

# 8.<sup>ª</sup> CORRIDA SÃO SILVESTRE DE TÁBUA

**PRAÇA DA REPÚBLICA - 15H00M**  
**18 DEZEMBRO**  
**2016**  
DOMINGO

**RUN KIDS**  
**MASTER RUN - 10 KM**  
**MINI RUN - 5 KM**



## REGULAMENTO DA 8.ª CORRIDA SÃO SILVESTRE DE TÁBUA

Local: Câmara Municipal de Tábua (Praça da República)

Data: 18 de dezembro de 2016 (Domingo)

Horas: 15h00m

Associação Distrital de Atletismo de Coimbra



### RUN KIDS – Benjamins, Infantis, Iniciados e Juvenis

PROGRAMA / HORÁRIO				Escalões Etários até 31/12/2016 Masc. e Femininos	
Hora	Prova	Escalão	Dist.		
15h00m	Benjamins	Masc./Fem.	500 m	Benjamins	Nasc. 05/06
15h15m	Infantis	Masc./Fem.	1.000 m	Infantis	Nasc. 03/04
15h30m	Iniciados	Masc./Fem.	2.000 m	Iniciados	Nasc. 01/02
15h45m	Juvenis	Masc./Fem.	3.200 m	Juvenis	Nasc. 99/00

### MASTER RUN – 10 KM – Juniores, Seniores e Veteranos

PROGRAMA / HORÁRIO				Escalões Etários até 31/12/2016 Masc. e Femininos	
Hora	Prova	Escalão	Dist.		
16h10m	Juniores Seniores Veteranos M35 Veteranos M45 Veteranos M55 Veteranas (Único)	Masc./Fem.	10.000 m	Juniores	Nasc. 97/98
				Seniores	Nasc. 96 e anteriores
				Veteranos	A partir da data do 35.º aniversário

### MINI RUN – 5 KM – Classificação Geral

PROGRAMA / HORÁRIO				Escalões Etários até 31/12/2016 Masc. e Femininos	
Hora	Prova	Escalão	Dist.		
16h10m	Juniores Seniores Veteranos M35 Veteranos M45 Veteranos M55 Veteranas (Único)	Masc/Fem	5.000 m	Juniores	Nasc. 97/98
				Seniores	Nasc. 96 e anteriores
				Veteranos	A partir da data do 35.º aniversário

8

# CORRIDA SÃO SILVESTRE DE TÁBUA

PRAÇA DA REPÚBLICA - 15H00M

18 DEZEMBRO  
2016  
DOMINGO

RUN KIDS  
MASTER RUN - 10 KM  
MINI RUN - 5 KM



## 1. Generalidades

Numa organização do Município de Tábua e das Associações Desportivas de Tábua (Comissão de Melhoramentos de Percelada, Tábua XXI – Associação Juvenil, MK MAKINAS, ACRDM São Simão, Comissão de Melhoramentos de Mouronho/Escaravelhos Team e Trail Meda de Mouros), realiza-se, no dia 18 de dezembro de 2016 (domingo), a 8ª edição da Corrida São Silvestre de Tábua, com partidas e chegadas junto da Praça da República, edifício dos paços do concelho.

## 2. Percursos e distâncias

### RUN KIDS

15h00m - Benjamins masculinos e femininos - 500 metros

15h15m - Infantis masculinos e femininos - 1000 metros

15h30m - Iniciados masculinos e femininos - 2000 metros

15h45m - Juvenis masculinos e femininos - 3200 metros

### MASTER RUN

16h10m - São Silvestre Tábua - 10 km

### MINI RUN

16h10m - Mini São Silvestre Tábua - 5 km

## 3. Escalões etários

3.1. Serão considerados os seguintes escalões etários:

### RUN KIDS

Benjamins - nascidos entre 2005 e 2006

Infantis - nascidos em 2003 e 2004

Iniciados - nascidos em 2001 e 2002

Juvenis - nascidos em 1999 e 2000

### MASTER RUN - Prova de 10 km

Juniores M/F - nascidos em 1997 e 1998

Seniores M/F - 20 aos 35 anos

Veteranas - escalão único

Veteranos M35 - 35 aos 44 anos

Veteranos M45 - 45 aos 54 anos

Veteranos M55 - 55 anos em diante

**Nota:** É considerada a idade no dia da prova.

### MINI RUN - Prova de 5 km

Juniores M/F - nascidos em 1997 e 1998

Seniores M/F - 20 aos 35 anos

Veteranas - escalão único

Veteranos M35 - 35 aos 44 anos

Veteranos M45 - 45 aos 54 anos

Veteranos M55 - 55 anos em diante

**Nota:** É considerada a idade no dia da prova, sendo a classificação geral.

# 8<sup>ª</sup> CORRIDA SÃO SILVESTRE DE TÁBUA

**PRAÇA DA REPÚBLICA - 15H00M**  
**18 DEZEMBRO**  
**2016**  
DOMINGO

**RUN KIDS**  
**MASTER RUN - 10 KM**  
**MINI RUN - 5 KM**



## 4. Inscrições

4.1. As inscrições são pessoais e intransmissíveis.

4.2. Os participantes devem fazer a sua inscrição através do preenchimento do formulário online presente em [atletica.pt](http://atletica.pt), até ao dia 12 de dezembro de 2016.

