕES**

Apenas serão consideradas as reclamações que sejam apresentadas no dia e local da prova, num prazo de 5 minutos após a divulgação dos resultados e **antes da cerimónia protocolar de entrega de prémios.**

## **14 - CASOS OMISSOS**

Todos os casos omissos que não constem deste Regulamento, terão resolução de acordo com as Normas de Participação do **Troféu "Sintra a Correr"** ou pela organização.