

10.^a
**CORRIDA
DA FAMÍLIA**



3,5km

Coruche 1 de junho 2014



Feira Internacional
da Cortiça Coruche

29 de maio a 1 de junho '14

PARQUE DO SORRAIA . OBSERVATÓRIO DO SOBREIRO E DA CORTIÇA

*Conferências e debates
Desfile de Moda - Coruche Fashion Cork
Workshops e provas de Vinhos
Evasão no Montado
Tasquinhas "Sabores do Montado"
Workshop gastronómico
Artesanato*

Coruche, capital mundial da Cortiça
www.ficor.com.pt

Organização:
 coruche
município
www.cm-coruche.pt



10.^a Edição

**corrida
das
pontes**

10km
Coruche, 1 de junho de 2014

Boletim de Inscrição

Xistarca, Lda. Fax: 213 616 169

Telefone

Código Postal

assinale com X a corrida que vai participar

Corrida das Pontes 10km

Corrida da Família 3,5 km

Clube/Individual

Morada

Nome do Responsável

Primeiro e último nome	B.I. / C.C.	Data de Nascimento	Escalão	M/F	Dorsal
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

ESCALÕES - Corrida das Pontes:

Jun./Sen. Masc. e Fem. - 18 aos 34 anos

Veteranos I Masc. - 35 aos 39 anos

Veteranos II Masc. - 40 aos 44 anos

Veteranos III Masc. - 45 aos 49 anos

Veteranos IV Masc. - 50 aos 54 anos

Veteranos V Masc. - 55 aos 59 anos

Veteranos VI Masc. - mais de 60 anos

Veteranos I Fem. - 35 aos 44 anos

Veteranos II Fem. - mais de 45 anos

INSCRIÇÕES:

On-line em www.xistarca.pt, e-mail, fax ou correio

5€ até 26 de maio e 7,5€ depois desta data.

www.revistaatletismo.com

(calendário Xistarca) ou geral@xistarca.pt

XISTARCA, LDA

Calçada da Tapada, 67 - A, 1349-012 Lisboa

Fax: 213 616 169

Telf.: 213 616 160

www.corridadaspontes.pt

9) Todos os casos omissos, bem como eventuais protestos, serão resolvidos pelo Júri de Apelo.

10) Todos os participantes, pelo facto de tomarem parte na corrida, aceitam o presente regulamento.

PRÉMIOS Individuais (Corrida das Pontes):

Troféu aos 5 primeiros do escalão de Jun/seniores. Troféu aos 3 primeiros dos restantes escalões e medalhões aos 4.ºs e 5.ºs

Oferta de t-shirt técnica e lembrança a todos os atletas que terminem a prova.

PRÉMIOS por Equipas (Corrida das Pontes):

Troféu às 5 primeiras equipas (pontuam os 3 primeiros atletas chegados, independentemente do escalão). Estará também em disputa o troféu "Arménio Felismino", a atribuir ao clube que obtiver mais pontos no conjunto desta prova com a dos "15km de Benavente" a realizar em Setembro. O sistema de pontuação será igual ao acima mencionado.

4) Os dorsais poderão ser levantados no dia da prova a partir das 08h30m no local da partida.

4.1) Todos os atletas deverão ser portadores dos respectivos B.I./C.C.;

4.2) No acto do levantamento do dorsal os atletas deverão confirmar se o seu nome, escalão e clube estão correctos. Caso contrário, deverão dirigir-se ao secretariado da prova (próximo da meta) para proceder às alterações.

5) Durante a corrida de 10km haverá controle de passagem nos retornos. O percurso será marcado ao km.

6) Haverá abastecimento de água aos 5km e aos 7,5km. Na chegada à meta além de abastecimento líquido, haverá fruta.

7) Os participantes obrigam-se a seguir as indicações do júri da prova e dos elementos encarregados do policiamento, só sendo autorizado o acompanhamento da corrida a veículos credenciados pela organização.

8) A organização declina a responsabilidade de danos que a participação na corrida possa causar, quer aos concorrentes quer a terceiros, incluindo elementos estranhos à organização, para além daqueles cobertos pelo seguro desportivo obrigatório.

1) A Câmara Municipal de Coruche e o COAC - Coruche Outdoor Adventur Club com a colaboração técnica da XISTARCA, leva a efeito no próximo dia 1 de junho de 2014 a 10.ª edição da Corrida das Pontes, com uma extensão de 10km, e a 10.ª Corrida da Família com uma extensão de 3,5km. Estes dois eventos estão integrados na FICOR, Feira Internacional da Cortiça.

2) A corrida da Família, destinada a todos os que desejem participar nesta festa desportiva a correr ou a caminhar, terá o seu início às 10.35 horas e não terá qualquer tipo de classificação. A Corrida das Pontes, prova de 10km em estrada plana, terá início às 10.30horas. A partida e chegada será no Parque do Sorraia junto ao Pavilhão Desportivo.

3) As inscrições para as duas provas SÃO OBRIGATÓRIAS podendo ser efectuadas on-line, por e-mail, fax ou por correio (ver endereços em Inscrições), até dia 26 de Maio (data de carimbo dos correios), acompanhadas da taxa de 5 € por atleta para a Corrida das Pontes, sendo gratuitas para os participantes na Corrida da Família. As inscrições para a Corrida das Pontes, realizadas fora da data referida, será cobrada uma taxa de 7,5€. As inscrições serão limitadas às primeiros 800 no conjunto das corridas;