



## **ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE LERIA**

Estádio Municipal de Leiria – Apartado 552

Ec Marrazes - 2416- 904 Leiria

Telef. 244 827 580 Fax 244 812 972

E-mail: [assleiria@adal.pt](mailto:assleiria@adal.pt)

[www.adal.pt](http://www.adal.pt)

# **ÉPOCA 2025 / 2026 PARECER Nº 04 SOBRE PROVA DE ATLETISMO**

Nome da Prova: 30ª Dupla-Légua de Vermoil 2025

Organização: Atlético Clube de Vermoil

Local da Realização: Vermoil

Data da Realização: 2 de novembro de 2025

### **PARECER:**

Face ao regulamento apresentado e que se anexa, depois de devidamente analisado, a Associação Distrital de Atletismo de Leiria concede o **parecer favorável** à realização da prova acima referida, pelo que o Organizador se obriga a realizá-la de acordo com o estabelecido no Regulamento.

### **NOTA:**

Compromete-se igualmente a garantir a presença da assistência médica necessária, das forças de segurança e da contratação dos Seguros de Responsabilidade Civil e Desportivos obrigatórios por lei.

Data: 6 de agosto de 2025



A Direção da ADAL  
(Miguel Saraiya)

# REGULAMENTO GERAL



1º - O **ATLÉTICO CLUBE DE VERMOIL** leva a efeito no dia **02 de novembro de 2025**, pelas **09:30** horas, uma prova de estrada denominada "**30ª DUPLA-LÉGUA DE VERMOIL**".

2º - Poderão participar atletas maiores de 05 anos, desde que se encontrem de boa saúde e com preparação física apta a esforços, aconselhando-se os participantes a efetuarem um controlo médico algumas semanas antes da prova.

3º - Os **ESCALÕES**, assim como as respectivas distâncias e horários são:

Escalões	Nascimento	Distâncias	Horário	
Benjamins A (M/F)	2018-2017-2016	500m	09:30	
Benjamins B (M/F)	2015 e 2014	500m	09:40	
Infantis (M/F)	2013 e 2012	1000m	09:50	
Iniciados (M/F)	2011 e 2010	2000m	10:00	
Juvenis (M/F)	2009 e 2008	2500m	10:15	
Juniores (M/F)	2007 e 2006	10km	10:30	DUPLA-LÉGUA
Sub 23 (M/F)	2005 a 2003			
Seniores (M/F)	2002 e antes			
Veteranos I (M/F)	35 a 39 anos			
Veteranos II (M/F)	40 a 44 anos			
Veteranos III (M/F)	45 a 49 anos			
Veteranos IV (M/F)	50 a 54 anos			
Veteranos V (M/F)	55 a 59 anos			
Veteranos VI (M/F)	60 a 64 anos			
Veteranos VII (M/F)	+ de 65 anos			
Prova Extra	2019 e depois	100m	10:29	
Caminhada	Todos	5km	10:40	

\*Nos escalões de Veteranos conta a idade no dia da prova.



4º - As Provas iniciam-se a partir das 09:30 conforme indicado no quadro do ponto 3º do presente regulamento, e não haverá a clássica chamada. Far-se-á uma concentração geral atrás do risco de partida 15 minutos antes

5º - **ITINERÁRIO (10 Km)**: A partida será dada em frente à igreja matriz – Rua da Igreja, dá uma volta à localidade, voltando à Rua da Igreja, segue pela Rua João de Barros (km 1) até ao sítio designado por "Caça-ratos", vira à esquerda pela Rua Marcelo Caetano (Lagoa), Rua Peixoto (km 2) (Sobral), Rua Prof José Antunes (km 3) Mata de Casal Galego, Rua Mota Pinto (Km 4) Meirinhas de Baixo, vira à direita pela Rua Barreira Alta (Km 5 - abastecimento) e Estrada dos Peregrinos até aos Olheiros (km 6), na Rua do Palão até ao entroncamento na Venda Nova, virando à direita em direção a Vermoil até ao início da subida da Pateira (Km 7), vira à esquerda pela Estrada de Trás-o-Monte até ao entroncamento com a Rua Luís de Camões (Chieira), virando duplamente à direita (tanque da água) até ao cimo, onde faz um pequeno retorno na Rua da Fontainha (Km 8), segue pela Rua Central até ao entroncamento com a Rua Principal (Chã), onde segue à esquerda, voltando, depois à direita pela Rua 1º de Maio até ao seu limite (Km 9), regressando, à esquerda pela Rua Marcelo Caetano até ao "Caça-ratos", depois à direita, pela Rua João de Barros, até à meta instalada no entroncamento com a Rua da Igreja, junto à igreja matriz.

Segundo os regulamentos internacionais, trata-se de um percurso em linha, com Partida e Chegada no mesmo local e a sua distância foi medida e certificada pela FIAA (World Athletics)

6º - A Organização, com a colaboração das autoridades, tentará impedir o tráfego na altura das provas. É rigorosamente proibido o acompanhamento dos atletas por viaturas e a não observância desta determinação implica a imediata desclassificação do(s) atleta(s) participante(s).

#### 7º - SEGURO:

Todos os atletas têm que estar segurados com o Seguro Obrigatório.

Para todos os atletas que, no ato de inscrição, expressem a ausência de seguro, a Organização garantirá o mesmo.

#### 8º - ABASTECIMENTOS:

Haverá um posto de abastecimento (água) a meio do percurso (5 km).

#### 9º - PRÉMIOS:

Troféus aos primeiros 3 de cada escalão. (Todas as Provas)

Taças às 5 primeiras equipas (Prova Principal) e primeiras 5 da formação (Até juvenis)

Todos os atletas chegados, na prova principal, receberão uma camisola de manga e lembranças.

9.1º - PRÉMIOS MONETÁRIOS: Geral M/F – 10km: 1º - 100 €; 2º - 60€ e 3º - 40 €

10º - Para a classificação coletiva contarão os primeiros 4 atletas chegados de cada equipa, (independentemente do escalão), sendo atribuídos pontos de acordo com os lugares obtidos, sendo 1 ponto para o 1º, 2 pontos para o 2º e assim sucessivamente, ganhando a equipa que somar menos pontos (Prova dos 10 km).

11º - À Organização reserva-se o direito de realizar outro tipo de classificações, extra regulamento.

#### 12º - INSCRIÇÕES:

As inscrições terão que ser efetuadas até às 24h00 do dia **27** de outubro de **2024** em:

[www.recordepessoal.pt](http://www.recordepessoal.pt)

**Informações** e esclarecimentos em: [acvermoil@gmail.com](mailto:acvermoil@gmail.com) ou tm: 917 437 611.

Não serão consideradas inscrições fora de prazo.

Taxas: **€: 12,00** (- 1 euro para atletas **federados**), para todos os escalões (Prova 10km).

Escalões de formação, Prova Extra e caminhada: **Grátis**

13º - A direção técnica da prova estará a cargo de Eugénio Mendes.

14º - Os casos omissos serão resolvidos pela organização em conformidade com o regulamento da F.I.A.A. e do CORRE, e deles não haverá recurso.

No final servir-se-á o tradicional lanche convívio.

Vermoil, agosto de 2025

