



# GUIA PARA ORGANIZAÇÃO DE PROVAS



2016/2017

## Índice

1 – ORGANIZAÇÃO .....	3
2 - CANDIDATURA À REALIZAÇÃO DE PROVAS.....	3
3 – SELEÇÃO DE PROVAS.....	3
4 – CALENDÁRIO DE PROVAS .....	4
5 – REQUISITOS TÉCNICOS DAS PROVAS.....	4
5.1 – O Percurso .....	4
5.2 – As zonas de Partida e Chegada.....	5
5.3 – Escalões Etários e Distâncias .....	5
6 – REGULAMENTO .....	6
7 – LICENCIAMENTO DA PROVA.....	7
8 – RESPONSABILIDADES.....	7
8.1 - Obrigações da Câmara Municipal de Sintra.....	7
8.1.1 – Técnico .....	7
8.1.2 – Administrativo .....	8
8.1.3 - Logístico .....	8
8.1.4 - Divulgação .....	8
8.1.5 – Seguro e Apoio Médico .....	9
8.1.6 - Apoio Financeiro .....	9
8.1.7 – Critérios para atribuição do Apoio Financeiro .....	9
8.2. - Obrigações da Entidade Organizadora.....	10
8.2.1 – A nível regulamentar .....	10
8.2.2 – Aspetos organizativos.....	10

## 1 – ORGANIZAÇÃO

O Troféu “Sintra a Correr”, dirigido à prática da corrida, é uma organização da Câmara Municipal de Sintra que, em colaboração com as Juntas de Freguesia, Clubes do Concelho e outras entidades oficiais, pretende, através de um quadro competitivo próprio, responder às necessidades de uma atividade desportiva informal desenvolvida de forma regular e sistemática.

## 2 - CANDIDATURA À REALIZAÇÃO DE PROVAS

Podem candidatar-se à realização de provas os Clubes e Coletividades Desportivas, Juntas de Freguesia, a própria Câmara Municipal ou quaisquer outras entidades oficiais que, para o efeito, apresentem a respetiva candidatura dentro dos prazos estabelecidos e cumpram os requisitos presentes neste guia.

As candidaturas à organização de provas de estrada ou corta mato, limitadas a um máximo de 12, deverão ser efetuadas até dia 5 de setembro, através da apresentação de um projeto, contemplando os seguintes aspetos:

- 2.1 **Conceção e Gestão** (Objetivos, Percurso, Recursos Humanos, Cronograma da Organização, Entidades Envolvidas, Previsão de Custos);
- 2.2 **Logística e Infraestruras** (Croqui das estruturas, equipa de montagens, equipa de partidas e chegadas, equipa para abastecimento, equipa para entrega de prémios, equipa de desmontagens, secretariado, policiamento adequado ao percurso);

A apresentação do projeto subentende a aceitação das indicações constantes do presente Guia.

## 3 – SELEÇÃO DE PROVAS

A seleção dos doze projetos para organização das provas do Troféu “Sintra a Correr” será efetuada pela Câmara Municipal de Sintra com base nos seguintes critérios:

- 3.1 Análise e apreciação do projeto por parte da equipa técnica da Divisão de Desporto e Juventude, tendo em conta a apresentação de um percurso agradável, com as questões de segurança, higiene e saúde garantidas, recursos humanos em número suficiente para cada uma das funções e estruturas, aquecimento antes da prova, prémios/lembranças a atribuir;
- 3.2 A organização anterior de provas de Atletismo com avaliação positiva,
- 3.3 Calendarização entre Outubro e Julho, escolhida sem colidir com outras provas de Atletismo a nível distrital;

## 4 – CALENDÁRIO DE PROVAS

O calendário terá um máximo de 12 provas;

Em qualquer das situações e no âmbito deste Troféu **não será permitida** a existência de provas seguidas em dois fins de semana.

Após a definição do calendário de provas não é possível a alteração de datas, salvo exceções devidamente fundamentadas e atempadamente comunicadas.

## 5 – REQUISITOS TÉCNICOS DAS PROVAS

As provas que integram o Troféu “Sintra a Correr” poderão realizar-se sob a forma de corridas de estrada ou corta mato.

