



GM 1º DEZEMBRO QUEIJAS

ATLETISMO

2ª MILHA DE QUEIJAS

1 DEZEMBRO 2022 · 09H30 - 12H00



GM 1º DEZEMBRO
QUEIJAS



MADRINHAS DA PROVA:
Naide Gomes
Sandra Teixeira (Sassy)

PARTIDA EM FRENTE DO PAVILHÃO NORONHA FEIO · QUEIJAS

INSCRIÇÕES GRATUITAS EM
<http://gm1dezembroqueijas.pt/paginas/atletismo>

OEIRAS VALLEY **bol** JJ Frutas Caiquel **Restaurante VITÓ** J. Diogo & Filhos **Churrasqueira QUEIJAS** **RESTAURANTE MARCA**

BurPizza **SANDRA COUTO** **CENTURY 21** **FIDELIDADE QUEIJAS** **Junta-te à fest!**

REGULAMENTO VERSÃO 1.2



2ª Milha de Queijas



GM 1º DEZEMBRO
QUEIJAS

1. ORGANIZAÇÃO

O **Grupo Musical 1º de Dezembro de Queijas**, agremiação centenária do concelho de Oeiras em parceria com a **Camara Municipal de Oeiras**, organiza uma prova de atletismo denominada “1ª Milha de Queijas”, no dia 1 de Dezembro de 2022 entre as 9h30 e as 12h00, integrada nas comemorações do **107º aniversário** do clube que contará, nesse dia, com várias apresentações de todos os atletas do clube das diversas modalidades.

2. PARTICIPANTES

Podem participar atletas de ambos os sexos dos escalões Benjamins, Infantis, Iniciados, Juvenis, Juniores, Seniores e Veteranos, federados e não federados, representantes de clubes, escolas, associações e outras entidades ou a título individual, desde que se encontrem de boa saúde e aptos a realizar este tipo de esforço.

Serão considerados os seguintes escalões etários de acordo com o ano de nascimento:

Escalão	Ano nascimento
Benjamins A	2013 a 2015
Benjamins B	2011 e 2012
Infantis	2009 e 2010
Iniciados	2007 e 2008
Juvenis	2005 e 2006
Juniores	2003 e 2004
Seniores	1988 a 2002
Vet 35	1983 a 1987
Vet 40	1978 a 1982
Vet 45	1973 a 1977
Vet 50	1968 a 1972
Vet 55	1963 a 1967
Vet 60	1958 a 1962
Vet 65	1953 a 1957
Vet 70	1948 a 1952
Vet 75	1943 a 1947
Vet 80	Desde 1942

3. PERCURSO

A prova decorrerá em circuito fechado, composta por uma volta ao circuito identificado no mapa em baixo, na distância de 1 609 metros, com partida e chegada em frente ao Pavilhão Desportivo Noronha Feio em Queijas de todos os escalões à exceção do escalão de Benjamins A, que fará 800 metros, e do escalão B, que fará apenas 500 metros desse mesmo percurso.



2ª Milha de Queijas

Circuito Urbano com 1609 metros (aproximadamente) de extensão.



Sequência do Percurso: Rua António Lopes Ribeiro, Rua João Iteperano Duarte, Rua João XXI, retorno, Rua João XXI, Rua João Iteperano Duarte, Rua António Lopes Ribeiro

4. HORÁRIO DE PROVAS E DISTÂNCIAS

As provas serão independentes por escalão e serão realizadas sequencialmente pela ordem a seguir indicada tendo o seu início às 09h30:

Corrida	Hora	Escalões	Distância
1	09h30	Benjamins A - M; Benjamins A - F	500m
2	09h45	Benjamins B - M; Benjamins B - F	800m
3	10h00	Infantis M; Infantis F	1609m
4	10h15	Iniciados M; Iniciados F	1609m
5	10h30	Juvenis M; Juvenis F	1609m
6	10h45	Juniores M; Juniores F; F35; F40	1609m
7	11h00	Seniores M; Seniores F; M35	1609m
8	11h15	M40; M45	1609m
9	11h30	F45 a F80	1609m
10	11h45	M50 a M80	1609m

GM 1º DEZEMBRO
QUEIJAS

2ª Milha de Queijas

5. INSCRIÇÕES

Podem inscrever-se atletas a título individual ou em representação de clubes, escolas e outras associações, federados ou não. A participação é **gratuita**, mas os atletas deverão registar-se previamente neste [link](#) até dia 29-Nov-2022 para obter o seu dorsal.

