



CROSS dos REIS / 2026

Domingo, 04.Janeiro – 10:15h

Parque Merendas da Carregueira



Programa - Horário

CROSS dos REIS Parque de Merendas da Carregueira Carregueira / Ventosa (Torres Vedras)				
MTR	PROVA	GÉNERO	A/NASC	HORA
2.700m	M50 ao M65 M70 ao M80 (*)	M	Idade ao dia da prova	10:15
300m	S10	M / F	2017 / 18 / 19	10:30
600m	S12	M / F	2015 / 16	10:35
1.200m	S14	M / F	2013 / 14	10:40
1.800m	S16	M / F	2011 / 12	10:50
2.700m	S18 - S20 S23 SEN F35 ao F80	F	2010 / 09 e anos anteriores Idade ao dia da prova	11:10
3.600m	S18 - S20 S23 SEN M35 ao M45	M	2010 / 09 e anos anteriores Idade ao dia da prova	11:30
NOTA (*) Atletas M70 ao M80 correm 1.800m.				

Regulamento da Prova

- Para o Campeonato Municipal de Torres Vedras e no âmbito do protocolo MTV / AAL, e no cumprimento do Calendário Municipal e Regional, vai o GDRCCOC "Os Carregueirenses" promover no **Domingo, 04.Janeiro/2026, pelas 10:15h**, o tradicional **CROSS do REIS**, provas a realizar no Parque de Merendas da Carregueira, São Mamede de Ventosa / Torres Vedras.
- 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 furtivo, 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 01.Janeiro/2026, no email: jmbf52@hotmail.com
Mais informações no [Telm. 967337612](tel:967337612).
- PRÉMIOS**

INDIVIDUAIS: Medalhões aos três melhores atletas na geral de cada escalão e de género.
Medalhas aos quarto e quintos atletas na geral de cada escalão e género em S10 / S12 / S14 / S16.
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 cumpra com o Regulamento Geral de Competição, SERÁ DESCLASSIFICADO.

ACEITAÇÃO DA IMAGEM: todo o atleta e clube participantes nesta prova estão automaticamente a autorizar a organização a utilizar as suas imagens para futura reportagem, isentando a organização de eventuais responsabilidades.

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:

