



## REGULAMENTO

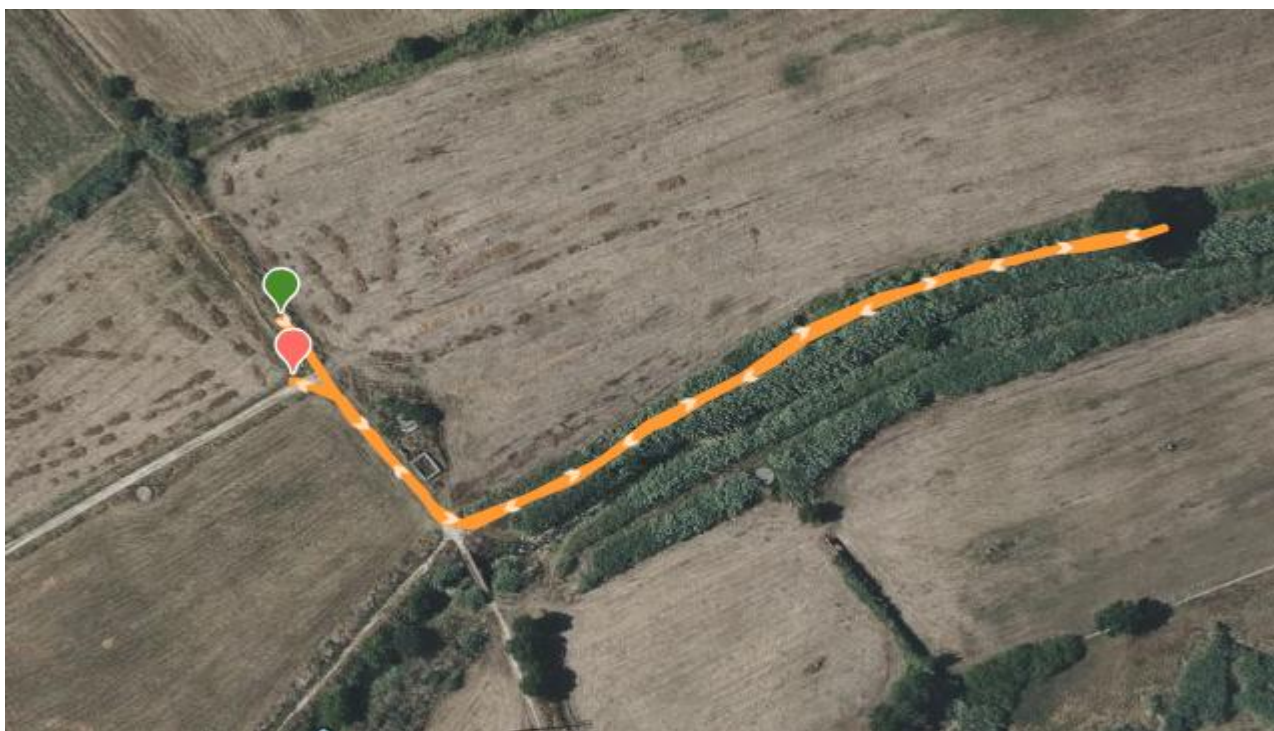
### Prova de Corta-Mato Curto AJAX de Odivelas

#### 1. Organização e Objetivos

- **Entidade Organizadora:** A prova é organizada pelo Clube Recreativo Espírito-Santo - AJAX de Odivelas (ajaxrunningteam@gmail.com).
- **Objetivo:** Promover a prática do atletismo.
- **Data e Local:** Dia 05 julho 2026, com início pelas 9h00, na Ecopista da Paiã, localizada na Escola Profissional Agrícola Dom Dinis.

#### 2. Percursos e Distâncias

##### Percurso 1



- **Piso:** Estradão, sinalizado e delimitado, garantindo segurança.
- **Distância Aproximada:** 0,5 km.
- **Percurso:** Volta(s) a um circuito fechado com partida e meta na mesma zona.
- **Benjamins:** 500 metros.

