



AMADORA
Cidade

2018

33.º TORNEIO CIDADE DA AMADORA – REGULAMENTO GERAL DE PROVAS



DEDS/Gabinete de Desporto e Juventude Complexo
Desportivo Municipal do Monte da Galega
Rua Seara de Trigo 2700-020 Amadora
TLF: 214 369 051 Ext 5618
www.cm-amadora.pt



MODELO

1. A Câmara Municipal da Amadora, em colaboração com as Associações Desportivas, promove a 33ª Edição do Torneio “Cidade da Amadora” em Atletismo, doravante designada por Torneio.
2. O Torneio integra a realização de provas de pista, estrada e corta-mato.
3. O Torneio contempla uma classificação geral absoluta, individual e coletiva, e uma classificação coletiva exclusiva dos escalões jovens, doravante designada como Troféu Jovem.
4. A classificação geral absoluta coletiva é obtida no apuramento da pontuação das equipas nas provas integradas no Torneio que contemplem competições para todos os escalões.
5. A classificação geral absoluta individual é obtida no apuramento da pontuação dos atletas nas provas integradas no Torneio.
6. O Troféu Jovem é uma classificação coletiva dedicada exclusivamente aos clubes da Amadora e decorre da participação dos atletas em todas as provas integradas no Torneio que contemplem competições para os escalões de Benjamins A, Benjamins B, Infantis, Iniciados e Juvenis, em ambos os géneros.
7. As provas integradas no Torneio, não devem ultrapassar a distância máxima de 5.000 metros. Caso contrário, dever-se-á adotar o formato de circuito.
8. Este enquadramento normativo é obrigatoriamente respeitado por todas as entidades participantes e organizadoras de provas incluídas no Torneio.

ORGANIZAÇÃO

1. A Câmara Municipal da Amadora, entidade promotora, convida para organizar provas integradas no Torneio, as 6 Associações Desportivas melhor classificadas coletivamente na edição anterior da competição.
2. As entidades organizadoras de provas integradas no Torneio obrigam-se a realizar competições para os todos os escalões etários/sexo constantes neste enquadramento regulamentar, ponto 3 - PARTICIPAÇÃO.
3. Excetua-se do disposto no ponto anterior a Corrida do Aqueduto.
4. Todas as provas englobadas no Torneio estão cobertas por um seguro de acordo com as disposições legais para o efeito.

CALENDÁRIO DE PROVAS

33º TORNEIO CIDADE DA AMADORA EM ATLETISMO
CALENDÁRIO DESPORTIVO

	PROVA	ORGANIZAÇÃO	DATA	OBS
	G.P. Jorge Soares	SFASRAA – Sociedade Filarmónica Apoio Social Recreio Artístico da Amadora	22/04	Estrada
	Corta-Mato José Duarte	Sporting Clube da Reboleira e Damaia	13/05	Corta Mato
	G.P. Clube Desportivo Estrela	Clube Desportivo Estrela	03/06	Estrada
	Corrida de Santo António	Desportivo Operário do Rangel	10/06	Estrada
	G.P. da Reboleira	Grupo Desportivo Recreativo da Reboleira	24/06	Estrada
	G.P. Encosta do Sol	Clube de Natação da Amadora	01/07	Pista
	Corrida do Aqueduto	Câmara Municipal da Amadora	16/09	Estrada

INSCRIÇÕES

1. As inscrições em nome individual ou em equipa, fazem-se através do preenchimento da ficha de inscrição, disponível no site da Câmara Municipal da Amadora (www.cm-amadora.pt), a qual deverá ser remetida para os endereços aí indicados.
2. Não pode ser cobrada qualquer taxa de inscrição a participantes no Torneio.
3. No ato de inscrição no Torneio é atribuído um dorsal a cada participante, com um número único para toda a competição e cuja utilização é obrigatória em todas as provas.
4. Todos os atletas ficam automaticamente inscritos no Torneio no momento da sua primeira inscrição, sendo o escalão etário determinado pelo ano de nascimento. Não são permitidas mudanças de escalão durante o desenvolvimento da competição.
5. Pelas suas características solidárias, as inscrições e a atribuição do dorsal na Corrida do Aqueduto excetuam-se do disposto nos pontos anteriores.
6. Para os atletas classificados no mínimo em 4 provas do Torneio a inscrição na Corrida do Aqueduto é gratuita.
7. Em caso de extravio ou danificação do dorsal deverá ser adquirido novo título, junto do secretariado do Torneio.
8. Todos os atletas e clubes devem preencher devidamente a ficha de inscrição do Torneio, disponível na página da Câmara Municipal da Amadora dedicada ao Torneio.
9. A ficha de inscrição deve ser enviada para a empresa Surprise Jump, através do endereço eletrónico: surprisejump@gmail.com até às 24h00 da 5.ª feira anterior ao dia da prova.
10. Qualquer esclarecimento pode ser efetuado junto do técnico da empresa Ricardo Belchior, através do endereço de correio eletrónico frbelchior@gmail.com.
11. Mais informações: Gabinete de Desporto e Juventude • desporto.juventude@cm-amadora.pt.

PARTICIPAÇÃO

1. No final da prova, caso algum atleta compareça no ponto de registo eletrónico sem o seu dorsal devidamente afixado, ser-lhe-á atribuído 1 Ponto, independentemente da sua posição real de chegada.
2. Nenhum atleta pode participar em escalões diferentes do seu.
3. Os atletas Federados só podem pontuar no torneio em representação do clube pelo qual se encontram inscritos na Federação Portuguesa de Atletismo.
4. Os atletas Não-Federados só podem participar no torneio em representação do clube pelo qual se encontram inscritos.
5. Os atletas em nome individual podem, a qualquer altura, e uma só vez passar a representar um clube neste Torneio sem perda de pontuação individual obtida.
6. Uma vez inscritos por um clube no Torneio os atletas só podem pontuar por esse clube.
7. Em cada prova, a responsabilidade de verificação de fidelidade dos escalões a que pertencem os participantes, é da exclusiva responsabilidade da entidade organizadora da prova e do Secretariado do Torneio.

ESCALÕES ETÁRIOS

Os escalões etários são os previstos nas orientações técnicas da Federação Portuguesa de Atletismo e referentes à época 2017-2018, nomeadamente:

CATEGORIAS	ANO DE NASCIMENTO	GÉNERO
BENJAMINS A	2009 a 2011	M/F
BENJAMINS B	2007 e 2008	M/F
INFANTIS	2005 e 2006	M/F
INICIADOS	2003 e 2004	M/F
JUVENIS	2001 e 2002	M/F
JUNIORES	1999 e 2000	M/F
SENIORES	1998 e antes	M/F
VF35	Veteranos Femininos dos 35 aos 44 anos.	F
VF45	Veteranos Femininos dos 45 aos 54 anos.	F
VF55	Veteranos Femininos dos 55 em diante.	F
VM35	Veteranos Masculinos dos 35 aos 39 anos.	M
VM40	Veteranos Masculinos dos 40 aos 44 anos.	M
VM45	Veteranos Masculinos dos 45 aos 49 anos.	M
VM50	Veteranos Masculinos dos 50 aos 54 anos.	M
VM55	Veteranos Masculinos dos 55 aos 59 anos.	M
VM60	Veteranos Masculinos dos 60 aos 64 anos.	M
VM65	Veteranos Masculinos dos 65 em diante.	M

PONTUAÇÃO

1. A pontuação dos atletas nas provas desportivas integradas no Torneio será feita com base no seguinte esquema: 1º 15 Pts; 2º 14 Pts; 3º 13 Pts; 4º 12 Pts; 5º 11 Pts; 6º 10 Pts; 7º 9 Pts; 8º 8 Pts; 9º 7 Pts; 10º 6 Pts; 11º 5 Pts; 12º 4 Pts; 13º 3 Pts; 14º 2 Pts. A partir da 15ª posição será atribuído 1 Ponto a todos os classificados.
2. Por prova só pontuam coletivamente os clubes que apresentem 3 ou mais atletas classificados.

PROGRAMA DAS PROVAS DESPORTIVAS

As provas serão realizadas sequencialmente por escalões, prevendo-se o início das mesmas às 09:30h com o escalão de Benjamins A M,F.

CLASSIFICAÇÃO

1. A classificação final individual é feita por escalão etário/género. A classificação coletiva resulta do somatório do conjunto das classificações individuais.
2. As classificações são disponibilizadas no local das provas no final de cada competição. Eventuais esclarecimentos devem ser solicitados ao secretariado nos 10 minutos seguintes.
3. As classificações devem ser disponibilizadas até 24 horas após a realização das provas e tornam-se definitivas 72 horas após a sua publicação no Site da Câmara Municipal da Amadora, que deverá ocorrer até à 4ª feira seguinte à realização das mesmas.
4. As classificações acumuladas são disponibilizadas no Site da Câmara Municipal da Amadora até um prazo máximo de 72 horas após a realização da última prova.
5. Em caso de empate classificativo final individual ou coletivo, procede-se ao respetivo desempate pela verificação das melhores classificações parcelares, (mais primeiros lugares, ou na ausência destes, mais segundos e assim sucessivamente).
6. Caso as entidades organizadoras das provas assim o entendam pode ser elaborada uma classificação dedicada à participação de pessoas com deficiência.

PRÉMIOS A ATRIBUIR POR PROVA DESPORTIVA

1. A atribuição dos prémios individuais e coletivos é da responsabilidade da entidade organizadora de cada prova, devendo abranger respetivamente:
 - 1.1. Os 5 primeiros atletas classificados dos escalões, Benjamins A, Benjamins B, Infantis, Iniciados e Juvenis, ambos os géneros;
 - 1.2. Os 3 primeiros atletas classificados dos escalões Juniores, Seniores ambos os géneros; Veteranos e Veteranas;
 - 1.2. As 5 equipais melhor classificadas.
2. A distribuição dos prémios individuais por escalão etário/género deve ser feita de forma gradual ao longo da iniciativa, logo após o término de cada prova.
3. Após a última atribuição de prémios individuais é realizada a entrega dos prémios coletivos às equipas participantes.

PRÉMIOS RELATIVOS À CLASSIFICAÇÃO FINAL DO TORNEIO

1. A atribuição dos prémios relativos à classificação final do Torneio é da responsabilidade da Câmara Municipal da Amadora.
2. A entrega dos prémios é feita exclusivamente aos respetivos titulares e decorre em cerimónia própria para o efeito.
3. Classificação Individual
 - 3.1 Três primeiros classificados de cada escalão – Trofeu individual e cartão prenda para conversão em equipamento desportivo no valor referenciado no Quadro 1:

QUADRO 1 – VALOR DO PRÉMIO INDIVIDUAL (CARTÃO PRENDA)				
	ESCALÕES	1º	2º	3º
JOVENS	Benjamins A	50 €	25 €	25 €
	Benjamins B	50 €	25 €	25 €
	Infantis	50 €	25 €	25 €
	Iniciados	75 €	50 €	25 €
	Juvenis	75 €	50 €	25 €
ADULTOS	Juniores	75 €	50 €	25 €
	Seniores	150 €	75 €	50 €
	Veteranas F35	75 €	50 €	25 €
	Veteranas F45	75 €	50 €	25 €
	Veteranas F55	75 €	50 €	25 €
	Veteranos M35	75 €	50 €	25 €
	Veteranos M40	75 €	50 €	25 €
	Veteranos M45	75 €	50 €	25 €
	Veteranos M50	75 €	50 €	25 €
	Veteranos M55	75 €	50 €	25 €
	Veteranos M60	75 €	50 €	25 €
	Veteranos M65	75 €	50 €	25 €

4. Classificação Coletiva:

4.1 Torneio Cidade da Amadora em atletismo

4.1.1 Troféu "Cidade da Amadora" para o 1º classificado;

4.1.2 Réplica do troféu para as equipas classificadas até ao 10º Lugar;

4.2 Troféu Jovem (Exclusivo aos clubes da Amadora)

4.2.1 Troféu Jovem para o 1º classificado

4.2.2 Prémio no valor referenciado no Quadro 2:

QUADRO 2 – TROFÉU JOVEM	
CLASSIFICAÇÃO	PRÉMIO
1º Classificado	1000 €
2º Classificado	500 €
3º Classificado	250 €

DEVERES DOS ATLETAS

1. Os atletas têm por dever pautar a sua conduta pelos valores da Ética Desportiva. Atitudes ou ações que se entendam por em causa esta conduta podem levar à aplicação de sanções desportivas, como desclassificação na prova e/ou exclusão do Torneio.
2. Os atletas têm a obrigação individual de garantir que o seu dorsal está corretamente colocado – fixo no peito de forma visível.
3. A organização das provas garante o controlo de trânsito à passagem dos atletas. Contudo, o trânsito poderá não ser totalmente interrompido por razões de força maior, pelo que os atletas deverão sempre circular pela direita e, tanto quanto possível, encostados à berma.
4. Os participantes, ao inscreverem-se no Torneio, assumem reunir as necessárias condições de saúde e a correta gestão do seu esforço nas provas.

DIREITOS DOS ATLETAS

1. Os atletas inscritos têm o direito à participação nas provas do Torneio.
2. Todos os atletas participantes nas Provas do Torneio estão cobertos por seguro celebrado de acordo com os termos definidos pela lei para o efeito.

CEDÊNCIA DOS DIREITOS DE IMAGEM

O participante ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, à Câmara Municipal da Amadora, dos direitos de utilização da sua imagem tal como captada nas filmagens ou fotografias que terão lugar durante as provas, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

ACEITAÇÃO DOS TERMOS

Todos os participantes, ao fazer a inscrição, aceitam o presente regulamento.

CASOS OMISSOS

Todos os casos omissos neste regulamento são resolvidos pela Câmara Municipal da Amadora, ouvidas as partes interessadas.



SOCIEDADE FILARMÓNICA DE APOIO SOCIAL RECREIO ARTÍSTICO DA AMADORA

Grande Prémio de Atletismo “Jorge Soares” 29/04/18

BENJAMINS A M/F - 120 Mts



 Rua Elias Garcia (em frente ao banco BPI) segue para a Rua Pedro Franco (SFRAA) **META.** 

