



GUARDA'2015

CORTA-MATO //

Programa //



1. ORGANIZAÇÃO



GOVERNO DE PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO E CIÊNCIA



direção-geral educação



Desporto Escolar

DGEstE

Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares
Direção de Serviços da Região Centro








FEDERAÇÃO PORTUGUESA ATLETISMO
Desporto para a vida!



fodu
portugal university sports

2. COLABORAÇÃO E APOIO

 GUARDA A GUARDA PODE!	Câmara Municipal da Guarda
	Associação Distrital de Atletismo da Guarda
 Agrupamento de Escolas da Sé	Escola Secundária da Sé
	Escola Básica S. Miguel
	Escola Básica Carolina Beatriz Ângelo
 Agrupamento de Escolas Afonso de Albuquerque	Escola Secundária de Afonso de Albuquerque
	Instituto Nacional de Emergência Médica
	Unidade Local de Saúde da Guarda
 CRUZ VERMELHA PORTUGUESA Delegação de Guarda	Cruz Vermelha Portuguesa
	Autoridade Nacional de Protecção Civil
	Associação de Bombeiros Voluntários da Guarda
	Serviço de Estrangeiros e Fronteiras
	Instituto Politécnico da Guarda
	Polícia de Segurança Pública
	Guarda Nacional Republicana

	Vitalis
	Peugeot
	Associação Empresarial da Região da Guarda
	Resiestrela
	Jornal Terras daBeira

3. GUARDA – Cidade

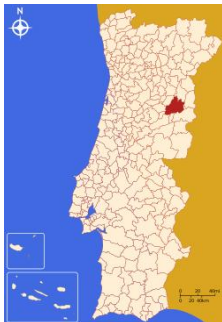


Guarda é uma cidade da região centro de Portugal pertencente à sub-região estatística da Beira Interior Norte. Está situada no último contraforte Nordeste da Serra da Estrela, a 1056 metros de altitude sendo considerada a cidade mais alta de Portugal. A sua situação altaneira justifica a designação de “escudo da Estrela”.

Herdeira de um património cultural rico e único, a Guarda encerra nas suas muralhas mais de 800 anos de História. No ponto mais alto da cidade ergue-se a Torre de Menagem, símbolo máximo de toda a estrutura defensiva, e sinal da altivez destas gentes que, ao longo dos séculos, defenderam a fronteira.

A transferência da sede episcopal da Egitânea (Idanha-a-Nova) para a Guarda revelou-se um momento marcante na História da cidade. Impunha-se a construção de raiz duma Catedral digna da sua importância. O Templo é gótico com traços estéticos que se prendem com os tempos e artistas que participaram na construção. A planta é a das catedrais góticas, onde se destaca o retábulo da capela-mor, em pedra de ançã, atribuída a João Ruão.

No exterior, a Catedral exhibe magníficos trabalhos em granito, onde os pináculos, e as gárgulas se impõem.



É conhecida como «**A cidade dos 5 F's**»

A explicação mais conhecida e consensual do significado do epíteto de «cidade dos 5 F's» diz que estes significam Forte, Farta, Fria, Fiel e Formosa

Forte: a torre do castelo, as muralhas e a posição geográfica demonstram a sua força;

Farta: devido à riqueza do vale do Mondego;

Fria: devido à proximidade da Serra da Estrela;

Fiel: porque Álvaro Gil Cabral – que foi Alcaide-Mor do Castelo da Guarda e trisavô de Pedro Álvares Cabral – recusou entregar as chaves da cidade ao Rei de Castela durante a crise de 1383-85. Teve ainda Fôlego para combater na batalha de Aljubarrota e tomar assento nas Cortes de 1385 onde elegeu o Mestre de Avis (D. João I) como Rei;

Formosa: pela sua natural beleza.

A qualidade do ar da Guarda é reconhecida pelo menos desde o século XIX. No início do século XX, a Rainha D. Amélia mandou construir na Guarda, por sugestão do médico da corte Dr. Sousa Martins, um sanatório dedicado à cura da tuberculose. O ar, historicamente reconhecido pela salubridade e pureza, foi distinguido pela Federação Europeia de Bio climatismo em 2002, que atribuiu à Guarda o título de primeira "Cidade Bioclimática Ibérica". Além de ser uma cidade histórica e a mais alta de Portugal, a Guarda foi também pioneira na rádio local, sendo mesmo a Rádio Altitude considerada a primeira rádio local de Portugal. As suas origens prendem-se com a existência de um sanatório dedicado à cura da tuberculose.