As inscrições serão limitadas a 800 participantes.

6. DORSAIS E SECRETARIADO

Todos os atletas terão de ser portadores do dorsal atribuído, sendo obrigatório a sua utilização em prova, devendo ser colocado na parte frontal da camisola.

O Dorsal é pessoal e intransmissível.

O levantamento e distribuição de dorsais funcionará no Pavilhão Desportivo Noronha Feio em Queijas nos seguintes horários:

- No dia 29-Nov – entre as 18h30 e as 20h30
- No dia 30-Nov – entre as 18h30 e as 20h30
- No dia 01-Dez (dia da Prova) – entre as 8h30 e as 10h00

Para levantar o dorsal deverá ser apresentado o bilhete enviado pela plataforma de inscrição (BOL).

Serão desclassificados todos os atletas que não se apresentem com o dorsal devidamente colocado, utilizem o dorsal de outro atleta ou corram num escalão que não o seu.

A organização sempre que o entender, poderá exigir a identificação de qualquer participante, que para o efeito se deve apresentar munido do Cartão de Cidadão ou documento oficial que comprove a sua idade. Caso se verifique alguma irregularidade o participante em causa será desclassificado.

7. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

Será elaborada uma classificação individual por ordem de chegada por escalão masculino e feminino. A prova não será cronometrada.

Será responsabilidade do atleta aparecer na partida à hora correta. Serão desclassificados os atletas que corram numa prova que não corresponda ao seu escalão.



GM 1º DEZEMBRO
QUEIJAS

2ª Milha de Queijas

Será elaborada uma classificação coletiva com o somatório dos pontos atribuídos de todos os atletas de acordo com a classificação individual no seu escalão conforme a seguinte tabela:

Classificação no escalão	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º a 20º	21º a 30º	Após 30º
Pontuação	15	13	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

As classificações serão em **TEMPO REAL** disponibilizadas na internet neste [link](#). Cada participante poderá baixar o respetivo diploma digital com a classificação.

Será entregue um troféu alusivo ao primeiro classificado individual masculino e feminino de cada escalão. Serão entregues medalhas aos segundo e terceiro classificados de todos os escalões bem como medalhas do 4º ao 10º classificado individual dos escalões de benjamins.

Será entregue um troféu às 3 primeiras equipas das classificação geral coletiva.

8. SEGURANÇA

A organização declina toda a responsabilidade por acidente ou negligência. Estes ilibam a organização de toda a responsabilidade em caso de acidente ou lesão, sendo da responsabilidade do atleta a participação com condição física que permita a realização da atividade. Os participantes devem reunir condições de saúde necessárias à prática desportiva. Após a inscrição assumem que se sentem física e psicologicamente preparados para o esforço físico inerente à prova em que participarão. Os atletas filiados na FPA beneficiam do seguro desportivo de acordo com a lei em vigor.

9. QUESTÕES COMPLEMENTARES

Existirá no local o apoio de uma equipa de primeiros socorros dos bombeiros de Linda-a-Pastora que acompanhará a prova.

A organização não se responsabiliza pelas condições do piso ou pelos defeitos ou obstáculos apresentados no trajeto, tentando escolher sempre as melhores vias possíveis de modo a não colocar em risco os participantes.

Será garantido o acesso às instalações sanitárias do Pavilhão Desportivo Noronha Feio a todos os participantes que necessitem.



GM 1º DEZEMBRO
QUEIJAS

2ª Milha de Queijas

10. CASOS OMISSOS

Todos os casos omissos serão resolvidos pela Organização da prova.

11. DIREITOS DE IMAGEM

A aceitação do presente regulamento traduz, obrigatoriamente, que o praticante autoriza a organização da prova à gravação total ou parcial da sua participação na mesma. Pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a sua imagem para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas (toda a comunicação social, internet, fotografia, vídeo, cartazes, etc.) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitaria que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica ou em espécies.