BENJAMINS B M/F - 500 Mts



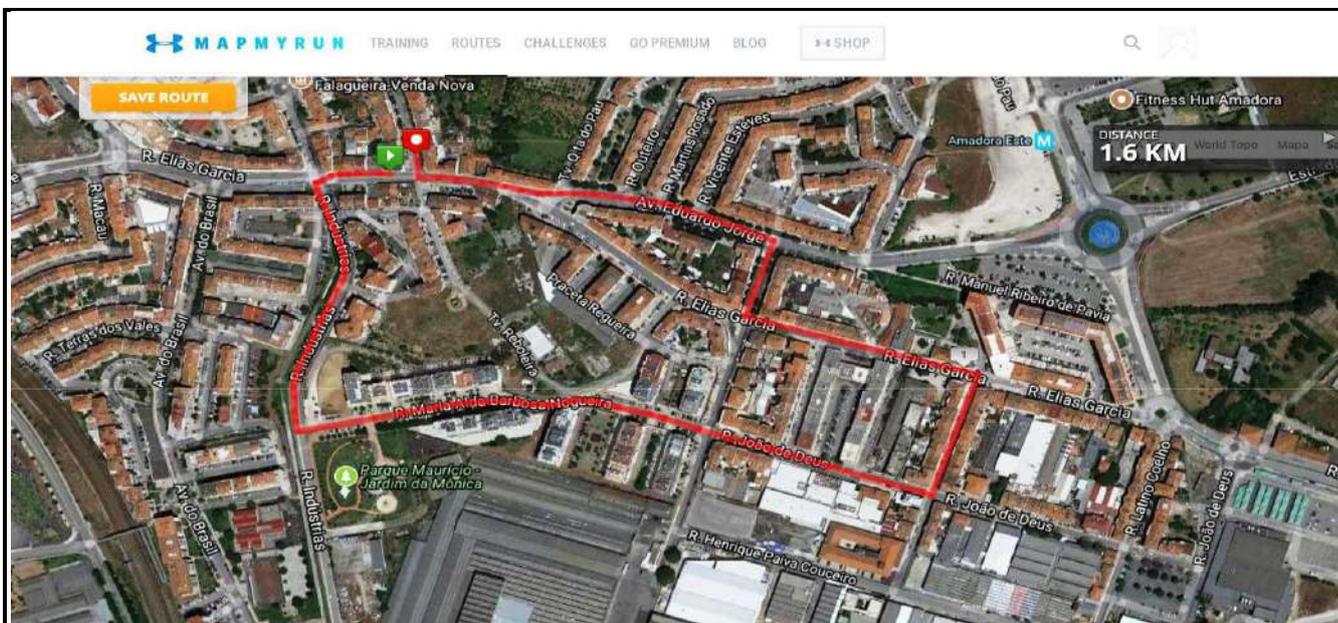
 Rua Pedro Franco (à esquerda) para a Travessa Mãe D'Água (à esquerda) para a Estrada da Falagueira (à esquerda) para a Rua Elias Garcia (à esquerda) para a Rua Pedro Franco, **META.** 

INFANTIS M/F - 1200 Mts



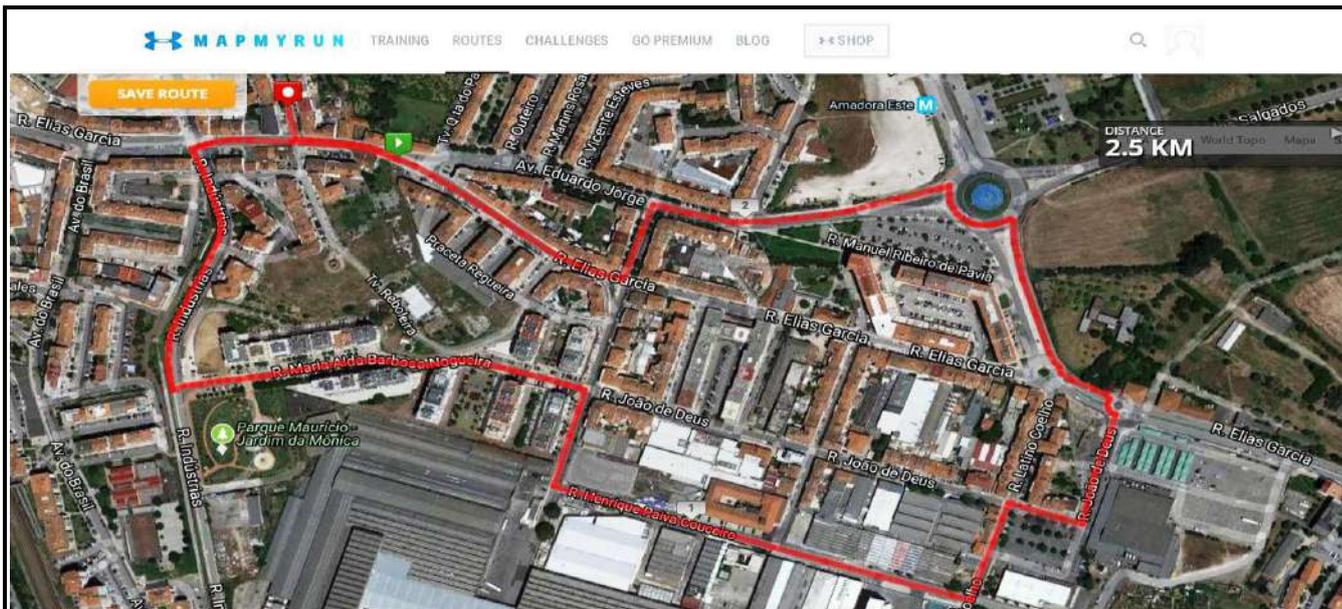
🚩 Rua Elias Garcia (à esquerda) para a Rua das Industrias (à esquerda) para a Rua Maria Alda Barbosa Nogueira (à esquerda) para a Rua Vice Almirante Azevedo Coutinho para a Rua Engenheiro Ângelo Fortes (à esquerda) para a Avenida Eduardo Jorge, segue pela Rua Elias Garcia (à direita) para a Rua Pedro Franco: **META.**

INICIADOS M/F - 1600 Mts



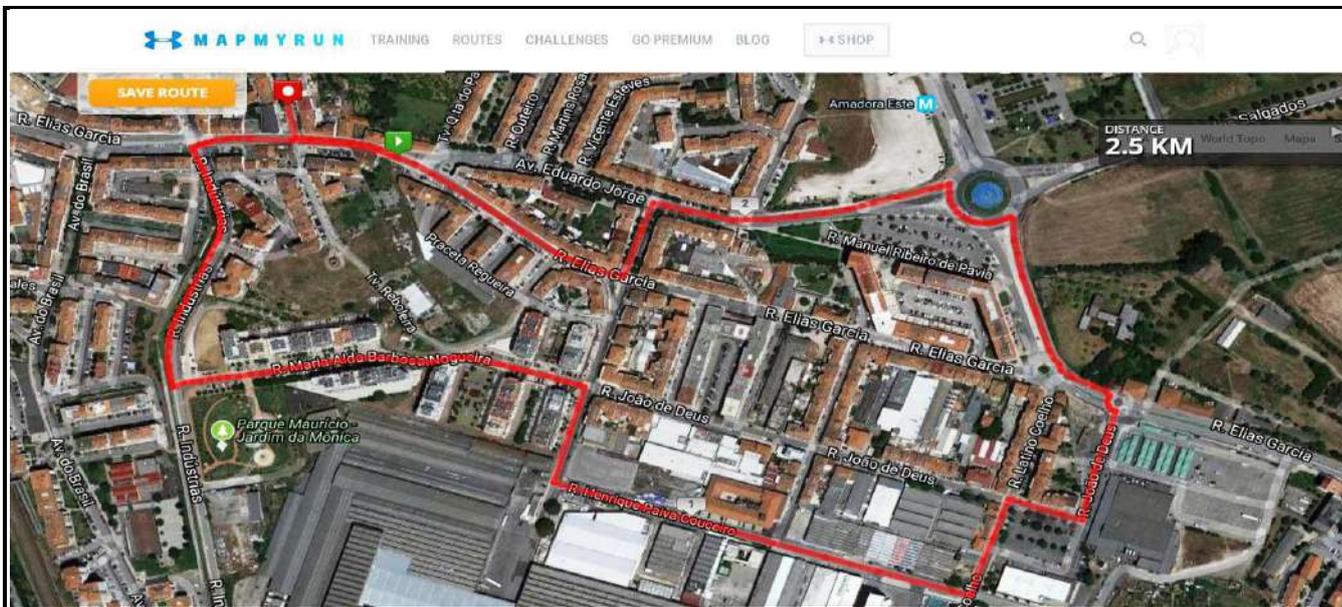
🚩 Rua Elias Garcia (à esquerda) para a Rua das Industrias (à esquerda) para a Rua Maria Alda Barbosa Nogueira, segue pela Rua João de Deus (à esquerda) para a Rua Dr. José António Almeida (à esquerda) para a Rua Elias Garcia (à direita) para a Rua Eng. Ângelo Fortes (à esquerda) para a Avenida Eduardo Jorge segue pela Rua Elias Garcia (à direita) para a Rua Pedro Franco, **META.**