Com o apoio de:



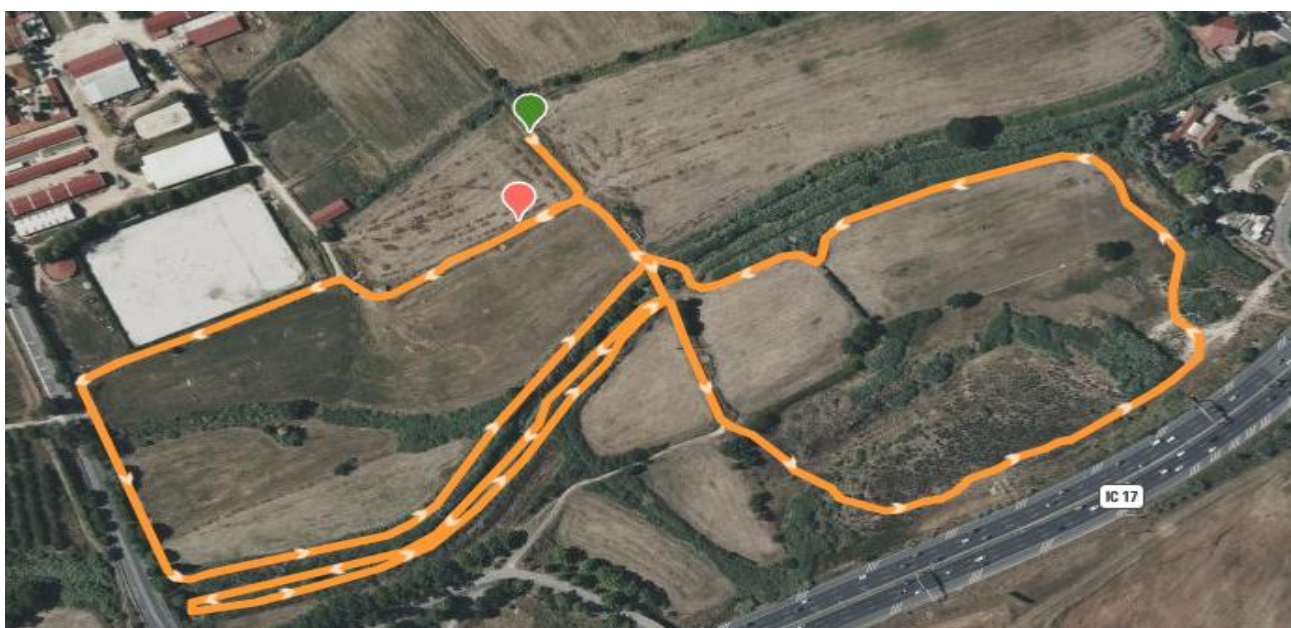
TERMOSAM

## Percurso 2



- **Piso:** Estradão, sinalizado e delimitado, garantindo segurança.
- **Distância Aproximada:** 0.9 km.
- **Percurso:** Volta(s) a um circuito fechado com partida e meta na mesma zona.
- **Sub-12:** 900 metros.

## Percurso 3



Com o apoio de:



TERMOSAM

- **Piso:** Terra batida, estradão, sinalizado e delimitado, garantindo segurança.
- **Distância Aproximada:** 2,0 km.
- **Percurso:** Volta(s) ao circuito fechado com partida e meta na mesma zona.
- **Sub-14 e Desporto Adaptado:** 2000 metros (1 volta ao circuito).
- **Sub-16 / Sub-18:** 4000 metros (2 voltas ao circuito).
- **Seniores / Veteranos:** 4000 metros (2 voltas ao circuito).

### 3. Inscrições

- **Inscrição:** As inscrições devem ser realizadas na seguinte plataforma:  
<https://corridaajaxdeodivelas.bto.pt/>
- **Prazos:** 01/07/2026.
- **Custo:** 3,00€, limitada a 300 participantes (No ato da inscrição, o participante declara estar apto fisicamente para a prova).
- **T-Shirt do Evento (opcional):** Poderá escolher o tamanho desejado no ato da inscrição, juntamente com o pagamento de 5,00€

### 4. Escalões Etários

- |                                 |                       |
|---------------------------------|-----------------------|
| • Benjamins ( 2017 e seguintes) | • V40(1982-1986)      |
| • Sub-12 ( 2015-2016)           | • V45 (1977-1981)     |
| • Sub-14 (2013-2014)            | • V50 (1972-1976)     |
| • Sub-16 (2011- 2012)           | • V55 (1967-1971)     |
| • Sub-18 (2009-2010)            | • V60 (1962-1966)     |
| • Seniores (1992-2008)          | • V65 (1957-1961)     |
| • V35 (1987-1991)               | • V70 (antes de 1956) |

### 5. Secretariado

- O levantamento de dorsais poderá ser efetuado nos dias 03 (sexta) das 15:00h às 21:00h e 04 (sábado) das 11:00h às 21:00h na sede do Clube Recreativo do Espírito Santo de Odivelas (AJAX) na Rua da Fonte 1, 2675-368 Odivelas e no dia da prova, no secretariado junto à partida das 8:00h às 10:00h.

Com o apoio de:



TERMOSAM

## 6. Escalões e Horários:

- **9h00:** Benjamins (500 metros)
- **9h05:** Sub-12 (900 metros)
- **9h15:** Sub-14 e Desporto Adaptado (2 km)
- **9h40:** Veteranos Femininos (4 km)
- **10h10:** Veteranos Masculinos (4 km)
- **10h40:** Sub-16/Sub-18 (4km)
- **11h10:** Seniores Femininos (4 km)
- **11h40:** Seniores Masculinos (4 km)

*Nota:* A organização pode agrupar escalões se necessário.

## 7. Controlo

- **Dorsais:** Obrigatórios, devem estar visíveis na frente da camisola.
- **Câmara de Chamada:** Os atletas devem apresentar-se 15 minutos antes da partida.

## 8. Classificações e Pontuação:

- **Individual:** Ordem de chegada por escalão e género, serão atribuídos os seguintes pontos: - 15 pontos ao 1º; 13 ao 2º; 11 ao 3º; 10 ao 4º; 9 ao 5º; 8 ao 6º; 7 ao 7º; 6 ao 8º; 5 ao 9º e 4 ao 10º; 3 do 11º ao 20º; 2 do 21 ao 30º e 1 ponto do 31º ao último classificado.
- **Coletiva:** Soma de pontos dos 4 primeiros classificados de cada equipa.

A pontuação de cada equipa será obtida somando o número de pontos correspondentes à classificação dos atletas da equipa, sendo o número de pontos atribuídos a cada atleta, os correspondentes à respetiva ordem da classificação geral (1 ponto para o primeiro classificado, 2 pontos para o segundo classificado, etc.). Em caso de igualdade pontual na classificação coletiva, será beneficiada a equipa cujos atletas obtiverem mais primeiros, segundos, terceiros lugares.

## 9. Prémios:

- **Individuais:** Troféus/Medalhas aos 3 primeiros classificados de cada escalão e medalhas finisher para todos os participantes que concluíam a prova.
- **Coletivos:** Taça às 3 primeiras equipas.

Com o apoio de:



TERMOSAM

## 10. Segurança e Responsabilidade:

- A organização garante a presença de assistência médica no local.
- A organização não se responsabiliza por danos físicos ou materiais antes, durante ou depois da prova.

## 11. Disposições Finais:

- A organização é soberana para resolver quaisquer casos omissos a este regulamento.

## 12. Dúvidas/questões:

- Poderão ser colocadas através de: [ajaxrunningteam@gmail.com](mailto:ajaxrunningteam@gmail.com).

Com o apoio de:



TERMOSAM