



5º Trilho dos Dinossauros

5 JULHO DE 2015

REGULAMENTO



Associação Atlética de Pêgo Longo
Rua das Alfarrobeiras, lote 213
Bairro do Pêgo Longo
2605-122 Belas
Telemóvel: 911162338

1 – ORGANIZAÇÃO

A Associação Atlética do Pêgo Longo, em parceria com a Câmara Municipal de Sintra e da União das Freguesias de Queluz e Belas, vai realizar no Domingo, dia 5 Julho de 2015, pelas 9h15 horas, o 5º Trilho dos Dinossauros.

2 – ÂMBITO

Esta prova, que integra o **Troféu “Sintra a Correr” 2015**, é aberta a todos os interessados, de ambos os sexos de acordo com os escalões etários definidos no ponto 7 deste regulamento, em representação de uma equipa ou a título individual, desde que se encontrem de boa saúde e aptos a realizar esforços prolongados.

3 – PERCURSOS

As 3 provas mais pequenas decorrem no interior do bairro, e as restantes 2 vão ao Belas Clube de Campo passando na Serra da Silveira.

Percurso 1 - 800 metros – 1 volta

Partida: Av. da Igreja; Rua de Santo António, Rua 8 de Dezembro; Rua da Escola; Rua dos Lírios; Av. da Igreja; Meta

Percurso 2 - 1.500 metros – 1 volta

Partida: Av. da Igreja; Rua de Santo António; Rua 8 de Dezembro; Rua da Escola; Rua de Santo António; Rua do Pêgo Longo; Av. da Igreja; Meta

Percurso 3 - 2.000 metros – 2 voltas

Partida: Av. da Igreja; Rua de Santo António; Rua do Pêgo Longo; Av. da Igreja; Meta

Percurso 4 – 3.500 metros – 1 volta

Partida: Av. da Igreja; Terra batida até à Serra da Silveira; (direita) Rua Engenheiro José Sousa Marques; (esquerda) Rua 1º de Maio; (esquerda) Rua das Descobertas; (esquerda) Rua da Fonteira; (direita) terra batida até ao Pêgo Longo; Av. da Igreja; (esquerda) Rua dos Lírios; (direita) Av. da Igreja; Meta

Percurso 5 - 8.000 metros – 1 volta

Partida: Av. da Igreja; terra batida até à Serra da Silveira; Rua da Fonteira; (esquerda); Estrada Nacional 250; (direita) na entra para a Mata Belas Clube Campo; corre num percurso de 4.500 metros até voltar à Estrada Nacional 250; (esquerda), sobe para a Serra da Silveira pela rua da Fonteira e segue para o Pêgo Longo. Ao entrar no Pêgo Longo; Av. da Igreja; (esquerda) Rua dos Lírios; (direita) Av. da Igreja; Meta (Abastecimento a meio do percurso)

4 – PARTIDA

A concentração dos participantes será junto à Associação de Moradores do Bairro do Pêgo Longo, com partidas e chegadas no mesmo local. As partidas serão dadas de acordo com o seguinte programa-horário:

Escalões	Percurso/voltas	Partida
Jun. M; Sen. (M/F); F35 e F40; M35 a M60	Percurso 5 – 1 volta	09.15H
Juv. (M/F); Jun. (F); F45 a F60; M65, M70 e Def. a pé (M/F)	Percurso 4 – 1 volta	09.20H
Benjamins B (Masc. e Fem.)	Percurso 1 – 1 volta	10.25H
Infantis (Masc. e Fem.)	Percurso 2 – 1 voltas	10.35H
Iniciados (Masc. e Fem.)	Percurso 3 – 2 voltas	10.50H

5 – INSCRIÇÕES

A participação é gratuita em todas as provas do Troféu “Sintra a Correr 2014-2015”, porém, os atletas que ainda não possuem dorsal deverão registar-se previamente até às 23h59 de terça-feira, dia **30 de Junho de 2015** no site da Câmara Municipal de Sintra, seguindo a seguinte ligação:

<http://www.cm-sintra.pt/trofeu-sintra-a-correr-2015>

ATENÇÃO:

- Não serão aceites inscrições no dia da prova.
- Os atletas federados não podem inscrever-se por outro clube

6 – CONFIRMAÇÃO DE PRESENÇA NA PROVA

Para efeitos logísticos, as equipas cujos atletas já possuam dorsal atribuído pelas Câmaras Municipais de Sintra, Oeiras ou Cascais, devem indicar o número de atletas com presença confirmada até a data acima indicada através do fax ou e-mail indicados.