4.3. As inscrições para as corridas efetuadas até 5 de dezembro terão os dorsais personalizados com o nome dos atletas.

## 5. Levantamento de dorsais

5.1. O levantamento de dorsais decorre no edifício do Município de Tábua, nos seguintes horários:

sexta-feira, 16 de dezembro 2016, das 09 às 17:00 horas;

sábado, 17 de dezembro 2016, das 10 às 13:00 horas;

domingo, 18 de dezembro 2016, das 10 às 15:30 horas.

5.2. É necessário o comprovativo de inscrição ou em alternativa mediante a apresentação de um documento de identificação do titular da inscrição para que seja possível o levantamento do dorsal.

5.3. Um atleta pode levantar vários dorsais desde que se faça acompanhar dos comprovativos de inscrição ou em alternativa das cópias dos documentos de identificação dos participantes, em papel ou suporte eletrónico.

## 6. Identificação

6.1. Cada um dos participantes está obrigado a usar o dorsal colocado ao peito de forma bem visível, fixado nas pontas por alfinetes de dama/pregadeiras;

6.2. Pessoas sem dorsal colocado ao peito serão convidadas por membros da organização ou pelas forças policiais a abandonar o percurso da prova, estando-lhes vedado o acesso à reta da meta;

6.3. Todos os atletas participantes dos estão ainda obrigados a usarem um chip de cronometragem inserido no próprio dorsal, não podendo dobrar, amassar, ou rasgar o dorsal que contém o dispositivo, sob o risco de não virem a ser cronometrados.

6.4. Não é obrigatória a devolução do dorsal nem do chip, ficando estes na posse do atleta.

6.5. A organização não se responsabiliza pela má utilização do chip, o que pode levar à não classificação do atleta.

## 7. Prémios

7.1. Individualmente será atribuído um Troféu ao 1<sup>º</sup>, 2<sup>º</sup> e 3<sup>º</sup> classificado, por escalão/sexo aos participantes na RUN KIDS (benjamins a juvenis) e na MASTER RUN (10Km) (juniores a veteranos).

7.2. Por equipas será atribuído um Troféu às três primeiras equipas da Corrida São Silvestre.

7.3. Para pontuar na classificação de equipas é obrigatório a participação do mínimo de 5 atletas distribuídos por 3 ou mais escalões.

7.3.1. A pontuação de cada equipa será obtida somando o número de pontos correspondentes aos 5 melhores resultados dos atletas no conjunto de todos escalões/sexo,

# 8<sup>o</sup> CORRIDA SÃO SILVESTRE DE TÁBUA

PRAÇA DA REPÚBLICA - 15H00M

18 DEZEMBRO  
2016  
DOMINGO

RUN KIDS  
MASTER RUN - 10 KM  
MINI RUN - 5 KM



sendo o n.º de pontos atribuídos a cada atleta correspondente à respetiva ordem de classificação (1 ponto para o primeiro classificado, 2 pontos para o segundo, etc).

7.3.2. Definida a pontuação das equipas, estas serão seriadas por ordem crescente do total e pontos obtidos, sendo a vencedora determinada pelo menor número de pontos conseguidos.

7.3.3. Em caso de empate, beneficia a equipa com maior número de primeiros lugares dos seus corredores, maior número de segundos lugares e assim sucessivamente.

7.3.3.1. Se o empate persistir, utiliza-se o critério de desempate do escalão mais alto, ou seja, 1º SENIORES Masc., 2º SENIORES Fem., 3º JUNIORES Masc., 4º JUNIORES Fem., 5º VETERANOS M36, 6º VETERANAS, 7º VETERANOS M46, 8º VETERANOS M56, 9º JUVENIS Masc., 10º JUVENIS Fem., 11º INICIADOS Masc., 12º INICIADOS Fem., 13º INFANTIS Masc., 14º INFANTIS Fem., 15º BENJAMINS Masc. e 16º BENJAMINS Fem..

7.4. Será ainda entregue um Troféu à equipa mais numerosa, que no conjunto de todos os escalões/sexo de Benjamins a Veteranos tenha o maior número de atletas inscritos. Só contarão para estes troféus os atletas que realizem e terminem o respetivo percurso da prova.

