



# XXIII escalada MENDRO

11 JUNHO 2009

# VIDIGUEIRA



MUNICÍPIO  
VIDIGUEIRA



*A Vila dos Gamus*



## INFORMAÇÕES INSCRIÇÕES

<http://mendro.terrasdaventura.net>  
CÂMARA MUNICIPAL DE VIDIGUEIRA  
Serviço de Animação e Desporto  
Praça da República 7960 Vidigueira

[www.cm-vidigueira.pt](http://www.cm-vidigueira.pt)  
[desporto.animacao@cm-vidigueira.pt](mailto:desporto.animacao@cm-vidigueira.pt)

[T] 284 437 400 [T/F] 284 436 010

# MARCHA

09H30 | Percurso Pedestre

## CORRIDAS JOVENS

(Circuito Urbano de 500 m)

09h45 | Benjamins (500 m) e Infantis (1000 m)

10h15 | Iniciados (2000 m) e Juvenis (3000 m)

## ESCALADA DO MENDRO

10h00 | Percurso de Montanha de 10 KM

## INFORMAÇÕES | INSCRIÇÕES

<http://mendro.terrasdaventura.net>

CÂMARA MUNICIPAL DE VIDIGUEIRA

Serviço de Animação e Desporto

Praça da República 7960 Vidigueira

[www.cm-vidigueira.pt](http://www.cm-vidigueira.pt)

desporto.animacao@cm-vidigueira.pt

[T] 284 437 400 [T/F] 284 436 010

### INSCRIÇÕES

Atletas da Competição 2,50€

Caminheiros 2,50€

Corridas Jovens Grátis

NIB 0035 0855 0000 6450 43024

Inscrições sem pagamento incluso serão consideradas de última hora e cobradas a 7,50€.

A RECEITA DAS INSCRIÇÕES VAI SER DOADA A UMA INSTITUIÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL

Obs: Os participantes podem acampar [mata das piscinas]  
ou acantonar [pavilhão dos desportos]

# ESCALÕES

## COMPETIÇÃO 10 KMS

Masculinos: Júniores (nascidos em 1990/91)

Seniores (nascidos em 1989 e antes, até 34 anos);

Veteranos 1 (35 a 39 anos)

Veteranos 2 (40 a 44 anos)

Veteranos 3 (45 a 49 anos)

Veteranos 4 (50 a 54 anos)

Veteranos 5 (55 a 59 anos)

Veteranos 6 (mais de 60 anos)

Femininos: Júniores (nascidas em 1990/91)

Seniores (nascidas em 1989 e antes, até 34 anos);

Veteranas 1 (35 a 44 anos)

Veteranas 2 (mais de 45 anos)

## CORRIDAS JOVENS

Benjamins Masc e Fem (nascidos em 1998/99)

Infantis Masc e Fem (nascidos em 1996/97)

Iniciados Masc e Fem (nascidos em 1994/95)

Juvenis Masc e Fem (nascidos em 1992/93)

# PRÉMIOS

Troféus para os três melhor classificados de todos os escalões;

Taças às três equipas melhor classificadas nos 10 Km e, também, nas Corridas Jovens.

Prémios monetários (euros) para a Geral e por escalão, [ver grelha]:

Cheque, de € 25, para as 30 equipas melhor classificadas da  
XXIII ESCALADA DO MENDRO (5 atletas)

Para as 10 equipas melhor classificadas nas Corridas Jovens, (8 atletas);

Cheque extra, no valor de € 50, para as melhores 5 equipas que  
participem na prova com mais de 25 atletas

Senha para o Almoço convívio, para todos os participantes.

T-shirt para todos os participantes.

	GERAL MASCULINOS	GERAL FEMININOS	ESCALÕES	EQUIPAS
1º	500	300	50	250
2º	250	150	40	200
3º	200	100	30	150
4º	150	75	20	125
5º	100	60	15	100
6º	75	50	10	
7º	50	40	10	
8º	40	30	10	
9º	35	20	10	
10º	30	10	10	
11º   15º	20			
16º   20º	15			
20º   30º	10			