### 5.1 – O Percurso

Os percursos escolhidos deverão ser agradáveis à sua realização com uma altimetria equilibrada e adequada a cada um dos respetivos escalões, e com um impacto mínimo na comunidade local, devem contemplar paisagem rural, ou jardins municipais, ou contemplarem a passagem junto a monumentos de interesse turístico e cultural;

No caso de se tratar de um corta mato, o percurso deverá permitir uma visão tão ampla quanto possível, devendo este ser composto por zonas relvadas, matagais e obstáculos naturais e/ou artificiais.

Os percursos deverão evitar circuito com várias voltas, nunca podendo exceder as duas, exceto para os corta matos que poderão apresentar quatro voltas.

**IMPORTANTE: Neste caso, a entidade organizadora terá de efetuar o controlo de passagem dos atletas.**

Se a prova se realizar num circuito com passagens múltiplas pela zona de chegada, deverá a entidade organizadora reservar um corredor destinado à passagem dos atletas que tenham voltas em atraso.

## 5.2 – As zonas de Partida e Chegada

A **zona de partida** deverá estar localizada num local tão largo e plano quanto possível, preferencialmente numa reta, permitindo aos atletas uma partida tranquila e sem quedas.

A **zona de chegada** deverá igualmente estar localizada numa reta, de forma a permitir não só eventuais situações de sprint, mas também uma boa visualização da chegada dos atletas.

Após a linha de Meta, deve ser previsto um funil tão longo quanto possível, para evitar uma eventual acumulação de atletas na linha de chegada.

Ainda na zona da chegada deverão ser previstos locais para:

- Estacionamento e montagem do camião pódio (12,58mx2,45m);
- Estacionamento da ambulância após a chegada do último atleta;
- Zona de repouso, alongamentos, troca de roupa;
- Zona destinada a uma eventual equipa permanente de socorristas.

## 5.3 – Escalões Etários e Distâncias

Os escalões etários definidos mantêm-se durante toda a época desportiva que tem o seu início no dia 1 de outubro de 2016 e termina em 15 de setembro de 2017, e são os seguintes:

MASCULINOS		FEMININOS	
Escalão <sup>(1)</sup>	Anos de Nascimento	Escalão <sup>(1)</sup>	Anos de Nascimento
Benjamins B	2006 e 2007	Benjamins B	2006 e 2007
Infantis	2004 e 2005	Infantis	2004 e 2005
Iniciados	2002 e 2003	Iniciados	2002 e 2003
Juvenis	2000 e 2001	Juvenis	2000 e 2001
Juniores	1998 e 1999	Juniores	1998 e 1999
Seniores	1983 a 1997	Seniores	1983 a 1997
M 35	1978 a 1982	F 35	1978 a 1982
M 40	1973 a 1977	F 40	1973 a 1977
M 45	1968 a 1972	F 45	1968 a 1972
M 50	1963 a 1967	F 50	1963 a 1967
M 55	1958 a 1962	F 55	1958 a 1962
M 60	1953 a 1957	F 60	1957 e antes
M 65	1948 a 1952	Deficientes a Pé	Escalão único*
M 70	1947 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 2017

## Troféu Sintra a Correr 2016/2017

### Guia para Organização de Provas

Os percursos das provas de estrada e corta mato devem ter distâncias adaptadas aos diferentes escalões de acordo com o quadro seguinte (valores máximos):

MASCULINOS			FEMININOS		
Escalão	Estrada	Corta-mato	Escalão	Estrada	Corta-mato
Benjamins B	até 800 m	até 600 m	Benjamins B	até 800 m	até 600 m
Infantis	até 2000 m	até 1500 m	Infantis	até 2000 m	até 1500 m
Iniciados	até 2500 m	até 2000 m	Iniciados	até 2500 m	até 2000 m
Juvenis	até 4000 m	até 3500 m	Juvenis	até 4000 m	até 3500 m
Juniores	até 10000 m	até 8000m	Juniores	até 4000 m	até 3500 m
Seniores	até 10000 m	até 8000m	Seniores	até 10000 m	até 8000m
M 35	até 10000 m	até 8000m	F 35	até 10000 m	até 8000m
M 40	até 10000 m	até 8000m	F 40	até 10000 m	até 8000m
M 45	até 10000 m	até 8000m	F 45	até 4000 m	até 3500 m
M 50	até 10000 m	Até 8000m	F 50	até 4000 m	até 3500 m
M 55	até 10000 m	até 8000m	F 55	até 4000 m	até 3500 m
M 60	até 10000 m	até 8000m	F 60	até 4000 m	até 3500 m
M 65	até 4000 m	até 3500 m	Def's a pé	até 4000 m	até 3500 m
M 70	até 4000 m	até 3500 m			
Def's a pé	até 4000 m	até 3500 m			