Toda a região é marcada pelo granito, pelo clima contrastado de montanha e pelo seu ar puro e frio que permite a cura e manufatura de fumeiro e queijaria de altíssima qualidade. É também a partir desta região que vertem as linhas de água subsidiárias das maiores bacias hidrográficas que abastecem as três maiores cidades de Portugal: para a bacia do Tejo que abastece Lisboa, para a Bacia do Mondego que abastece Coimbra e para a bacia do Douro que abastece o Porto. Existe mesmo na localidade de Vale de Estrela (a 6 km da cidade da Guarda) um padrão que marca o ponto triplo onde as três bacias hidrográficas se encontram.

A região da Guarda está englobada na zona atlântica do país, caracterizada por um relevo acidentado, uma vegetação vigorosa e abundante, assim como uma variada cultura do solo. O manto vegetal é particularmente influenciado pela altitude, dando origem a uma vegetação peculiar que serve de refúgio a uma notável variedade de espécies animais.

As origens da cidade da Guarda perdem-se no tempo. No entanto todos os povoados que aqui se edificaram tinham o mesmo objetivo: a defesa e vigilância. Foi só a partir da construção da linha férrea que a cidade deixou de estar confinada ao interior das muralhas da cidadela medieval para se expandir grandemente.

Atualmente a cidade parece seguir um eixo de expansão em direção a NE.

Apesar desta expansão feita à custa das aldeias em redor, foram-se mantendo alguns interstícios verdes no interior da malha urbana, que por condicionantes à construção - nomeadamente ligadas ao domínio hídrico - não eram Urbanizáveis, criando assim um interessante mosaico entre a paisagem rural e urbana. Esses mesmos espaços viriam a ser aproveitados aquando da iniciativa POLIS para o delineamento de um grande Parque Urbano (21 ha) junto do Rio Diz, equipamento esse que possui uma pista pedonal medicalizada de 2,2 km que tem uma afluência muito assinalável por parte da população nos meses em que o clima o permite. É também no interior deste parque que se situa um parque infantil de dimensões muito interessantes e um semicoberto destinado a concertos e outros tipos de animação sociocultural e desportiva.



Fonte: Wikipédia (Fevereiro 2015)

4. APRESENTAÇÃO

O Corta-Mato Nacional é uma das mais emblemáticas provas do calendário desportivo anual do Programa do Desporto Escolar. Esta competição é organizada pela Direção-Geral da Educação - Divisão do Desporto Escolar e localmente pela Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares - Direção de Serviços da Região do Centro.

No presente ano letivo, o Corta-Mato Nacional contará com a presença de aproximadamente 1200 alunos e professores, os quais representarão todas as Coordenações Locais do Desporto Escolar e das Direções de Serviços Regionais. Esta prova, surge na sequência da realização de duas fases anteriores: a Fase Escola e a Fase CLDE, que envolvem aproximadamente 300.000 alunos em todo o país.

O programa desta prova, para além dos Corta-Matos do Desporto Escolar, incluirá também os Corta-Matos Nacionais Curtos da Federação Portuguesa de Atletismo e o Corta-Mato Nacional Universitário da Federação Académica do Desporto Universitário.

A organização desta prova não seria possível sem o apoio da Câmara Municipal da Guarda, da Federação Portuguesa de Atletismo, da Associação Distrital de Atletismo da Guarda, do Agrupamento de Escolas da Sé (Escola Secundária da Sé; Escola Básica S. Miguel e Escola Básica Carolina Beatriz Ângelo) e da Escola Secundária de Afonso de Albuquerque.

5. PROGRAMA GERAL

6 de março sexta-feira	
11:00	Chegada dos Chefes de Delegação
11:30 - 12:30	Reunião da Organização e dos Chefes de Delegação
14:00 - 17:00	Receção/Acreditação das Comitivas Reconhecimento do percurso da prova para as comitivas que chegam até às 15H30
18:00	Deslocação para alojamento
17:30 - 18:30	Reunião técnica com os Chefes de Comitiva
19:00 - 20:00	Jantar nos locais de Alojamento
20:30	Deslocação para local da cerimónia - Pavilhão Municipal
21:15 - 22:15	Cerimónia de Abertura
22:30	Regresso aos locais de Alojamento