JUVENIS M/F - 2500 Mts



🚩 Rua Elias Garcia (à esquerda) para a Rua das Industrias (à esquerda) para a Rua Maria Alda Barbosa Nogueira (à direita) para a Rua Vice Almirante Azevedo Coutinho (à esquerda) para a Rua Henrique Paiva Couceiro (à esquerda) para a Rua Latino Coelho (à direita) para a Rua João de Deus (à esquerda na rotunda) para a Rua Elias Garcia (à direita) para a Rua Manuel Ribeiro de Pavia segue pela Praça São Silvestre (à esquerda) na Estrada dos Salgados, segue pela Avenida Comandante Eduardo Jorge (à esquerda) para a Rua Eng.º Ângelo Fortes (à direita) para a Rua Elias Garcia (à direita) para a Rua Pedro Franco, **META.** 🏁

JUNIORES M/F / SENIORES M/F / VETERANOS M/F - 5000 Mts (2X2500 Mts)



🚩 Rua Elias Garcia (à esquerda) para a Rua das Industrias (à esquerda) para a Rua Maria Alda Barbosa Nogueira (à direita) para a Rua Vice Almirante Azevedo Coutinho (à esquerda) para a Rua Henrique Paiva Couceiro (à esquerda) para a Rua Latino Coelho (à direita) para a Rua João de Deus (à esquerda na rotunda) para a Rua Elias Garcia (à direita) para a Rua Manuel Ribeiro de Pavia segue pela Praça São Silvestre (à esquerda) na Estrada dos Salgados, segue pela Avenida Comandante Eduardo Jorge (à esquerda) para a Rua Eng.º Ângelo Fortes (à direita) para a Rua Elias Garcia (à direita) para a Rua Pedro Franco, **(2 VOLTAS) META.** 🏁



SPORTING CLUBE DA REBOLEIRA E DAMAIA

Corta-Mato "Jose Duarte" 13/05/18

BENJAMINS A M/F - 300 Mts



 Partida  Chegada

BENJAMINS B M/F / INFANTIS M/F - 1000 Mts



 Partida  Chegada

INICIADOS M/F - 2000 Mts (2X1000 Mts)



 Partida  Chegada

JUVENIS M/F – 3760 Mts (2X1880 Mts)



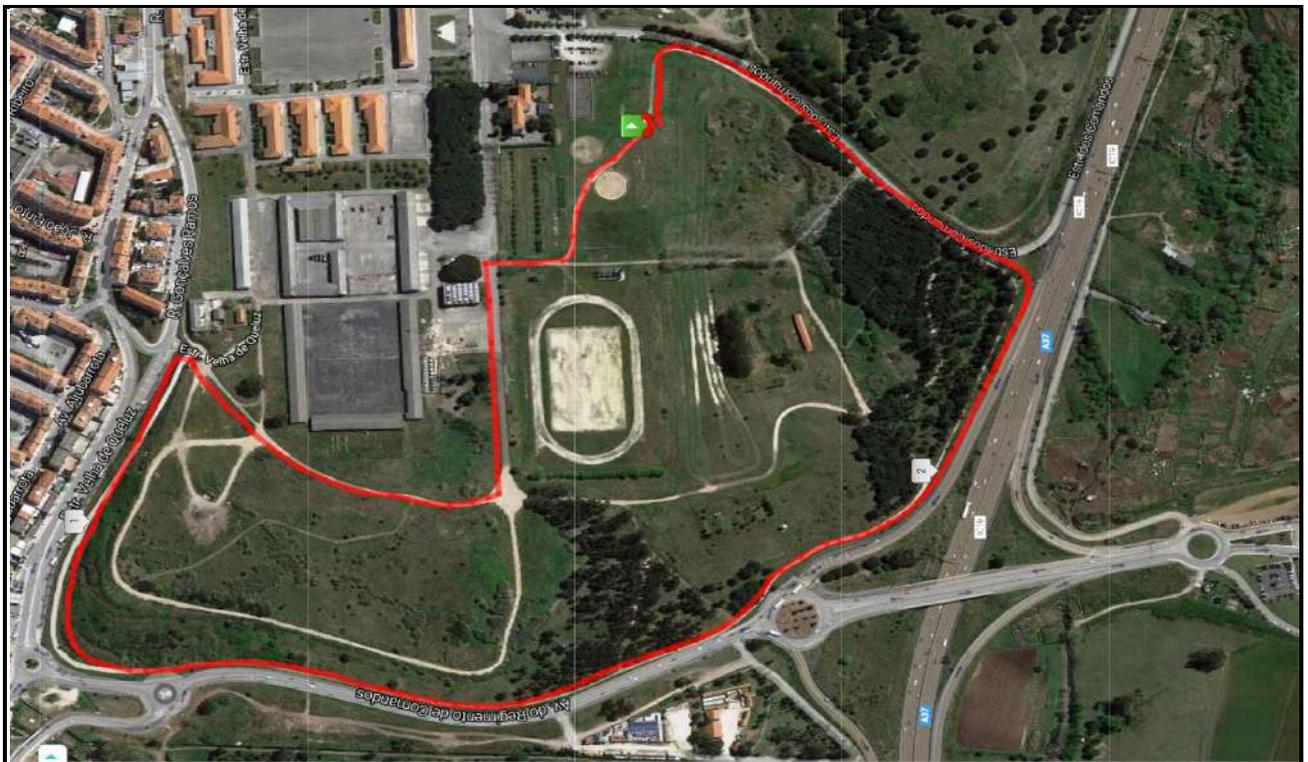
 Partida  Chegada

JUNIORES F / SENIORES F / VETERENAS F35, F45, F55 / VETERANOS M60, M65 - 3760 Mts (2X1880Mts)



 Partida  Chegada

JUNIORES M / SENIORES M / VETERANOS M35, M40, M45, M50, M55 - 5400 Mts (2X2700Mts)



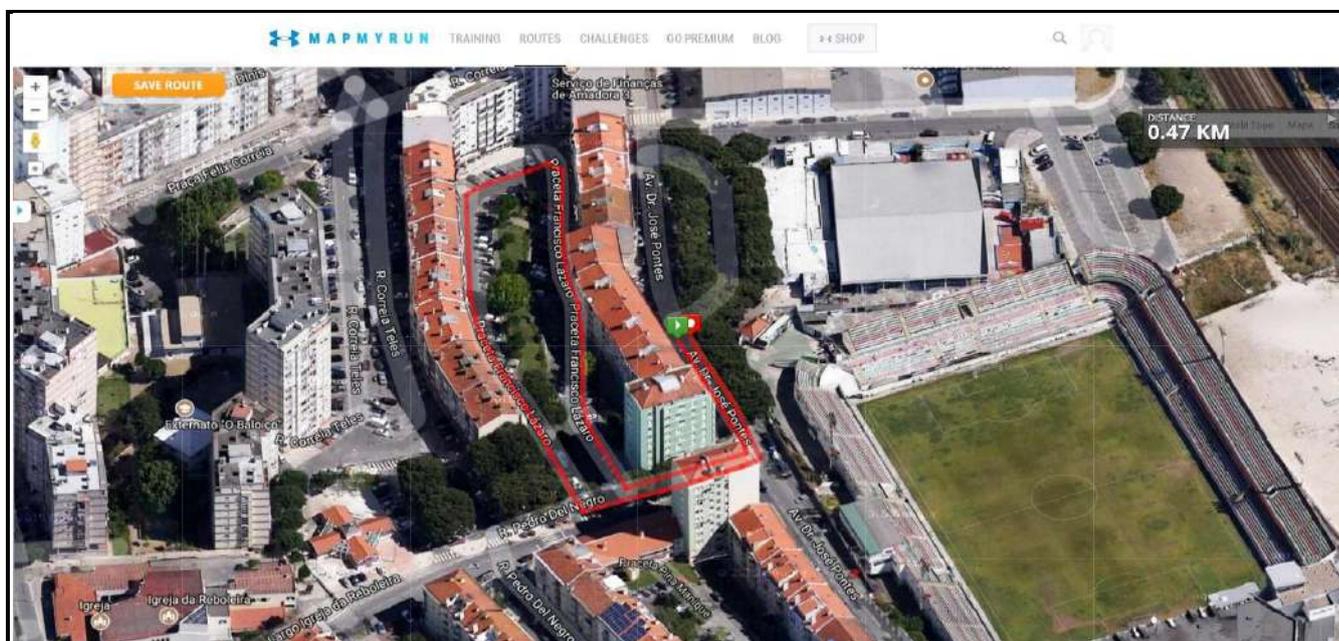
 Partida  Chegada



CLUBE DESPORTIVO ESTRELA

Grande Prémio de Atletismo “Armando Tavares” 03/06/18

BENJAMINS A,B M/F - 470 Mts



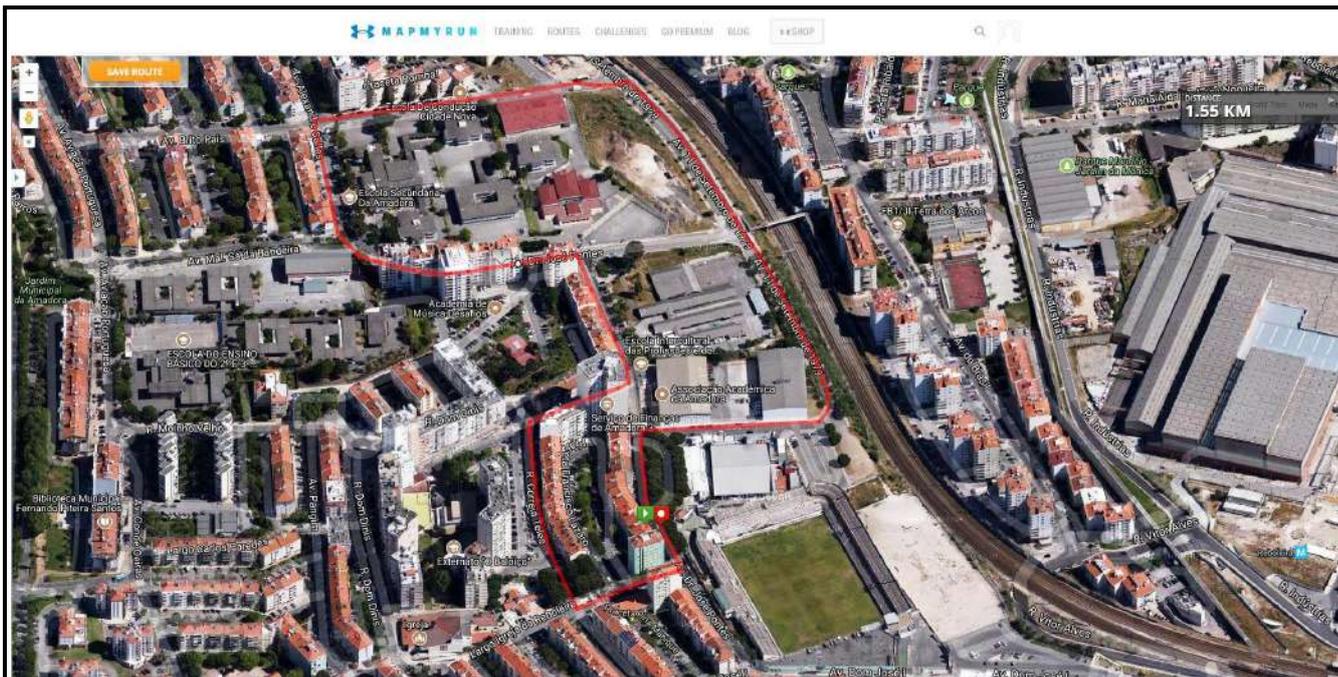
 Avenida Doutor José Pontes, (à direita) para a Rua Pedro Del Negro, (à direita) para a Praceta Francisco Lázaro, (à esquerda) para a Rua Pedro Del Negro, (à esquerda) para Avenida Doutor José Pontes, **META.** 

INFANTIS M/F / 1550 Mts



 Avenida Doutor José Pontes, (à direita) Avenida 11 de Setembro de 1979, (à esquerda) para a Rua Sargento Ajudante Manuel António, (à esquerda) para a Avenida Alexandre Salles, (à direita) para a Avenida Dr. José Pontes, (à direita) para a Rua Correia Telles, (à esquerda) para a Rua Pedro Del Negro, (à esquerda) para Avenida Dr. José Pontes, **META.** 

INICIADOS M/F / JUVENIS M/F / DESPORTO ADAPTADO – 3100 Mts (2X1550 Mts)



 Avenida Doutor José Pontes, (à direita) Avenida 11 de Setembro de 1979, (à esquerda) para a Rua Sargento Ajudante Manuel António, (à esquerda) para a Avenida Alexandre Salles, (à direita) para a Avenida Dr. José Pontes, (à direita) para a Rua Correia Telles, (à esquerda) para a Rua Pedro Del Negro, (à esquerda) para Avenida Dr. José Pontes, **(2 VOLTAS) META.** 

JUNIORES M,F / VETERANAS F35,F45,F55 / VETERANOS M60, M65 – 3200 Mts



 Avenida Doutor José Pontes, (à direita) para Avenida 11 de Setembro de 1979, (à esquerda) para a Rua Sargento Ajudante Manuel António, segue pela Avenida Brito Pais, (à direita) para a Avenida da Aviação Portuguesa, (à direita) para a Estrada Salvador Allende, (à direita) na Rua das Indústrias, (à direita) na Rua Vitor Alves, (à direita) na Avenida Dom José I, (à direita) para a Avenida Dr. José Pontes, **META.** 

SENIORES M/F / VETERANOS M35, M40, M45, M50, M55 - 6400 Mts (2X3200 Mts)



 Avenida Doutor José Pontes, (à direita) para Avenida 11 de Setembro de 1979, (à esquerda) para a Rua Sargento Ajudante Manuel António, segue pela Avenida Brito Pais, (à direita) para a Avenida da Aviação Portuguesa, (à direita) para a Estrada Salvador Allende, (à direita) na Rua das Indústrias, (à direita) na Rua Vitor Alves, (à direita) na Avenida Dom José I, (à direita) para a Avenida Dr. José Pontes, **(2 VOLTAS) META.** 