Os atletas inscritos num dado escalão, determinado pelo seu ano de nascimento, manterão o mesmo até ao final da época.

## 6 – REGULAMENTO

À semelhança das edições anteriores, a Câmara Municipal de Sintra garante o envio, via e-mail, do regulamento-tipo pré-preenchido com as informações comuns a todas as provas, cabendo à entidade organizadora o preenchimento de apenas alguns dados complementares, nomeadamente:

- Identificação completa da entidade organizadora;
- Contacto direto para informações;
- Logótipo da entidade organizadora;
- Descrição dos percursos a realizar;
- Programa horário;
- Quantidade de atletas por escalão e equipas a contemplar com prémios;
- Mapa/croqui de cada um dos percursos a realizar.

Os mapas/croquis dos percursos devem ser completados com a seguinte informação adicional:

- Escalões a que correspondem;
- Distância do percurso;
- Local de partidas e chegadas;

- Setas com sentido do percurso da prova;
- Nome das ruas, se possível.

## 7 – LICENCIAMENTO DA PROVA

Tendo em vista o licenciamento da prova, a entidade organizadora deverá cumprir os seguintes prazos:

- **8 Semanas antes da prova – apresentação do regulamento** em reunião com a Divisão de Desporto e Juventude para discussão sobre os aspetos mais importantes relacionados com a organização da prova, nomeadamente ao nível dos percursos, distâncias, policiamento, recursos humanos e horários para montagens, croquis e divulgação.
- **6 Semanas antes da prova – apresentação do regulamento corrigido** para emissão de parecer final, após o qual a Divisão de Desporto e Juventude enviará para a Associação de Atletismo de Lisboa para a respetiva homologação.

Após a receção da documentação dentro dos prazos estabelecidos, a Divisão de Desporto e Juventude responsabilizar-se-á pelo licenciamento da prova e pela sua divulgação nos meios habituais.

Não deverá a entidade organizadora utilizar qualquer material de divulgação sem aprovação anterior por parte da CMS;

## 8 – RESPONSABILIDADES

### 8.1 - Obrigações da Câmara Municipal de Sintra

A Câmara Municipal de Sintra, enquanto principal promotor deste troféu, obriga-se, através da Divisão de Desporto e Juventude, a garantir o apoio a todas as provas inseridas no calendário. Este apoio é garantido a vários níveis:

#### 8.1.1 – Técnico

- Nomeação de um **supervisor técnico** que acompanha as diversas fases da prova, antes, durante e após a mesma, nomeadamente na avaliação final dos percursos, apresentação final do regulamento, preparação da logística, localização das diferentes estruturas – camião, funil de chegada, local dos abastecimentos e secretariado. O supervisor técnico será o responsável por orientar a **equipa de apoio** da entidade organizadora (Clube ou Junta de Freguesia) tal como dos restantes elementos da CMS;

**Na semana anterior à prova terá de existir uma reunião preparatória, entre a Divisão de Desporto e Juventude, a comissão organizadora e os elementos de apoio à prova, tendo em vista a discussão dos aspetos organizativos finais do evento.**

#### **8.1.2 - Administrativo**

- Efetuar o processo de **inscrições e elaboração de classificações** - inclui a receção e lançamento de inscrições, emissão de dorsais e o apuramento de resultados e respetiva divulgação;
- Efetuar **inquérito e respetivo tratamento** de dados sobre o grau de satisfação dos participantes nas provas;
- Registar e tratar os dados da ficha de avaliação de cada prova;
- Licenciar a prova;

#### **8.1.3 - Logístico**

- A Câmara Municipal de Sintra prestará **apoio logístico** através da cedência do camião pódio e de todo o material nele incluído (37 baias, extensão elétrica, banners, faixas, arco meta insuflável)
- Caberá igualmente à Divisão de Desporto e Juventude supervisionar a **montagem da zona de partida e chegada**, certificando-se de que ficam reunidas as melhores condições para uma boa funcionalidade do espaço.

