

INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES:

São aceites até ao dia 18.11.2013 data dos CTT para, XISTARCA, Lda, Calçada da Tapada, 71 A, 1398-012 Lisboa, acompanhadas de cheque ou vale de correio identificado sempre o nome do Atleta/Club no valor de 5€(cinco euros) por Atleta. Pelo telefone 213616160, fax 213616169 ou e-mail, xistarca1986@sapo.pt A partir deste dia o valor da inscrição será de 7€ (sete euros), até ao dia 22.11.2013 As inscrições só serão consideradas acompanhadas do respectivo pagamento Os prémios monetários só serão entregues ao Atleta no pódio. O Almoço não está incluído na inscrição.

ESCALÕES:

FEMININOS

SENIORES nascidas em 1993 e anos anteriores
VETERANAS F-35 idades 35 a 39 anos (no dia da Prova)
VETERANAS F-40 idades 40 anos (no dia da Prova)

MASCULINOS

SENIORES nascidos em 1993 e anos anteriores
VETERANOS M-35 idades 35 a 39 anos (no dia da Prova)
VETERANOS M-40 idades 40 a 44 anos (no dia da Prova)
VETERANOS M-45 idades 45 a 49 anos (no dia da Prova)
VETERANOS M-50 idades 50 a 54 anos (no dia da Prova)
VETERANOS M-55 idades 55 a 59 anos (no dia da Prova)
VETERANOS M-60 idades 60 a 64 anos (no dia da Prova)
VETERANOS M-65 idades 65 em diante

PRÉMIOS:

CLASSIFICAÇÃO GERAL

MASCULINOS

1º_200 euros + taça
2º_150 euros + taça
3º_100 euros + taça
4º_50 euros + taça
5º_40 euros + taça
6º ao 10º_ taça

- Geral individual até ao 10º classificado;
- Geral equipas até ao 5º classificado;
- Troféus e Taças para os 3 primeiros de cada escalão;
- Prémio presença para todos os atletas chegados à meta;
- Prémio para a Equipa com mais atletas chegados à meta com tempo inferior a 1h10m.

FEMININOS

1º_200 euros + taça
2º_100 euros + taça
3º_60 euros + taça
4º_40 euros + taça
5º_25 euros + taça
6º ao 10º_ taça

Serão sorteados por todos os atletas chegados à meta da prova principal os seguintes prémios:
- uma estadia para 2 pessoas em Turismo Rural;
- um Micro-Ondas;
- uma bicicleta de montanha;
- uma impressora multi-funções;
- um presunto;
- outros prémios a sortear.

**SERVE-SE
O ALMOÇO
TRADICIONAL**

designmemberfo@gmail.com
consulte o regulamento



XISTARCA

Grande Prémio de ATLETISMO A.R.C.D. MENDIGA

GPS N39°29'44,0" e W 8°51'20,0"
16,3 km

CAMINHADA RURAL 5 km

11ª MOSTRA
de DOCES
REGIONAIS
ALMOÇO
CONVÍVIO
ANIMAÇÃO
VARIADA
MOSTRA
ARTESANATO

26



11 horas **24**
NOVEMBRO²⁰₁₃

APOIOS:

UNIÃO DE
FREGUESIAS
DE ARRIMAL
MENDIGA



CÂMARA MUNICIPAL
DE PORTO DE MÓS

CA
Crédito Agrícola
PORTO DE MÓS

Grande Prémio de ATLETISMO

NOMES (PRIMEIRO E ÚLTIMO) LETRA MAIÚSCULA

DATA DE NASCIMENTO

ESCALÕES

FEMININOS
senior
F 35
F 40

MASCULINOS
senior
M 35
M 40
M 45
M 50
M 55
M 60
M 65

CLUBE OU INDIVIDUAL

ENDEREÇO COMPLETO

CONTACTO TELEFÓNICO

E-MAIL

NOTA: NÃO SÃO PERMITIDAS INSCRIÇÕES A PARTIR DO DIA INDICADO

CAMINHADA RURAL

NOMES (PRIMEIRO E ÚLTIMO) LETRA MAIÚSCULA

NOMES (PRIMEIRO E ÚLTIMO) LETRA MAIÚSCULA

NOTA: CAMINHADA RURAL, SÃO ACEITES AS INSCRIÇÕES ATÉ ÀS 11H DO DIA 24.11.2013 NO VALOR DE 5€ (CINCO EUROS)

PAGAMENTO Nº ATLETAS



CHEQUE Nº

BANCO

VALE CORREIO Nº

NUMERÁRIO