7.5. Nas cerimónias de entrega de prémios sobem ao palco os três primeiros classificados de cada um dos escalões enunciados no ponto 3.1 deste regulamento.

7.6. Na MASTER RUN – 10 KM serão atribuídos prémios aos três primeiros classificados à geral, por género.

7.7. Na MINI RUN – 5 KM serão apenas atribuídos prémios aos três primeiros classificados à geral, por género.

7.8. Não haverá prémios monetários.

7.9. Os primeiros 250 inscritos receberão uma T-Shirt técnica.

7.10. Todos os participantes terão direito a um diploma digital, onde consta a classificação e o tempo obtido, cujo que o download poderá ser efetuado a partir da página oficial do evento.

## 8. Seguro desportivo

8.1. A organização tem um seguro desportivo a favor dos participantes não federados, (artigos 15º e 18º do Decreto-Lei nº 10/2009). O seguro de provas desportivas cobre os riscos de morte ou invalidez permanente e despesas de tratamento constantes na respetiva apólice.

8.2. Todos os participantes, sem exceção, devem se assegurar que se encontram física e psicologicamente aptos a participarem na prova em que se inscrevem. Sendo obrigatória a indicação de é federado ou não federado.

## 9. Segurança no percurso

9.1. Caberá às forças policiais a gestão do plano de controlo e eliminação do trânsito automóvel não autorizado no decorrer da prova.

9.2. O fecho do controlo da prova é feito duas horas após a partida, após a qual o trânsito automóvel é reaberto no percurso.

## 11. Serviços e facilidades

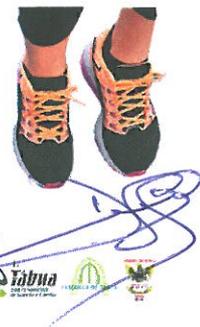
11.1. Todos os participantes podem usufruir gratuitamente do serviço de balneários com duches de água quente no Pavilhão Multiusos de Tábua, entre as 15h30m e as 20h30m.