#### **8.1.4 - Divulgação**

Apesar das entidades organizadoras serem igualmente responsáveis pela divulgação da sua prova, **cabem à CMS validar todas as imagens** e assegurar este aspeto numa dimensão mais alargada, visando a promoção do Troféu na sua globalidade. Assim, serão utilizados os seguintes meios:

- **Internet** – assegurado essencialmente pela existência de informação atualizada no site da Câmara Municipal de Sintra em [www.cm-sintra.pt](http://www.cm-sintra.pt);
- **Imprensa local** – serão igualmente feitos comunicados de imprensa que são enviados diretamente para o Gabinete de Comunicação e Relações Públicas da Câmara Municipal de Sintra para divulgação pela imprensa local.

#### **8.1.5 – Seguro e Apoio Médico**

A Câmara Municipal de Sintra providenciará, para todas as provas do troféu, um **seguro de acidentes pessoais** para todos os participantes devidamente inscritos. Contudo, os atletas federados estão excluídos deste seguro, uma vez que já beneficiam do seguro garantido pela Federação Portuguesa de Atletismo.

A Câmara Municipal de Sintra providenciará, **sempre que possível**, a **presença de uma ambulância** para efetuar o acompanhamento das provas.

#### **8.1.6 - Apoio Financeiro**

Como forma de ajudar a custear as despesas inerentes à realização das provas, nomeadamente a aquisição de prémios e outros brindes de participação, a Câmara Municipal de Sintra atribui, **à posteriori**, uma comparticipação financeira de 500,00 euros a todas as entidades organizadoras das provas efetivamente realizadas.

De acordo com os critérios de avaliação identificados no ponto 8.1.7, será acrescentado o valor correspondente à comparticipação financeira, por cada critério conseguido.

Este apoio não pretende cobrir a totalidade das despesas efetuadas, pelo que a entidade organizadora terá de procurar outros apoios e patrocínios que viabilizem a prova e que incrementem a sua qualidade.

#### **8.1.7 – Critérios para atribuição do Apoio Financeiro**

Por cada item (de 1 a 7) cumprido será atribuído o valor respetivo, a acrescentar ao apoio inicial de 500€ (ponto anterior):

1. *Mais de 400 participantes na prova – 100€, Mais de 700 participantes – 200€;*
2. *Local de Partida amplo, com pelo menos 1m2 para cada 3 atletas, e completa visibilidade a 50m para a frente da partida, sem obstáculos alguns; Espaço para colocação de Camião- Pódio, Ambulância, Secretariado e zona de Aquecimento – 100€;*
3. *Existência de wc próprio para o evento – 50€*
4. *Aquecimento orientado por monitor/professor – 50€*
5. *Abastecimento em número suficiente – 1 garrafa de água por atleta, no local adequado – 50€*
6. *Controle de Passagem efetuado com êxito, quando necessário – 50€;*

7. *Entrega dos prémios, imediatamente após o término de cada prova – 100€;*
8. *Segurança e acompanhamento adequados, garantido em número suficiente, pelas forças policiais e organização – 100€;*
9. Avaliação dos participantes:
  - Entre 50% a 74% de respostas positivas, do nº total de respostas dadas - 50€;
  - 75% ou mais de respostas positivas, do nº total de respostas dadas - 100€;

## 8.2. - Obrigações da Entidade Organizadora

Neste ponto são indicadas as obrigações da entidade organizadora. Contudo, caberá a cada organizador zelar pelo sucesso da prova, procurando soluções criativas para a diferenciar e contribuir para a sua melhoria.

