



26ª MEIA MARATONA NA MARINHA GRANDE

REGULAMENTO GERAL

ARTº 1º – O Grupo Desportivo e Recreativo das Figueiras organiza, no dia 01 de Dezembro de 2009 pelas 11H00 uma prova de atletismo denominada “26ª Meia Maratona na Marinha Grande”.

ARTº 2º – Poderão participar atletas masculinos e femininos, seniores e veteranos, federados e não federados, desde que gozem de boa saúde e que se encontrem em boa preparação física apta a esforços longos.

ARTº 3º – A Organização de acordo com o Dec. Lei 146/93 de 26 de Abril responsabilizar-se-á por efectuar o seguro desportivo a todos os participantes inscritos, não filiados na F.P.A. ou INATEL.

ARTº 4º – O percurso quase inteiramente plano, tem a extensão exacta de 21.095 km.

ARTº 5º – A partida e a chegada serão na Praça Stephens, com passagem pelos seguintes pontos: Av. José Gregório, Av. Infante D. Henrique, Av. John Beare, Av. Infante D. Henrique, Praceta do Vidreiro, Av. José Gregório, Rua Central das Figueiras, Rua dos Cabeços, Rua do Rego, Rua Central da Garcia, Av. José Gregório, Av. Infante D. Henrique, Av. John Beare, Rua de S. Pedro Moel, Estrada de Pedreanes, Av. José Gregório, Av. Infante D. Henrique, Av. John Beare, Rua de S. Pedro Moel, Praceta do Vidreiro em direcção à Praça Stephens onde está instalada a Meta.

ARTº 6º – A inscrição na prova é feita de acordo com os seguintes dados (que constam também da ficha de inscrição):

Nome Completo, Morada Completa (se for uma equipa, é a morada desta), **Data de Nascimento, Categoria, Clube ou Equipa, Nacionalidade, Sexo e Indicação de filiação (FPA ou INATEL).**

Só serão aceites inscrições com todos os dados preenchidos.

A inscrição tem um valor de 5,00 € por atleta (**acrescido de 1,50 € para atletas não federados**), até ao dia 20 de Novembro de 2009 (carimbo de correio). A partir desta data as inscrições serão acrescidas de uma taxa de 1€, assim como as inscrições pagas no acto de levantamento dos dorsais. O pagamento poderá ser feito dos seguintes modos: Numerário, Cheque, Vale Postal ou Transferência Bancária (NIB: 003520450001157563086).

As inscrições poderão ser efectuadas:

- a. Para a seguinte morada:
Meia Maratona na Marinha Grande
Grupo Desportivo e Recreativo das Figueiras
Travessa do G. D. R. Figueiras
2430-133 Marinha Grande
- b. Pelo fax: 244560126
- c. Pelo e-mail: maratona.gdrf@netcabo.pt.

§ - Se surgirem duvidas ou necessitarem de informações poderão enviar um e-mail ou pelos seguintes telefones: 244551626 (GDRF), 934207789, 962674332 ou 915342614.



ARTº 7º – As diferentes categorias são:

- 1) **Seniores Masculinos** – Atletas Masculinos nascidos em 1990 e anos anteriores.
- 2) **Seniores Femininos** – Atletas Femininas nascidas em 1990 e anos anteriores.
- 3) **Veteranos Femininos** – Atletas Femininas cuja idade seja igual ou superior a 40 anos no dia 01 de Dezembro de 2009.
- 5) **Veteranos I** – Atletas Masculinos cuja idade seja compreendida entre os 40 e os 44 anos no dia 01 de Dezembro de 2009.
- 6) **Veteranos II** – Atletas Masculinos cuja idade seja compreendida entre os 45 e os 49 anos no dia 01 de Dezembro de 2009.
- 7) **Veteranos III** – Atletas Masculinos cuja idade seja compreendida entre os 50 e os 54 anos no dia 01 de Dezembro de 2009.
- 8) **Veteranos IV** – Atletas Masculinos cuja idade seja compreendida entre os 55 e os 59 anos no dia 01 de Dezembro de 2009.
- 9) **Veteranos V** – Atletas Masculinos cuja idade seja superior a 60 anos no dia 01 de Dezembro de 2009.
- 10) **Deficientes I** – Atletas de ambos os sexos nascidos em 1990 e anos anteriores, cuja locomoção seja feita a pé e a sua deficiência seja comprovada (certificado de deficiência).
- 10) **Deficientes II (Motores)** – Atletas de ambos os sexos nascidos em 1990 e anos anteriores, cuja locomoção seja feita em cadeira de rodas.