11.2. Local preferencial de estacionamento junto do Pavilhão Multiusos de Tábua.

# 8. CORRIDA SÃO SILVESTRE DE TÁBUA

PRAÇA DA REPÚBLICA - 15H00M  
18 DEZEMBRO  
2016  
DOMINGO

RUN KIDS  
MASTER RUN - 10 KM  
MINI RUN - 5 KM

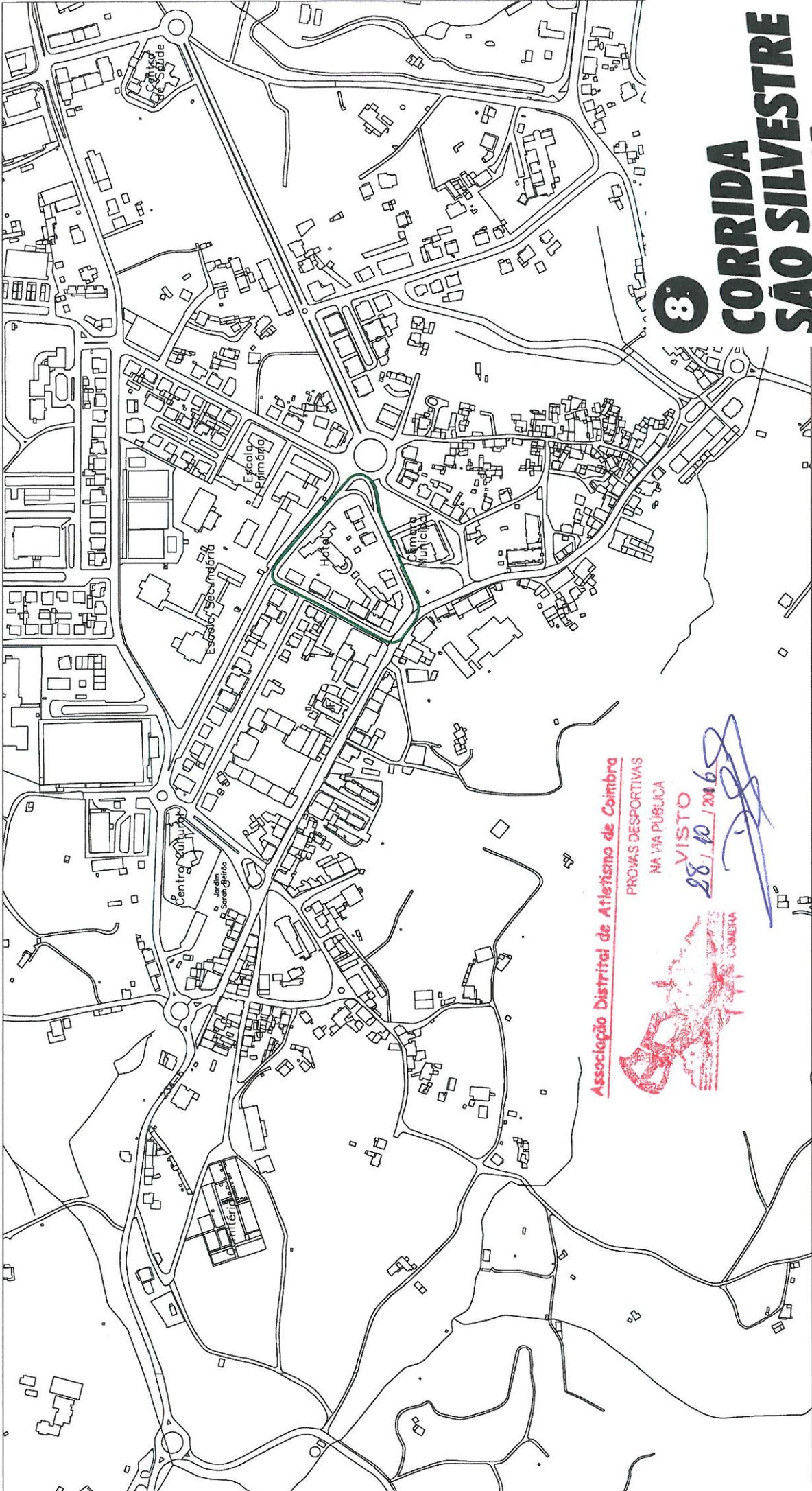


## 12. Direitos de imagem

O participante, ao proceder à sua inscrição, autoriza a cedência, à organização, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem, captada em filmagens e ou fotografias no decorrer da realização da prova, autorizando a sua reprodução para fins de divulgação de campanhas das entidades organizadoras e patrocinadoras do evento.

## 13. Casos omissos

Todos os casos omissos deste regulamento serão alvo de deliberação da direção da prova, prevalecendo as normas regulamentos da Federação Portuguesa de Atletismo e da IAAF – International Association of Athletics Federation.