### 8.2.1 - A nível regulamentar

- Elaborar o regulamento da prova respeitando as orientações presentes neste Guia e no documento “Normas de Participação”;
- Colocar os logótipos da Câmara Municipal de Sintra e do troféu “Sintra a Correr” em toda a documentação relativa à prova e materiais de divulgação, enviar à CMS para validação, antes de enviar a outras entidades;
- Cumprir os prazos estabelecidos no ponto 7 deste Guia, para que a Divisão de Desporto e Juventude possa efetuar os procedimentos administrativos para obter o licenciamento da prova;
- Participar nas reuniões de coordenação e de preparação da prova.
- Nomear um Diretor de Prova que terá a responsabilidade máxima no dia da prova, sendo a pessoa com maior poder de decisão nos assuntos relativos à mesma;

### 8.2.2 - Aspetos organizativos

A entidade organizadora terá necessariamente de:

- Garantir a presença do **serviço de policiamento, para o acompanhamento** e o **controlo de trânsito** nos percursos durante a realização das provas.

---

**Troféu Sintra a Correr 2016/2017**  
**Guia para Organização de Provas**

---

- Garantir uma boa divulgação da prova na área em que esta se realiza, nomeadamente através da colocação atempada de avisos nas caixas de correio dos residentes e do aviso às eventuais empresas de transportes públicos que operem na zona;
- Assegurar a existência de uma equipa de trabalho coordenada e com experiência organizativa, confirmada na reunião preparatória com os técnicos da CMS, para desempenhar as seguintes funções, sob orientação do técnico da CMS;
  - Montagem do camião pódio (abertura, retirada do material e colocação nos locais apropriados);
  - Colocação de baias para formação do funil de chegada;
  - Colocação de faixas publicitárias e banners nos locais indicados pelo responsável técnico;
  - Colocação do arco insuflável da Câmara Municipal de Sintra;
  - Montagem e manuseamento de aparelhagem sonora;
  - Montagem das zonas de abastecimentos nas provas com maiores distâncias, a cada 4/5 km;
  - Apoio ao controlo de trânsito, de acordo com as orientações das forças de segurança.
  - Entrega de brindes e prémios;
- Assegurar o apoio ao secretariado da prova, na afixação do regulamento, percursos e resultados em local bem visível;
- Garantir o controlo de passagem dos atletas, caso seja necessário;
- Garantir a salvaguarda da integridade física dos atletas, nomeadamente através do impedimento da travessia da estrada aquando da passagem dos atletas;
- Garantir a disponibilidade de WC's, (que poderão ser portáteis) para os atletas no local de partida/chegada;
- Garantir a atribuição de prémios individuais aos 5 primeiros atletas dos escalões de Benjamins, Infantis, Iniciados e Juvenis e aos 3 primeiros atletas dos restantes escalões e prémios coletivos às 5 primeiras equipas classificadas. Contudo, a entidade organizadora é livre de propor atribuir mais prémios, de acordo com o parecer da CMS; Os prémios atribuídos aos 3 primeiros atletas deverão ser, obrigatoriamente, troféus ou taças;

Relativamente às entidades organizadoras que pretendam oferecer prémios de participação, estas deverão obrigatoriamente referir **em regulamento** o(s) critério(s) de atribuição dos referidos prémios, tendo em conta que os

atletas mais jovens (Benjamins, Infantis, Iniciados e Juvenis) são os que mais sentem a ausência de uma lembrança.

**Todo o material de divulgação da prova e de oferta aos atletas deverá ter obrigatoriamente, impresso o logotipo da CMS;**

Para além dos aspetos atrás referidos, a entidade organizadora poderá ainda tentar garantir **alguns extras que valorizem a prova e a diferenciem das restantes.**

**A título de exemplo:**

- **Presença de uma equipa de socorristas, em permanência, na zona de chegada desde o início das provas;**
- **Garantia de banhos quentes para os atletas na zona da chegada;**
- **Oferta de brindes e prémios especiais;**
- **Oferta de produtos alimentares e bebidas;**
- **Decoração especial do percurso;**
- **Música antes, durante e após a prova;**
- **Aquecimento Articular com Música e Monitor;**
- **Animação antes, durante e após a prova;**