

S. JOÃO DA PESQUEIRA

TRILHOS DO DOURO

23 OUTUBRO 2011

HORA DE PARTIDA: 10 HORAS
(SIMULTÂNEA PARA ATLETAS E CAMINHEIROS)

DISTÂNCIA DA COMPETIÇÃO: 20,6 KM
DISTÂNCIA DA CAMINHADA: 10 KM

CAMINHEIROS FILIADOS NO CENTRO MUNICIPAL DE MARCHA E CORRIDA DE S. JOÃO DA PESQUEIRA – INSCRIÇÃO GRATUITA
CAMINHEIROS ATÉ 11 ANOS - GRATUITAS
CAMINHEIROS DOS 12 AOS 17 ANOS - 5€
ATLETAS OU CAMINHEIROS COM MAIS DE 18 ANOS FILIADOS NA FPME - 5€
RESTANTES ATLETAS E CAMINHEIROS COM MAIS DE 18 ANOS NÃO FILIADOS NA FPME - 7,50€
INSCRIÇÃO INCLUI SEGURO, T-SHIRT E ALMOÇO CONVÍVIO OFERECIDO PELO MUNICÍPIO.

INSCRIÇÃO DE ACOMPANHANTES PARA O ALMOÇO (GRATUITAS PARA ACOMPANHANTES ATÉ 11 ANOS) – 5€



PERCURSO, DISTÂNCIAS E HORÁRIOS –

ATLETAS – Partida, às 10 horas, no Complexo Desportivo do Parque da Mata do Cabo, para um percurso, na distância de 20,6 km (medição GPS), alternando as descidas e subidas acentuadas, percorrendo os trilhos e caminhos rurais por entre as vinhas que rodeiam S. João da Pesqueira – Coração do Douro Vinhateiro – passando, entre outros pontos de interesse concelhio, pelo centro histórico de S. João da Pesqueira, Moinho de Vento, Aveleira, Vale de Vila, rio Douro, Vale do Carvalho e Santuário de São Salvador do Mundo.

CAMINHEIROS – Participantes em passeio pedestre não competitivo, com partida no mesmo local e hora dos atletas (10 horas - Complexo Desportivo do Parque da Mata do Cabo), percorrendo, de seguida, um percurso pedestre, na distância aproximada de 10 km, utilizando os carreiros pedestres e caminhos rurais que atravessam as vinhas a poente de S. João da Pesqueira.

SECRETARIADO – Aberto, a partir das 9 horas do dia da actividade, na recepção do Complexo Desportivo do Parque da Mata do Cabo, local da partida, simultânea, às 10 horas, do trail em montanha e da caminhada.

ESCALÕES – **Masculinos:** Sub23 M (18 a 22 anos) Elite M (18 a 39 anos) M40 (40 a 44 anos) M45 (45 a 49 anos) M50 (50 a 54 anos) M55 (55 a 59 anos) M60 (+ de 60 anos)
Femininos: Sub23 F (18 a 22 anos) Elite F (18 a 39 anos) F40 (+ de 40 anos)

CAMINHEIROS: Participantes, sem distinção de sexo ou idade, num passeio pedestre sem intuítos competitivos, em percurso alternativo ao dos atletas (aproximadamente 9 km), traçado nos trilhos e caminhos rurais entre as vinhas no planalto a poente de S. João da Pesqueira.

NOTA: as idades indicadas referem-se ao dia da prova obrigando-se os atletas a competir no escalão correspondente à sua idade.

INSCRIÇÕES - As inscrições, abertas até às 18 horas de 19 de Outubro de 2011, deverão ser efectuadas, unicamente via e-mail, para o endereço cmontanha@gmail.com, indicando nome, data de nascimento, nº de filiado na FPME para os Atletas nessa condição, tipo de participação (atleta ou caminheiro) e clube do participante, sendo acompanhadas de comprovativo de transferência bancária (NIB 0035 0435 0000 7678 23097) com o valor da respectiva taxa:

- Gratuitas - Caminheiros até 11 anos;
- €5,00 - Caminheiros dos 12 aos 17 anos;
- Gratuitas - Caminheiros filiados no Centro Municipal de Marcha e Corrida de S. João da Pesqueira;
- €5,00 - Atletas e Caminheiros filiados na FPME;
- €7,50 - Atletas e Caminheiros, com mais de 18 anos, não filiados na FPME;
- €5,00 - Inscrição de acompanhantes para o almoço (gratuitas para acompanhantes até 11 anos).

NOTA - Não serão consideradas inscrições recebidas fora do prazo indicado ou não acompanhadas do comprovativo da transferência bancária da verba correspondente à inscrição.

PRÉMIOS –

- * Camisola e lembrança para todos os atletas e caminheiros participantes;
- * Troféus (3 primeiros de cada escalão e 10 equipas) e medalhões (4º ao 10º de cada escalão);
- * Medalhões aos 3 primeiros classificados de cada escalão do Campeonato de Portugal de Corrida em Montanha - FPME
- * Prémios monetários para a classificação geral - masculina e feminina - e equipas:

| | 1º | 2º | 3º | 4º | 5º | 6º | 7º | 8º | 9º | 10º |
|-----------------|-----|-----|-----|----|----|----|----|----|----|-----|
| Geral Masculina | 150 | 125 | 100 | 75 | 60 | 50 | 40 | 35 | 30 | 20 |
| Geral Feminina | 150 | 125 | 100 | 60 | 50 | | | | | |
| Equipas | 120 | 90 | 75 | 45 | | | | | | |

A cerimónia de entrega de prémios, prevista para as 13h30m realizar-se-á, no Complexo Desportivo do Parque da Mata do Cabo, no decurso do almoço convívio que a organização oferece a todos os participantes, com início às 13 horas. A ausência do atleta premiado à referida cerimónia entende-se como renúncia ao prémio.

ALMOÇO PARA TODOS OS INSCRITOS – Após a actividade desportiva terá lugar o almoço, a ter início às 13 horas no Complexo Desportivo do Parque da Mata do Cabo, no decurso do qual proceder-se-á à cerimónia de entrega de prémios.

DUCHE E SANITÁRIOS – Para todos os participantes, possibilidade de trocaram de roupa ou tomarem duche após a competição nos balneários do Complexo Desportivo do Parque da Mata do Cabo.

POSSIBILIDADE DE ALOJAMENTO EM PARQUE DE CAMPISMO OU PAVILHÃO – A organização disponibiliza o Parque de Campismo do Complexo Desportivo Municipal ou o Pavilhão dos Bombeiros Voluntários de S. João da Pesqueira para todos aqueles que desejem pernoitar nesses locais na véspera da prova (trazer material próprio para campismo ou dormida em solo duro).