DESPORTIVO OPERÁRIO RANGEL

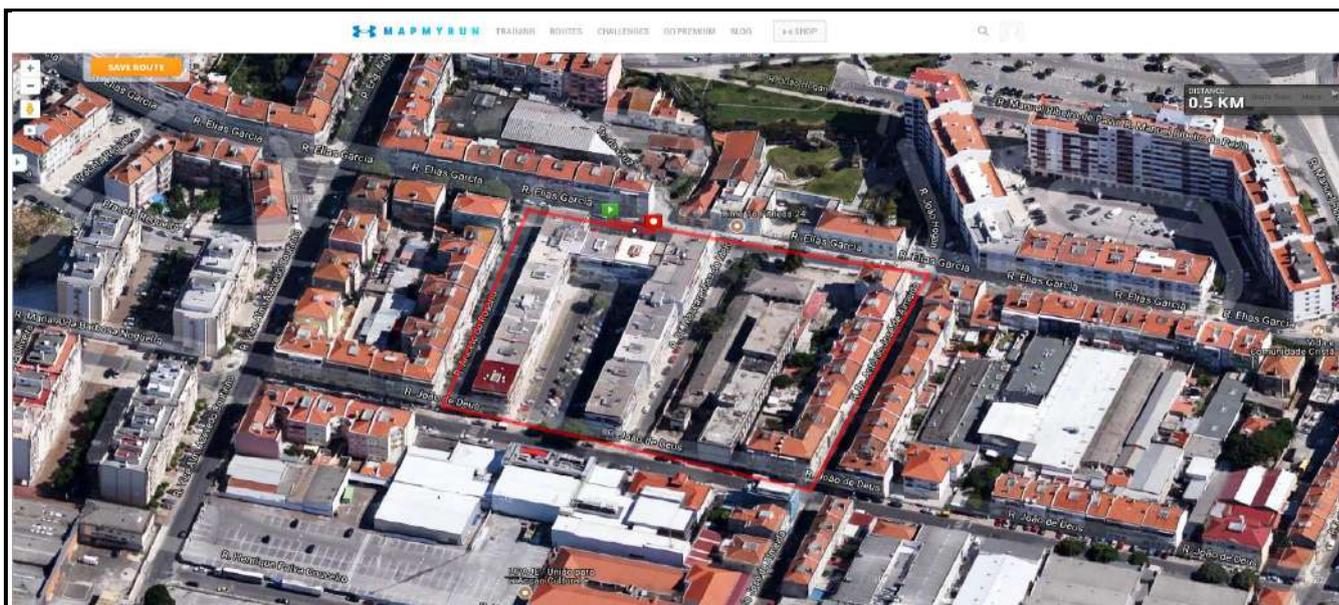
Corrida de Santo António 10/06/18

BENJAMINS A M/F - 400 Mts



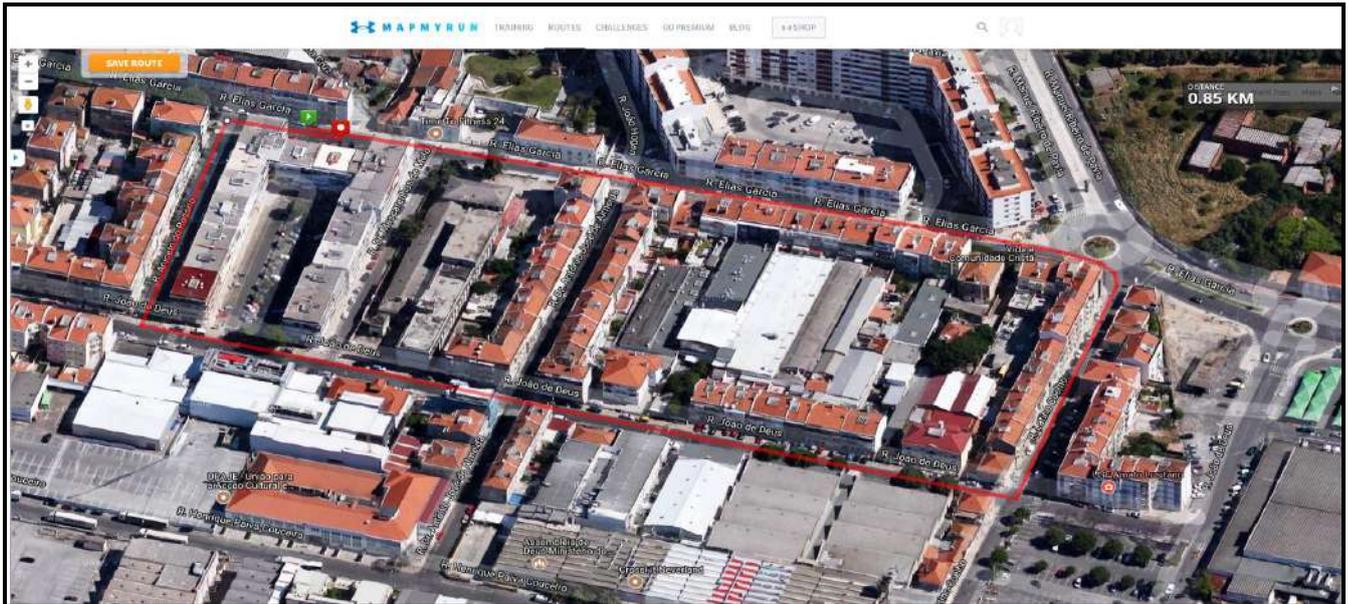
🚩 Rua Elias Garcia, (à direita) para a Rua Dr. Mascarenhas de Melo, (à direita) para a Rua João de Deus, (à direita) para a Rua Aniceto do Rosário, (à direita) para a Rua Elias Garcia, **META**. 🏁

BENJAMINS B M/F - 500 Mts



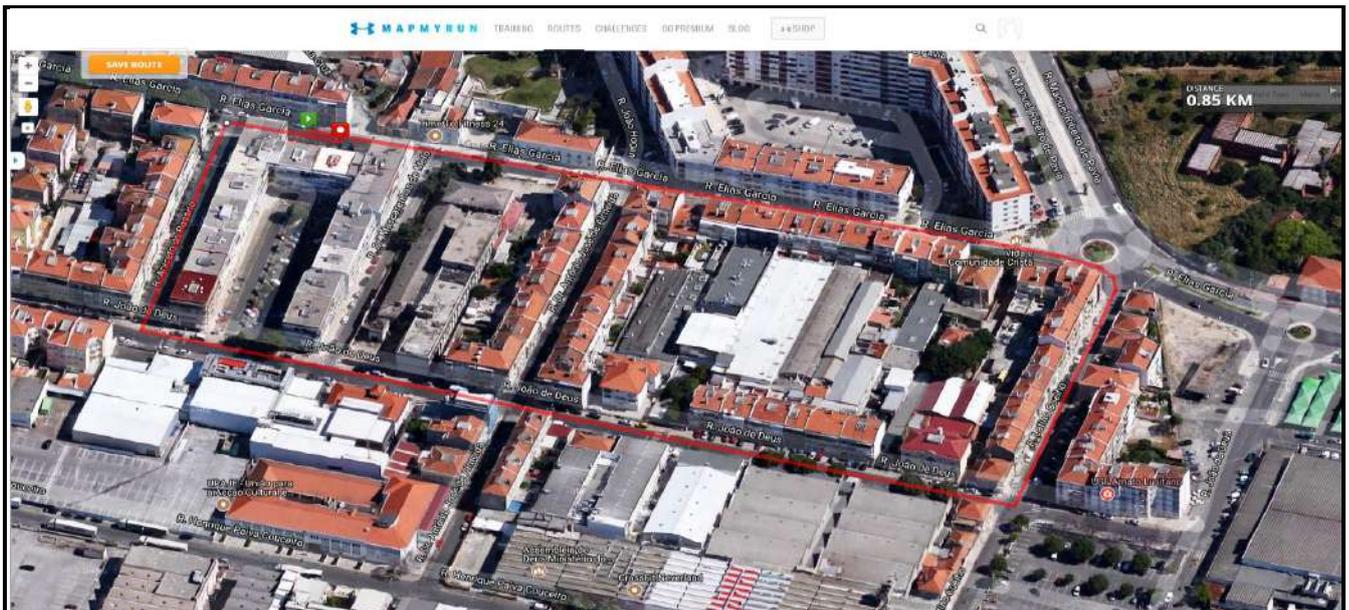
🚩 Rua Elias Garcia, (à direita) para a Rua Dr. António José de Almeida, (à direita) para a Rua João de Deus, (à direita) para a Rua Aniceto do Rosário, (à direita) para a Rua Elias Garcia, **META**. 🏁