7 de março sábado	
8:00	Alvorada
08:15 – 09:15	Pequeno-almoço nos locais de Alojamento
9:15	Deslocação para o local da prova – Parque Urbano
9:30	Concentração / reconhecimento do percurso
10:00	Prova de Infantis B Femininos – 1.500m (2002/2003)
10:15	Prova de Infantis B Masculinos – 1.500m (2002/2003)
10:30	Prova de Iniciados Femininos – 2.000m (2000/2001)
10:50	Prova de Iniciados Masculinos – 2.500m (2000/2001)
11:25	Camp. de Portugal Absolutos Curto e Prova Nac. Universitária – Sen. Fem.
11:50	Prova de Juvenis Femininos – 2.500m (1998/1999)
12:10	Prova de Juvenis Masculinos – 3.500m (1998/1999)
12:40	Camp. de Portugal Absolutos Curto e Prova Nac. Universitária – Sen. Masc.
12:55	Camp. Nacional de Veteranos – Sen. Fem. e Masc. – 4000m
13:00	Deslocação (participantes do DE) para Pavilhão Municipal - balneários
13:45	Almoço

6. PARTICIPANTES

6.1. Alunos pertencentes aos agrupamentos de escolas ou escolas não agrupadas, oficiais ou particulares, apurados pelas provas de Corta-Mato na Fase CLDE;

6.2. Escalões: Infantis B, Iniciados e Juvenis de ambos os géneros;

6.3. Cada aluno tem de participar obrigatoriamente na prova correspondente ao seu escalão etário/género, conforme estipula o Regulamento Específico do Atletismo (ponto 1.2.2, pág. 4.);

6.4. Critérios de apuramento para o Corta-Mato Nacional 2015:

6.4.1. Equipa de Escola – Equipa do agrupamento de escola ou escola não agrupada que venceu a prova de Corta-Mato na respetiva CLDE, nos escalões de iniciados e juvenis de ambos os géneros.

O apuramento da Escola implica estar inscrita na plataforma (base de dados) do Desporto Escolar. Cada Equipa escalão/género será constituída por 4 alunos no mínimo e 6 alunos no máximo;

6.4.2. Individuais – Alunos classificados nos 3 primeiros lugares da classificação geral em cada Corta-Mato CLDE, do escalão de Infantis B, iniciados e juvenis em cada género. Destes alunos, só serão apurados os que não pertençam à Equipa vencedora desse Corta-Mato (no caso dos Infantis B, não existe apuramento de equipas). As Escolas dos alunos apurados terão de estar inscritas na plataforma (base de dados) do Desporto Escolar.

7. INSCRIÇÕES

As CLDE e Escolas procederão às inscrições dos participantes num formulário *on-line*, disponibilizado em <http://www.desportave.pt/sistemadr/>, impreterivelmente até dia **20 de fevereiro**, sexta-feira. ¹

8. RECEÇÃO, ACREDITAÇÃO E REUNIÃO TÉCNICA

8.1. A receção e acreditação das Comitivas, bem como as reuniões técnicas serão realizadas no Pavilhão Desportivo Municipal S. Miguel;

8.2. De acordo com o Artigo 3.º do Regulamento Geral de Provas do Desporto Escolar, a identificação será feita mediante a apresentação do Bilhete de Identidade, Cartão de Cidadão ou Passaporte (ou fotocópia legível, devidamente autenticada e assinada pela escola).

9. TRANSPORTES

9.1. A organização dos transportes até à Guarda e regresso é da responsabilidade das Coordenações Locais de Desporto Escolar, em articulação com a Direção de Serviços da respetiva Região (DGEstE);

9.2. Os autocarros, durante o evento, ficarão à disposição da organização para a realização de outros percursos até às 15:00 horas do dia 7 de março. **As empresas de transporte deverão ser alertadas para esta possibilidade, tendo em conta a limitação de horas de condução impostas pela legislação em vigor;**

9.3. A organização não fornece alojamento aos motoristas, porém a alimentação fica a cargo da organização.

¹ Salvaguardam-se as inscrições das CLDE do Porto, Leiria e Aveiro, que poderão ser efetuadas no formulário atrás referido, impreterivelmente até 27 de fevereiro, sexta-feira.

10. LOCAIS DE ALOJAMENTO

O alojamento será em salas de aula, pelo que todos os alunos e professores deverão ser portadores de saco-cama, almofada (facultativo) e artigos de higiene pessoal.

11. ALIMENTAÇÃO

11.1. O reforço alimentar à chegada, o almoço do dia 7 (sábado) e reforço alimentar de regresso serão distribuídos no Pavilhão Desportivo Municipal S. Miguel;

11.2. O jantar, pequeno-almoço e os restantes reforços alimentares serão servidos nos respetivos locais de alojamento:

Sexta-feira – Jantar e reforço da noite;

Sábado – Pequeno-almoço e reforço da manhã.