§ - Dadas as características específicas do tipo de locomoção, estes atletas não serão considerados para efeitos de classificação geral.

ARTº 8º – É rigorosamente proibido o acompanhamento de atletas por qualquer veículo a motor e a não observância desta determinação implica imediata desclassificação do atleta.

ARTº 9º – Haverá rigoroso controlo da partida em que todos os atletas terão que receber um talão 15 minutos antes da mesma. Igual controlo será feito durante o percurso sendo desclassificados os atletas que entrarem na meta sem os respectivos cartões de controlo e os respectivos cordões de retorno(s).

ARTº 10º – A duração da prova será de 2.30 Horas.

§ - Os atletas que entrem na meta depois de encerrado o controlo não serão classificados.

ARTº 11º – Haverá postos de abastecimento aos 5, 10, 15, 20 Km e chegada.

ARTº 12º – Todos os atletas deverão fazer-se acompanhar do B.I. que deverão apresentar à Organização quando esta o solicitar.

ARTº 13º – Serão atribuídos troféus aos primeiros de cada categoria. Haverá prémios de presença para todos os atletas classificados. O G. D. R. das Figueiras oferece a todos os atletas inscritos um almoço antes da entrega dos prémios. Os acompanhantes dos atletas poderão também almoçar mas mediante um pagamento simbólico.
Poderá haver outros prémios especiais.

ARTº 14º – Todos os casos omissos serão resolvidos em conformidade com os regulamentos do R.R.C. e da I.A.A.F.



6º FIGO JOVEM NA MARINHA GRANDE

REGULAMENTO GERAL

ARTº 1º – O Grupo Desportivo e Recreativo das Figueiras organiza, no dia 01 de Dezembro de 2009 pelas 09H30 uma prova de atletismo denominada “6º Figo Jovem na Marinha Grande”.

ARTº 2º – A Organização de acordo com o Dec. Lei 146/93 de 26 de Abril responsabilizar-se-á por efectuar o seguro desportivo a todos os participantes inscritos, não filiados na F.P.A. ou INATEL.

ARTº 3º – A partida e a chegada serão na Praça Stephens, com passagem pelos seguintes pontos: Av. José Gregório, Av. Infante D. Henrique, Av. John Beare, Av. Infante D. Henrique e Av. José Gregório.

ARTº 4º – A inscrição na prova é feita de acordo com os seguintes dados (que constam também da ficha de inscrição):

Nome Completo, Morada Completa (se for uma equipa, é a morada desta), **Data de Nascimento, Categoria, Clube ou Equipa, Nacionalidade, Sexo e Indicação de filiação (FPA ou INATEL).**

Só serão aceites inscrições com todos os dados preenchidos.

A inscrição é gratuita e poderá ser efectuada até ao dia anterior à data da realização da prova.

As inscrições poderão ser efectuadas:

- a. Para a seguinte morada:
Meia Maratona na Marinha Grande
Grupo Desportivo e Recreativo das Figueiras
Travessa do G. D. R. Figueiras
2430-133 Marinha Grande
- b. Pelo fax: 244560126
- c. Pelo e-mail: maratona.gdrf@netcabo.pt .

§ - Se surgirem duvidas ou necessitarem de informações poderão enviar um e-mail ou pelos seguintes telefones: 244551626 (GDRF), 934207789, 962674332 ou 915342614.



ARTº 5º – As diferentes categorias, assim como as distâncias, serão as seguintes:

ORDEM DE PARTIDA	ESCALÃO	DATA NASCIMENTO	DISTÂNCIA	SEXO
1º	Benjamins B	1999/2000	800 m	Masc.
				Fem.
2º	Infantis	1997/1998	900 m	Masc.
				Fem.
3º	Iniciados	1995/1996	1800 m	Masc.
				Fem.
4º	Juvenis	1993/1994	3200 m	Masc.
				Fem.
5º	Juniões	1991/1992	6000 m	Masc.
				Fem.

ARTº 6º - Todos os atletas deverão fazer-se acompanhar do B.I. que deverão apresentar à Organização quando esta o solicitar.

ARTº 7º - A prova terá início pelas 09H30, e, será realizada com partidas sequenciais conforme a ordem descrita no Artº 5º.

ARTº 8º - Todos os casos omissos serão resolvidos em conformidade com os regulamentos do R.R.C. e da I.A.A.F.