INFANTIS M/F - 850 Mts



🚩 Rua Elias Garcia, (à direita) para a Rua Latino Coelho, (à direita) para a Rua João de Deus, (à direita) para a Rua Aniceto do Rosário, (à direita) para a Rua Elias Garcia, **META.** 🏁

INICIADOS M/F - 1700 Mts (2X850Mts)



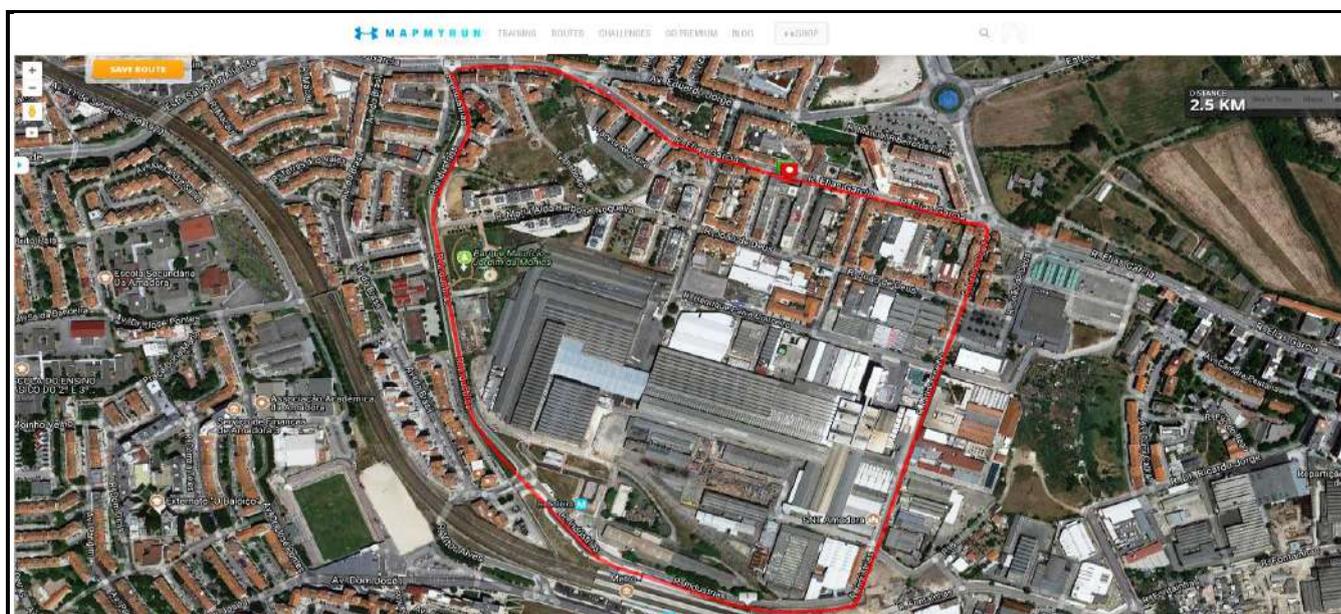
🚩 Rua Elias Garcia, (à direita) para a Rua Latino Coelho, (à direita) para a Rua João de Deus, (à direita) para a Rua Aniceto do Rosário, (à direita) para a Rua Elias Garcia, **(2 VOLTAS) META.** 🏁

JUVENIS M/F - 2500 Mts



 Rua Elias Garcia, (à direita) para a Rua Latino Coelho, (à direita) para a Rua das Indústrias, à direita para a Travessa do Bosque, Rua Elias Garcia, **META**. 

JUNIORES M/F / SENIORES M/F / VETERANOS M/F - 5000 Mts (2X2500Mts)



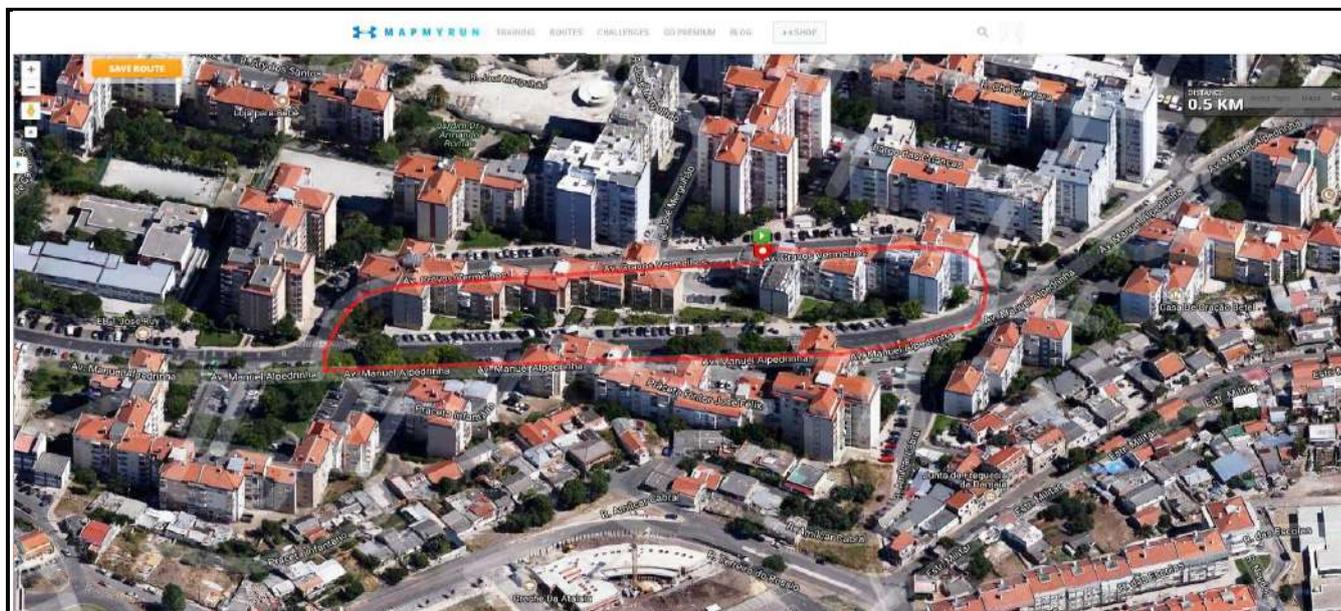
 Rua Elias Garcia, (à direita) para a Rua Latino Coelho, (à direita) para a Rua das Indústrias, à direita para a Travessa do Bosque, Rua Elias Garcia, **(2 VOLTAS) META**. 



GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO DA REBOLEIRA

Grande Prémio de Atletismo do GDR Reboleira 24/06/18

BENJAMINS A M/F - 500 Mts



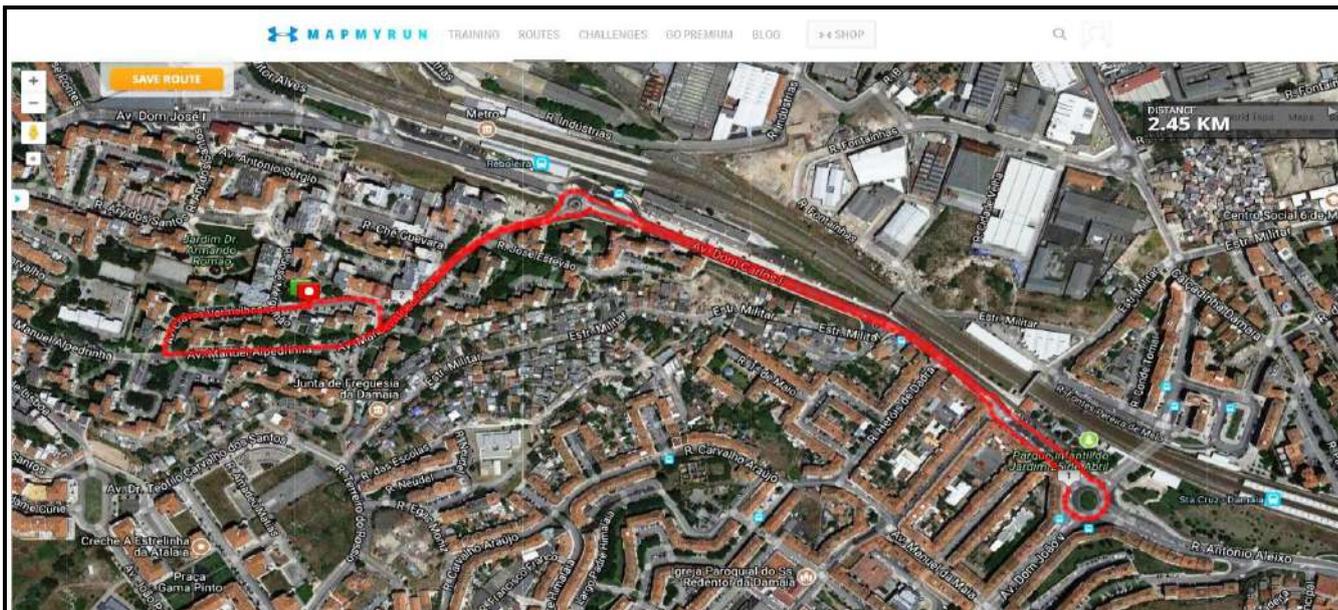
 Avenida dos Cravos Vermelhos, (à direita) para a Avenida Manuel Alpedrinha, (à direita) para a Avenida dos Cravos Vermelhos, **META.** 

BENJAMINS B M, F / INFANTIS M, F - 1000 Mts – (2X500 Mts)



 Avenida dos Cravos Vermelhos, (à direita) para a Avenida Manuel Alpedrinha, (à direita) para a Avenida dos Cravos Vermelhos, **(2 VOLTAS) META.** 

INICIADOS M,F - 2450 Mts



Av. dos Cravos Vermelhos, (à esquerda) para a Av. Manuel Alpedrinha, (à direita) para a Av. D. Carlos I, segue pela Rua Bartolomeu Dias até à Praça 25 de Abril, retorna pela Rua Bartolomeu Dias, segue pela Av. D. Carlos I, (à esquerda) na rotunda para a Av. Manuel Alpedrinha, segue sempre até virar (à direita) na Av. Dos Cravos Vermelhos em direção à **META**.

JUVENIS M,F - JUNIORES F - SENIORES F - VETERANAS 1,2,3 - VETERANOS 6,7 - 3350 MTS



Av. dos Cravos Vermelhos, (à esquerda) para a Av. Manuel Alpedrinha (à direita) para a Av. D. Carlos I segue pela Rua Bartolomeu Dias até à Praça 25 de Abril, retorna pela Rua Bartolomeu Dias, segue pela Av. D. Carlos I, segue pela Av. D. José I, (à esquerda) para a Rua Prof. Reinaldo dos Santos, segue pela Rua Herculano de Carvalho, segue pela Av. Manuel Alpedrinha, (à esquerda) para a Av. dos Cravos Vermelhos e segue em direção à **META**.

SENIORES M - VETERANOS 1,2,3,4,5 - 6700 Mts – (2X3350 Mts)



 Av. dos Cravos Vermelhos, (à esquerda) para a Av. Manuel Alpedrinha (à direita) para a Av. D. Carlos I segue pela Rua Bartolomeu Dias até à Praça 25 de Abril, retorna pela Rua Bartolomeu Dias, segue pela Av. D. Carlos I, segue pela Av. D. José I, (à esquerda) para a Rua Prof. Reinaldo dos Santos, segue pela Rua Herculano de Carvalho, segue pela Av. Manuel Alpedrinha, (à esquerda) para a Av. dos Cravos Vermelhos e segue em direção à **META. (2 VOLTAS)** 



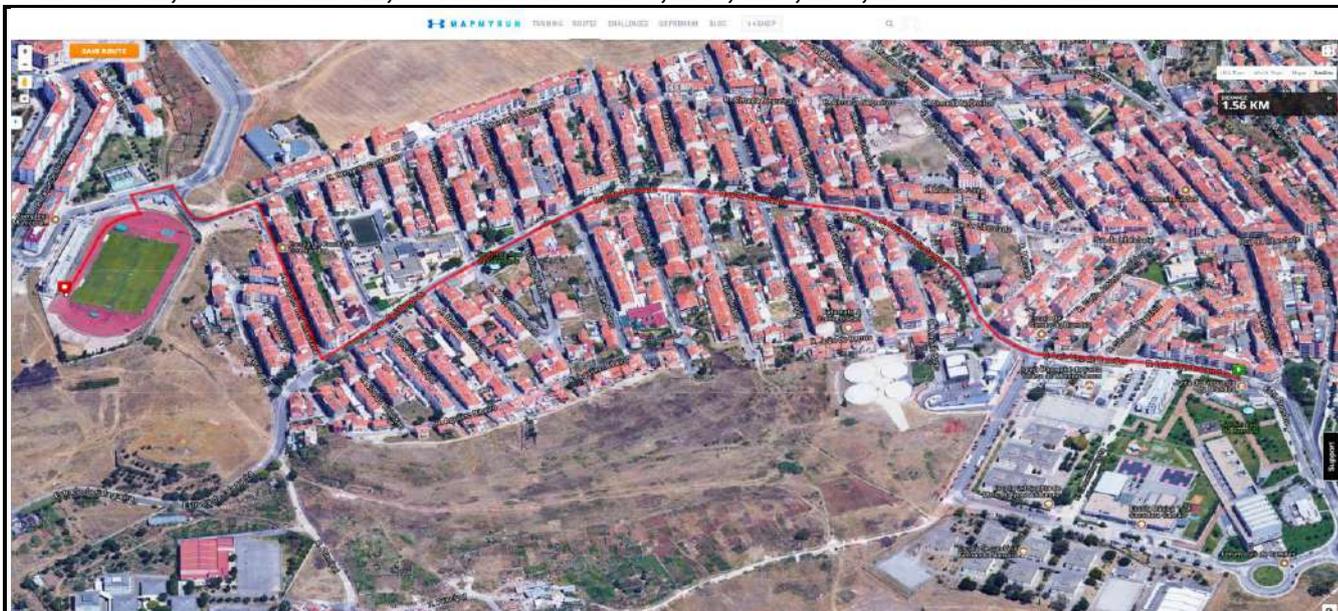
CLUBE NATAÇÃO DA AMADORA

Meeting de Atletismo da Encosta do Sol 01/07/18

BENJAMINS A M/F	250 Mts
BENJAMINS B M/F	400 Mts
INFANTIS M/F	800 Mts
INICIADOS M/F	1200 Mts
JUVENIS M/F / VETERANAS F35, F45, F55, / VETERANOS M60, M65	1500 Mts



JUNIORES M,F - SENIORES M,F - VETERANOS M35, M40, M45, M50, M55 1560 Mts



 Partida na Rua Luis Vaz de Camões em frente à Junta de Freguesia da Encosta do Sol, segue pela Avenida Luis Vaz de Camões, segue pela Rua da Liberdade, vira à direita na Rua Joaquim Tim Tim Sitima, vira à esquerda pela Rua Seara de Trigo e entra no Complexo Desportivo Municipal do Monte da Galega, **META.** 



AMADORA
Cidade

ATLETISMO

www.cm-amadora.pt

Liga. Ao desporto.