8

# CORRIDA SÃO SILVESTRE DE TÁBUA

**Associação Distrital de Atletismo de Coimbra**  
PROVAS DESPORTIVAS  
NA VIA PÚBLICA

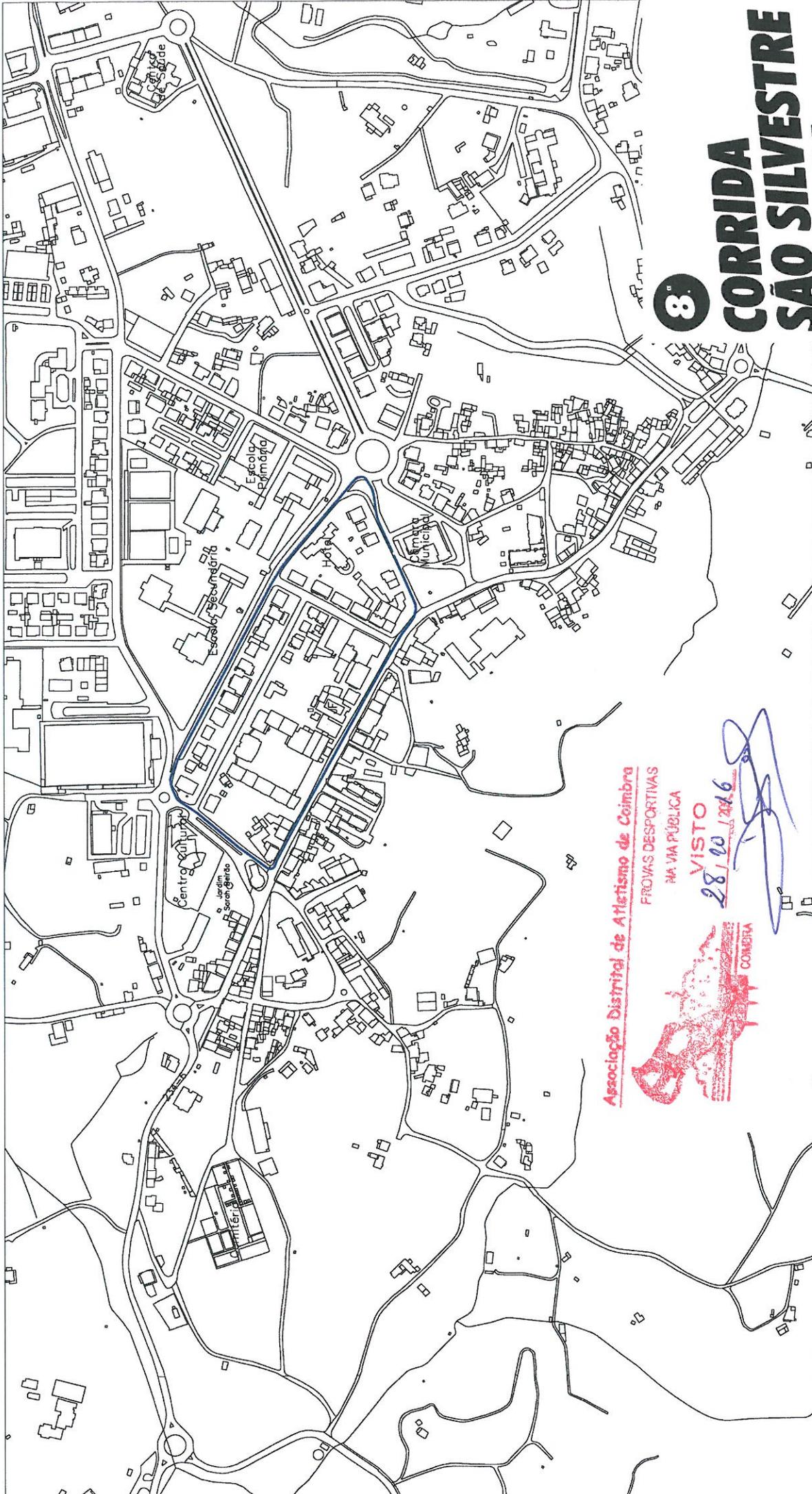


VISTO

28/10/2016



— Percurso (50 metros (0,5km))



**8**

# CORRIDA SÃO SILVESTRE DE TÁBUA

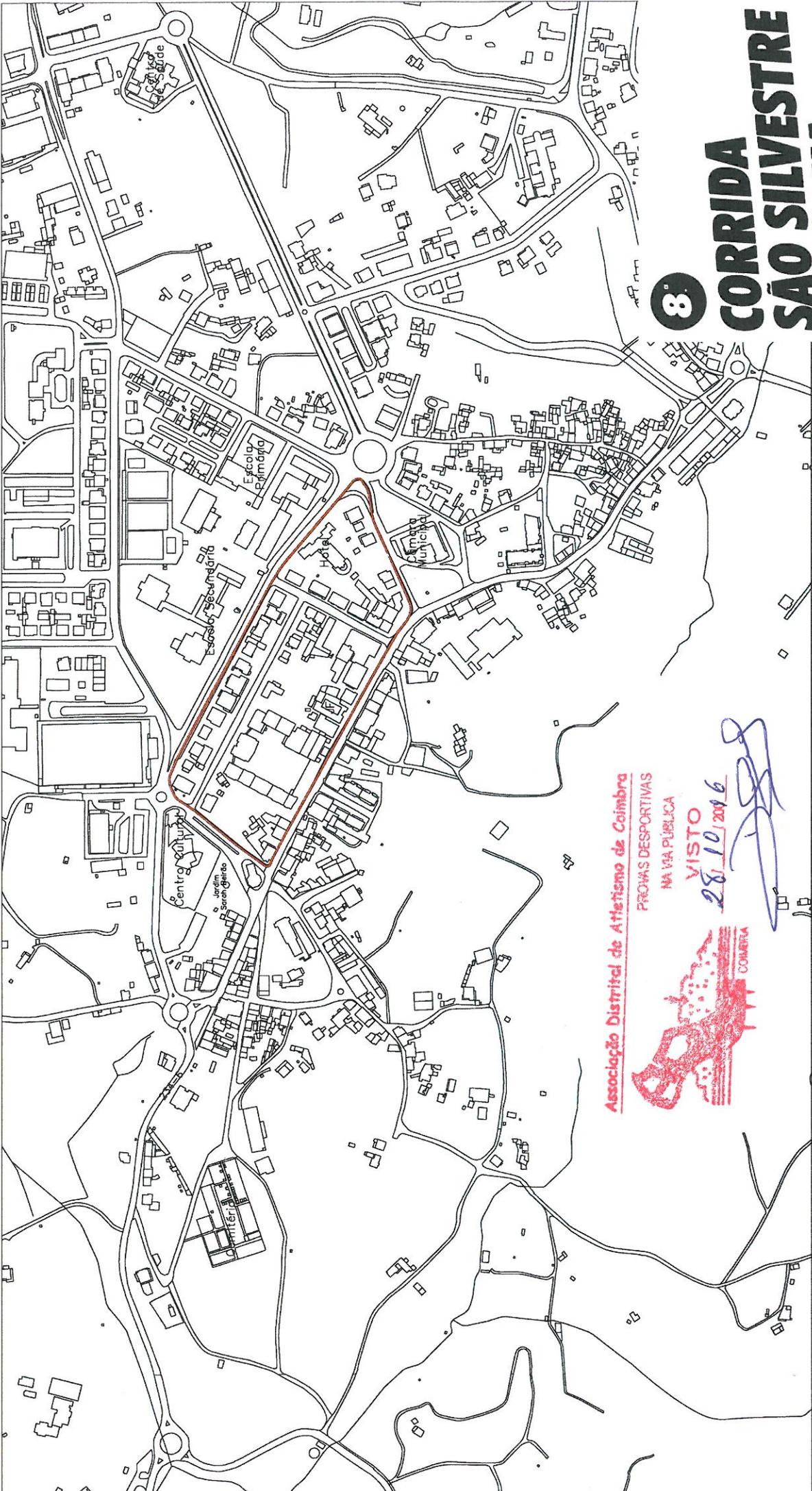
Associação Distrital de Atletismo de Coimbra  
PROVAS DESPORTIVAS  
NA VIA PÚBLICA



