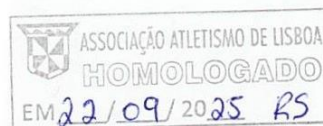




CORTA MATO de A-DOS-CUNHADOS

Sábado, dia 29.Nov.2025 – 14:45h**Programa-Horário**

Corta-Mato de A-dos-Cunhados Parque Jardins de Alcabrichel A-dos-Cunhados (Torres Vedras)				
MTR	PROVA	GÉNERO	A/NASC	HORA
3.000m	M50 ao M65 M70 ao M80 (*)	M	Idade ao dia da prova	14:45
300m	S10	M / F	2016 / 17 / 18	15:05
650m	S12	M / F	2014 / 15	15:10
1.650m	S14	M / F	2012 / 13	15:15
2.000m	S16	M / F	2010 / 11	15:25
3.000m	S18 - S20 S23 SEN F35 ao F80	F	2008 / 09 e anos anteriores Idade ao dia da prova	15:40
4.000m	S18 - S20 S23 SEN M35 ao M45	M	2008 / 09 e anos anteriores Idade ao dia da prova	16:00
NOTA (*) Atletas M70 ao M80 correm 2.000m.				

Regulamento da Prova

- No âmbito da promoção e desenvolvimento do atletismo na Região Oeste em colaboração com a AAL e com o apoio do **Município de Torres Vedras e da Freguesias de A-Dos-Cunhados**, vai realizar-se no **Parque Jardins de Alcabrichel**, em A-Dos Cunhados, no **dia 29.Novembro/2025 (Sábado)**, o **“Corta-Mato de A-dos-Cunhados”**, prova promovida pela Freguesia de A-dos-Cunhados, e apoio do GDRC Matos Velhos e Markiventos.
- As provas serão realizadas em sistema de circuito em piso misto (relva e terra batida), num circuito com excelentes condições de segurança obedecendo às normas estabelecidas pelas entidades competentes.
- SEGURO DESPORTIVO:**
 - Todos os participantes devem reunir as condições de saúde necessárias à prática desportiva, isentando a organização da prova e os seus parceiros de quaisquer responsabilidades.
 - A organização assegura aos inscritos participantes um seguro de acidentes pessoais, de acordo com o previsto no D.L.10/2009 (Seguro Desportivo), que inclui apenas o acidente, acontecimento fortuito, súbito, violento, devido a causa exterior e estranha à vontade da pessoa segura e que nesta origem lesões corporais medicamente comprovadas, aquando da atividade segura, excluindo toda a lesão derivada da prática desportiva, como sejam os processos degenerativos que não tenham a sua causa num evento fortuito, externo, violento e súbito.
- INSCRIÇÕES**

Devem ser efetuadas até Quinta-Feira, dia 27.Novembro/2025, no email: jmbf52@hotmail.com
Mais informações no [Telm. 967337612](tel:967337612).
- PRÉMIOS**

INDIVIDUAIS:
Medalhões aos três primeiros atletas na geral de cada escalão e género e medalhas até ao quinto classificado nos escalões de S10 / S12 / S14 / S16, e de género.

COLETIVOS:
Troféus às cinco melhores equipas, de acordo com a pontuação acumulada.

6. Nenhum atleta federado poderá representar outra instituição/clube, a não ser aquela em que está filiado, o mesmo se aplica aos atletas individuais.

Todo e qualquer atleta federado que participe em qualquer evento desportivo de provas tanto a nível popular, regional, nacional e mesmo internacional, e que não cumpre com o Regulamento Geral de Competição, SERÁ DESCLASSIFICADO.

7. Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pelo Diretor da Prova de acordo com os Regulamentos e normas vigentes na FPA.

Entidades promotoras e parceiros:

