

**11º CORTA-MATO da União das Freguesias
Santa Iria da Azoia, São João da Talha e Bobadela**

36º G.P. ATLETISMO VALE DE FIGUEIRA



29 Março 2026

início às 9.30

Eco Parque, São João da Talha

Inscrições aplicação :

app.cm-loures.pt/Sportempus

Apoio



LOURES
CÂMARA MUNICIPAL



36º G.P. ATLETISMO VALE DE FIGUEIRA



29 Março 2026

ESCALÕES	SEXO	DATA NASC. / ANOS
Benjamim A	Masc. / Fem.	2018/ 2017
Benjamim B	Masc. / Fem.	2016 /2015
Infantis	Masc. / Fem.	2014/ 2013
Iniciados	Masc. / Fem.	2012/ 2011
Juvenis	Masc. / Fem.	2010 / 2009
Juniores	Masc. / Fem.	2008 / 2007
Seniores	Masc. / Fem.	+ 2006
Veteranas F35	Fem.	35 à 39 anos
Veteranas F40	"	40 à 44 anos
Veteranas F45	"	45 à 49 anos
Veteranas F50	"	50 à 54 anos
Veteranas F55	"	55 à 59 anos
Veteranas F60	"	60 à 64 anos
Veteranas F65	"	65 à 69 anos
Veteranas F70	"	+ 70 anos
Veteranos M35	Masc.	35 à 39 anos
Veteranos M40	"	40 à 44 anos
Veteranos M45	"	45 à 49 anos
Veteranos M50	"	50 à 54 anos
Veteranos M55	"	55 à 59 anos
Veteranos M60	"	60 à 64 anos
Veteranos M65	"	65 à 69 anos
Veteranos M70	"	+ 70 anos

DISTÂNCIAS APROXIMADAS / HORÁRIOS

9.30 Horas	Vet. M45,M50,M55,M60,M65,M70	Masc	4.000 mts.
10.00 Horas	Benjamim A	Fem.	350 mts.
10.05 Horas	Benjamim A	Masc.	350 mts.
10.10 Horas	Benjamim B	Fem.	650 mts.
10.15 Horas	Benjamim B	Masc.	650 mts.
10.20 Horas	Infantis	Fem. /Masc.	1.000 mts.
10.30 Horas	Iniciados /Juvenis / Desp. Adp	Fem. /Masc.	2.000 mts.
10.45 Horas	Juniores / Seniores / Veteranas	Fem.	4.000 mts.
11.15 Horas	Juniores / Sen. e Vet. M35,M40	Masc	4.000 mts.



36º G.P. ATLETISMO VALE DE FIGUEIRA



29 Março 2026

- 3 – As provas estão abertas á participação de todos os Atletas, Federados ou não, em representação de Colectividades, Associações, Escolas, etc. ou individualmente.
- 4 – Cada atleta só poderá participar no escalão a que pertence.
- 5 – A Organização vai ter no local uma Ambulância a fim de serem prestados os primeiros socorros a quem vier a necessitar. Todos os atletas terão cobertura do seguro efetuados pela Câmara Municipal de Loures.
- 6 – As inscrições devem ser feitas na aplicação SPORTempus da Câmara Municipal de Loures em app.cm-loures.pt/sportempus até ao dia **25 de Março de 2026**.
- 7 – É fundamental a indicação da data de nascimento do atleta no boletim de inscrição, sem a qual não poderá ser inscrito.
- 8 – Não serão aceites inscrições no dia da prova.
- 9 – Prémios
 - Taças até á 5ª. Equipa
 - Medalhões para o 1º, 2ºe 3º Classificado de cada escalão

Nota: Caso hajam outros prémios ou maior quantidade, estes serão atribuídos segundo critério a divulgar no dia da prova pela Organização.

36º G.P. ATLETISMO VALE DE FIGUEIRA



29 Março 2026

10 – Para a classificação colectiva contam todos os atletas a cortar a Meta em cada escalão e conforme a seguinte pontuação:

1º. 15 Pontos	2º. 12 Pontos	3º. 10 Pontos	4º. 9 Pontos
5º. 8 “	6º. 7 “	7º. 6 “	8º. 5 “
9º. 4 “	10º. 3 “	11º ao 20º. 2 “	21º em diante, 1 “

11 – Em caso de igualdade, para desempate contam as melhores classificações obtidas pelos atletas.

12 – Os atletas devem ser portadores do B.I. ou C.C. que obrigatoriamente deve ser apresentado caso seja solicitado ou será desclassificado.

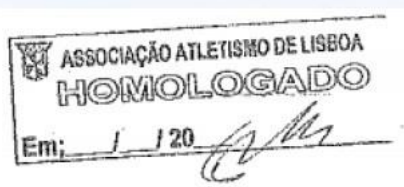
13 – A reclamação de alguma prova será feita por escrito e após 10 minutos da conclusão da referida prova.

14 – Todos os casos omissos no regulamento serão resolvidos pela Organização.

Director da Prova
Miguel Balasteiro



BENJAMINS A - 1 Volta Azul
BENJAMINS B - 1 Volta Preta
INFANTIS - 1 Volta Azul e 1 Preta



Inic. M/F - 2.000m
Juv. M/F (1 Volta)



Vet. M45, M50, M55,
M60, M65 - M70 4.000m (2 Voltas)

Jun. F / Sen. F / Vet. F
4.000 (2 Voltas)

Sen. M / Vet. M35, M40,
Jun. M / 4.000 (2 Voltas)