VISTO  
28/10/2016



— Escala 200metros (100m=2)



**8**

# CORRIDA SÃO SILVESTRE DE TÁBUA

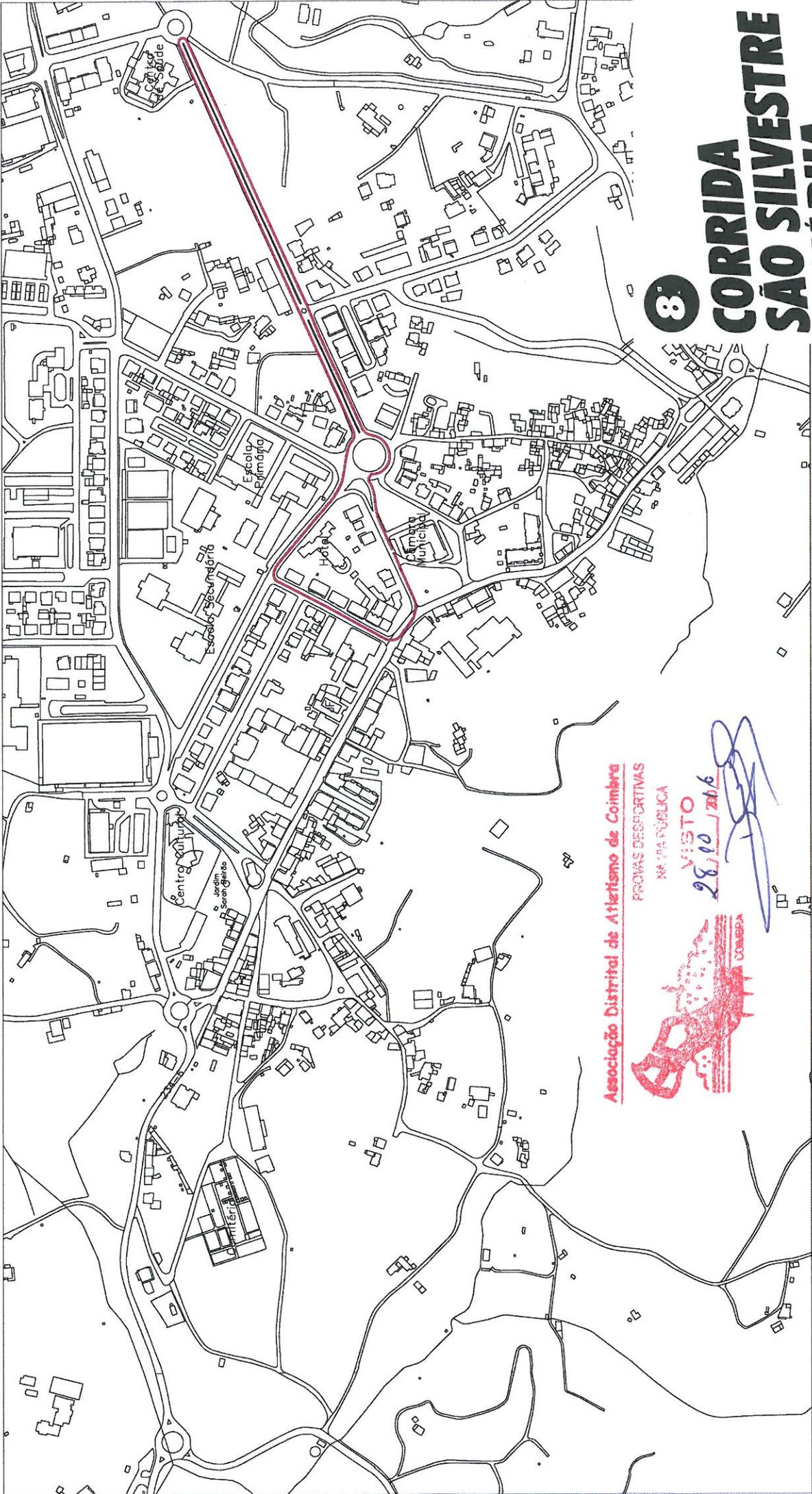
**Associação Distrital de Atletismo de Coimbra**  
PROVAS DESPORTIVAS  
NA VIA PÚBLICA



**VISTO**  
28/10/2016



— Percurso 1000metros (1000mtr)



8

# CORRIDA SÃO SILVESTRE DE TABUA

Associação Distrital de Atletismo de Coimbrão  
PROVAS DESPORTIVAS  
NA VIA PÚBLICA

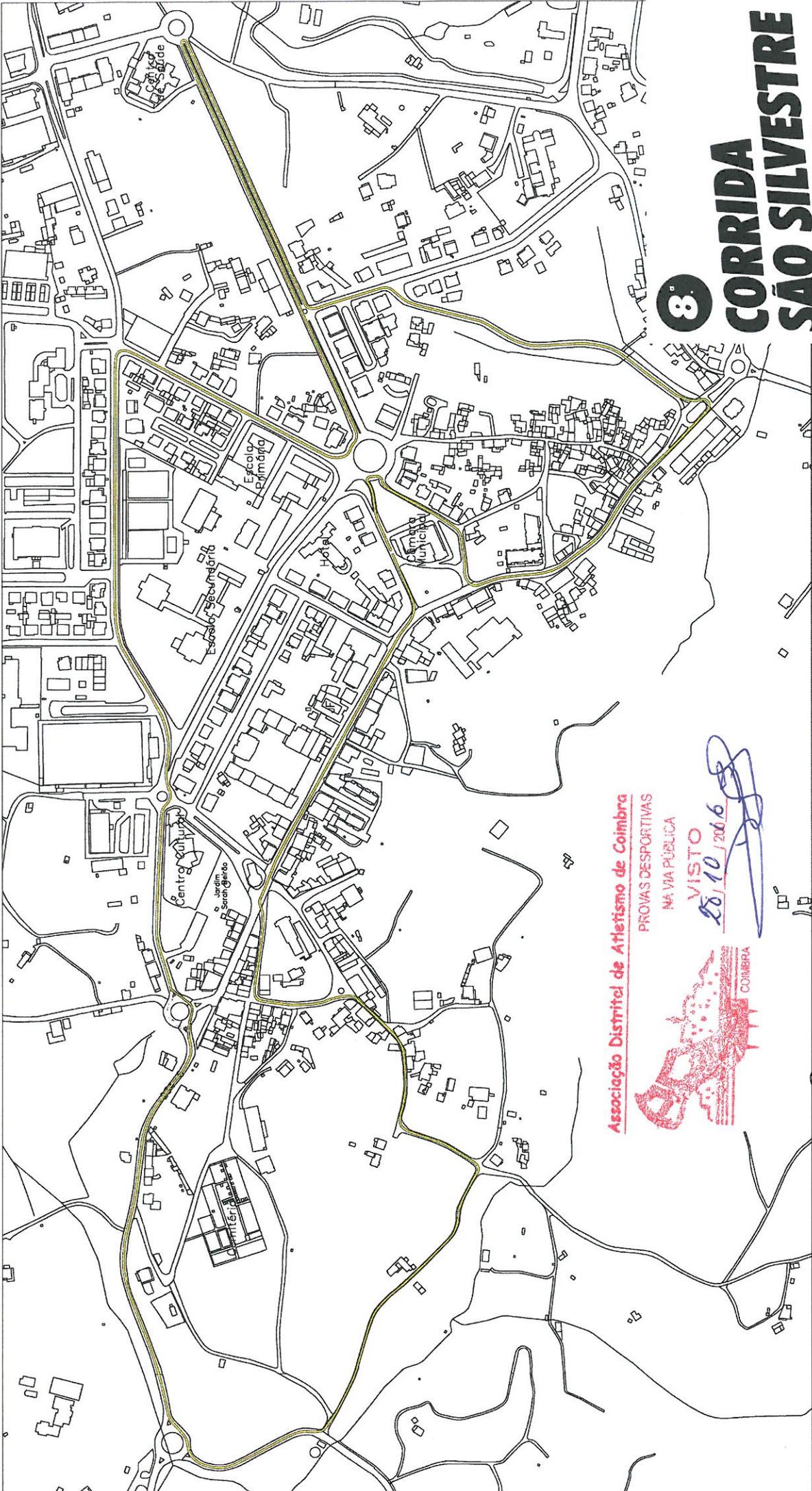


VISTO

28/10/2016



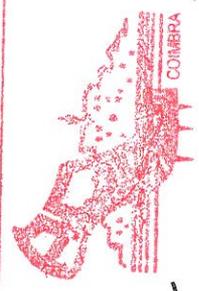
— 100 metros (100m) —



8

# CORRIDA SÃO SILVESTRE DE TABUA

Associação Distrital de Atletismo de Coimbra  
PROVAS DESPORTIVAS  
NA VIA PÚBLICA



