

Regulamento Manhã Desportiva do 25 de abril

1º Organização

A Corrida dos Cravos e dos Cravinhos de 25 de abril é uma organização da Câmara Municipal de Oliveira do Hospital, com o apoio dos professores de atividade física das AEC'S das escolas do concelho, da Guarda Nacional Republicana, Agrupamento 880 de São Paio de Gramaços Corpo Nacional de Escutas e dos Bombeiros Voluntários de Oliveira do Hospital.

2º Participantes

Esta prova é aberta a todos os atletas do sexo masculino e feminino, federados, amadores ou populares, desde que se encontrem de boa saúde e aptos a esforços prolongados, sendo a condição física do participante da sua inteira responsabilidade.

3º Provas / Escalões

1ª Prova - Corrida dos Cravos (7,5km): aberta a todos os atletas com ano de nascimento superior e incluindo o ano de 1995 para os escalões de Júniores, Seniores e Veteranos, masculinos e femininos.

2ª Prova - Corrida dos Mini Cravos (3km): aberta a todos os atletas entre os anos de nascimento de 1996 a 2001 para os escalões Iniciados, Juvenis e Cadetes, masculino e feminino. Os familiares podem acompanhar os atletas nesta prova.

3ª Prova - Corrida dos Cravinhos/Familiar (1,3km): aberta a todos os atletas entre os anos de nascimento de 2002 a 2006 para os escalões Benjamins e Infantis, masculino e feminino. Os familiares podem acompanhar os atletas nesta prova. Haverá a partida simultânea das seguintes atividades:

I Duetlo BTT dos Cravos – Prova Aberta (Demonstração)
Passeio Pedestre dos Cravos

4º Data, hora e local de realização:

A prova realiza-se no dia 25 de abril, com partida em frente à Câmara Municipal de Oliveira do Hospital às 10:15 para a Prova dos Cavos. Para a Prova dos Cravinhos será efetuado no mesmo local pelas 10:30.

5º Participação

Os atletas devem-se apresentar junto do secretariado (local de partida) entre as 8:30 e as 9:45, meia hora antes do início da sua prova, e devem ser portadores de um documento de identificação para comprovar a sua data de nascimento.

6º Inscrições

As inscrições são gratuitas e devem ser realizadas em impresso próprio até ao dia 23 de Abril de 2013. Podem-se obter o impresso de inscrição na página de internet do Município de Oliveira do Hospital, nos Espaços Internet de: Nogueira do Cravo e Seixo da Beira; nas Bibliotecas Municipais de Oliveira do Hospital e Lagares da Beira; Casa da Cultura César Oliveira; sedes das Associações Desportivas do concelho; Hipermercados; escolas do concelho junto dos professores de Educação Física e Diretores de Turma; e ainda através do

email: gav@cm-oliveiradohospital.pt e também no dia 25 de abril entre as 09:00 e as 09:45, no secretariado junto ao local de partida.

7º Seguro / Assistência médica

A Câmara Municipal contratará um Seguro de Acidentes Pessoais para os atletas que se inscreverem antecipadamente na prova, não se responsabilizando por outros acidentes/danos. A G.N.R procederá à regulação do trânsito durante a prova, os Bombeiros Voluntários prestarão a assistência necessária no âmbito das suas competências e o Agrupamento Nacional de Escutas de S. Paio de Gramasos – CNE prestará o apoio necessário durante o percurso da prova.

8º Itinerários

1ª Prova - Corrida dos Cravos: Paços do Município (Partida); Largo Ribeiro do Amaral; Av. dos Combatentes da Grande Guerra; R. Dr. António Garcia Ribeiro de Vasconcelos; R. Aurélio Amaro Dinis; R. do Colégio; Largo Maj. Fernando Lobo da Costa; R. Prof. Dr. Antunes Varela; R. Gen. Santos da Costa; Largo Ribeiro do Amaral; R. Brás Garcia de Mascarenhas; R. Alexandre Herculano; R. Dr. Lourenço Justiniano; R. do Casal Velho; R. Residencial Eng. Caeiro da Mata; R. São José; Travessa Dom Manuel; Rua Principal; Largo da Capela; R. da Fonte; R. António Nobre; R. Júlio Dinis; R. do Des. A. Vasconcelos; Largo do Eirô; Largo Conselheiro Cabral Metello; Largo Ribeiro do Amaral; META.

2ª Prova - Corrida dos Mini Cravos : Paços do Município (Partida); Largo Ribeiro do Amaral; Av. dos Combatentes da Grande Guerra; R. Dr. António Garcia Ribeiro de Vasconcelos; R. Aurélio Amaro Dinis; R. do Colégio; Largo Maj. Fernando Lobo da Costa; R. Prof. Dr. Antunes Varela; R. Gen. Santos da Costa; Largo Ribeiro do Amaral; R. Brás Garcia de Mascarenhas; R. Alexandre Herculano; R. Dr. Lourenço Justiniano; R. do Casal Velho; R. Residencial Eng. Caeiro da Mata; R. São José; Travessa Dom Manuel; Largo Conselheiro Cabral Metello; Largo Ribeiro do Amaral; META.

3ª Prova - Corrida dos Cravinhos/Familiar: Paços do Município (Partida); Largo Ribeiro do Amaral; Av. dos Combatentes da Grande Guerra; R. Dr. António Garcia Ribeiro de Vasconcelos; R. Aurélio Amaro Dinis; R. do Colégio; Largo Maj. Fernando Lobo da Costa; R. Prof. Dr. Antunes Varela; R. Gen. Santos da Costa; Largo Ribeiro do Amaral ;META.

I Duetlo BTT dos Cravos: é uma prova que contém três segmentos Atletismo (3Km) / BTT(15Km) / Atletismo (1,3Km) existindo um parque de transição para se poder realizar a transição da modalidade de Atletismo para o BTT e do BTT para o Atletismo, sem paragem de tempo até ao final do último segmento. O segmento de Atletismo inicial tem o mesmo percurso da 2ª Prova - Corrida dos Mini Cravos (3Km) em seguida existe uma transição para a Bicicleta de BTT, seguindo para o percurso de BTT. O percurso de BTT tem a distância de cerca de 15km e é realizado na zona do Parque da Feira em terreno de terra batida. No regresso ao Parque de transição deixamos as bicicletas e começamos o último segmento da prova que é o mesmo da 3ª Prova – Corrida dos Cravinhos (1,3km).

Passeio Pedestre dos Cravos – Percurso surpresa para o dia 25 de abril.

Nota: Em cada cruzamento ou zona de confluência de várias ruas haverá setas indicativas do percurso de cada escalão (1ª Prova/ Vermelhas - 2ª Prova/ Azuis - 3ª Prova/Verdes).

9º Prémios

Por cada prova serão atribuídas medalhas para os 5 primeiros classificados de cada escalão e diplomas de participação para todos os atletas.

Nota: Este diploma encontra-se disponível on-line, no site www.cmoliveiradohospital.pt para quem desejar adquirir.

10º Casos Omissos

Todos os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pelo secretariado da prova de acordo com as regras de bom senso a que estas atividades estão sujeitas.

Nota final:

A realização desta prova não tem subjacente a competição, mas sim a comemoração do 25 de abril de forma salutar e solidária. No final das provas todos os atletas são, desde já, convidados a participar no almoço-convívio e nas atividades culturais que constam no programa.