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

7 - ESCALÕES

Os escalões etários são os seguintes:

MASCULINOS		FEMININOS	
Escalão ⁽¹⁾	Anos de Nascimento	Escalão ⁽¹⁾	Anos de Nascimento
Benjamins B	2004 e 2005	Benjamins B	2004 e 2005
Infantis	2002 e 2003	Infantis	2002 e 2003
Iniciados	2000 e 2001	Iniciados	2000 e 2001
Juvenis	1998 e 1999	Juvenis	1998 e 1999
Juniores	1996 e 1997	Juniores	1996 e 1997
Seniores	1981 a 1995	Seniores	1981 a 1995
M 35	1976 a 1980	F 35	1976 a 1980
M 40	1971 a 1975	F 40	1971 a 1975
M 45	1966 a 1970	F 45	1966 a 1970
M 50	1961 a 1965	F 50	1961 a 1965
M 55	1956 a 1960	F 55	1956 a 1960
M 60	1951 a 1955	F 60	1955 e antes
M 65	1946 a 1950	Desporto Adaptado	Escalão único*
M 70	1945 e antes	(*) - O escalão único de “Deficientes a pé” só é válido para escalões etários acima de Juvenis	
Desporto Adaptado	Escalão único*		

(1) – A partir de 1 de Janeiro de 2015

8 - IDENTIFICAÇÃO DOS PARTICIPANTES

Os participantes que não forem portadores dos respetivos dorsais serão automaticamente desclassificados

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

9 - CLASSIFICAÇÕES

9.1 - Individual

As classificações individuais são efetuadas em função da ordem de chegada, por escalão e sexo.

9.2 – 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 colectiva 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.

10 - PRÉMIOS

10.1 – Individuais

Prémios aos 3 primeiros de cada escalão

10.2 - Coletivos

Na classificação por equipas serão atribuídos troféus às 10 primeiras equipas.

11 - RECLAMAÇÕES

As reclamações só são aceites para apreciação pela organização no local de prova ou através de *email* até ao final desse dia.

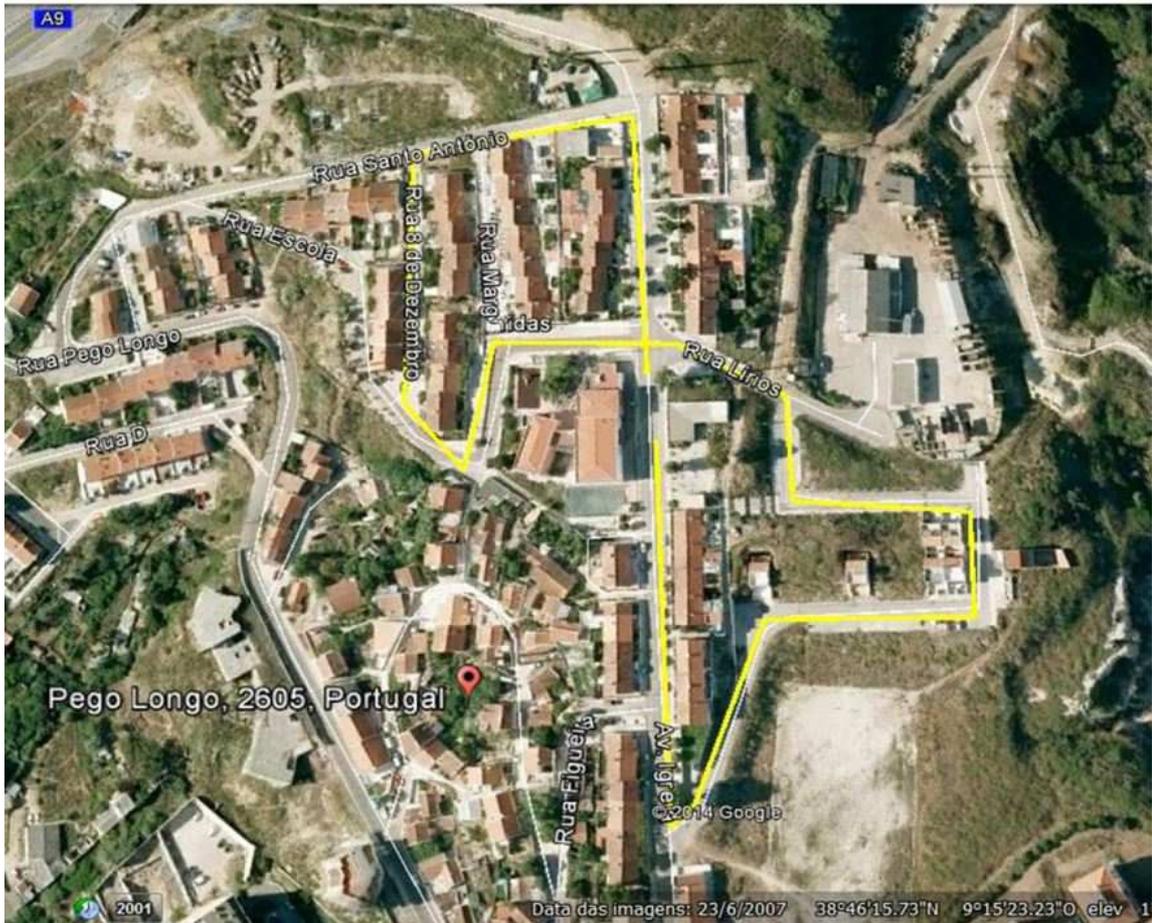
12 - CASOS OMISSOS

Todos os casos omissos que não constem deste Regulamento, terão resolução de acordo com o Regulamento Geral do Troféu “Sintra a Correr” ou pela organização.

13 - CROQUIS

(Páginas seguintes)

Benjamins M/F - 800 m 1 volta



Infantis M/F – 1500 1 volta



Iniciados M/F 2.000 m 2 voltas



Juv. (M/F); Jun. (F); F45 a F60; M65, M70 e Def. a pé (M/F) - 3.500m 1 volta



Jun. M; Sen. (M/F); F35 e F40; M35 a M60 – 8.000 m – 1 volta