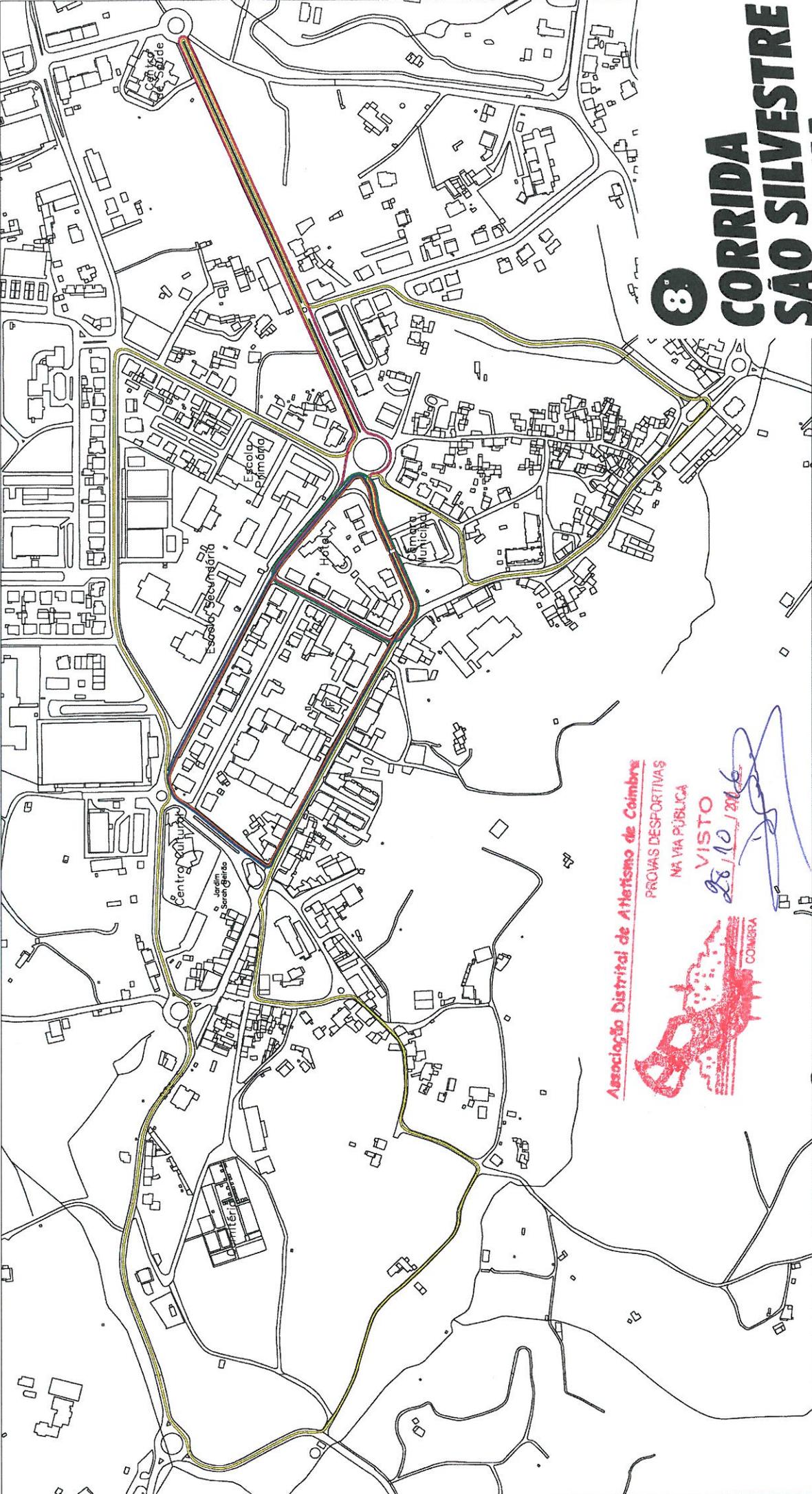
VISTO  
20/10/2006



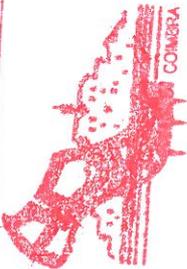
— Escala 1:6000m (6000m=2)

8

# CORRIDA SÃO SILVESTRE DE TABUA



Associação Distrital de Atletismo de Coimbra  
 PROVAS DESPORTIVAS  
 NA VIA PÚBLICA



VISTO  
 28/10/2016

*[Handwritten signature in blue ink]*

- Percurso 1000metros (800mm)
- Percurso 500metros (100mm)
- Percurso 200metros (100mm)
- Percurso 100metros (100mm)
- Percurso 50metros (50mm)