12. REGULAMENTO TÉCNICO

Serão aplicadas complementarmente ao presente documento, as disposições legais previstas no Regulamento Geral de Provas e Regulamento Específico de Atletismo do Desporto Escolar em vigor.

13. EQUIPAMENTO

13.1. Os alunos participantes devem ser portadores de equipamento desportivo adequado às características e condições da prova, de acordo com o Regulamento Geral de Provas;

13.2. Fica vedada, a todos os participantes, a utilização de equipamento de qualquer clube nacional ou estrangeiro, ou com publicidade que contrarie a legislação em vigor.

13.3. Aconselha-se o reforço de vestuário, dadas as condições climatéricas características da cidade da Guarda.

14. CLASSIFICAÇÕES

14.1. O registo de chegadas será efetuado através do sistema eletrónico "DAG System", pela empresa "DESPORTAVE";

14.2. As classificações serão elaboradas da seguinte forma:

14.2.1. Uma Classificação Geral Individual, por género, definida pela ordem de entrada na meta;

14.2.2. Uma Classificação Coletiva de Equipas Escolares, por género, definida através da pontuação obtida no somatório da ordem de chegada dos quatro primeiros alunos do respetivo género. Em caso de igualdade pontual, o desempate será efetuado pelo melhor 4.º classificado.

14.3. As classificações serão afixadas após cada uma das provas (classificações oficiosas) e tornadas válidas, pelo juiz de prova, ½ hora após a sua afixação (classificações oficiais);

14.4. Para reclamar das classificações afixadas, o professor responsável pela equipa terá de entregar no Secretariado local, até ½ hora após a afixação dos resultados, a respetiva "Ficha Reclamação Classificação" (em anexo).

15. DORSAIS

15.1. Na Receção/Acreditação, cada Comitativa receberá um envelope com os correspondentes dorsais e informações de última hora. Este envelope será entregue ao Chefe de Comitativa de CLDE;

15.2. Os dorsais devem ser distribuídos nominalmente aos alunos, pelos respetivos professores, em conformidade com a listagem anexa aos mesmos;

15.3. As Escolas deverão providenciar no sentido de disponibilizar alfinetes para os seus alunos;

15.4. O dorsal não deve ser dobrado ou amarrotado;

15.5. O dorsal é colocado, no peito, com 4 (quatro) alfinetes pequenos;

15.6. A troca indevida de dorsais entre alunos participantes no final de cada prova ou em caso de desistência, implica a desclassificação dos respetivos atletas;

15.7. Os dorsais deverão ser devolvidos, no mesmo envelope de CLDE, após a realização de todas as provas do Desporto Escolar, no Secretariado (local da prova).

16. PRÉMIOS

16.1. Serão atribuídos os seguintes prémios:

Individuais: medalhas para os 3 (três) primeiros alunos da classificação geral, por género;

Coletivos: medalhas e 1 (um) troféu, às primeiras 3 (três) Equipas de Escola, por género;

16.2. Todos os alunos e professores receberão um certificado de participação.

17. PERCURSOS DE PROVA

Os percursos de cada escalão/género serão entregues no momento da Receção/Acreditação, no dia 6 de março, sexta-feira, no Pavilhão Desportivo Municipal S. Miguel.

18. BALNEÁRIOS

No local da prova existem sanitários portáteis. Face à utilização dos mesmos por um número elevado de participantes, apela-se a que cada utente preserve a sua limpeza.

19. RECOMENDAÇÕES

19.1. Os professores responsáveis pelas diversas equipas deverão orientar os seus alunos no sentido de:

19.1.1. Antes da saída dos locais de origem, deverão confirmar se todos(as) os(as) alunos(as) são portadores dos respetivos documentos de identificação, do equipamento e utensílios de uso pessoal necessários;

19.1.2. Antes da prova, todos os alunos (e professores) deverão:

- Deslocar-se para o Parque Urbano do Rio Diz já devidamente equipados (interditada a utilização de equipamentos de clube nacional ou estrangeiro);

- Marcar um local de encontro/concentração no Parque Urbano do Rio Diz;

- Entregar todos os valores ao professor responsável pela comitiva;

- **Ser portador de todos os documentos de identificação dos alunos;**

- Procederem ao reconhecimento do percurso de forma organizada, respeitando os horários e instruções da organização;

- Preparar e orientar os alunos para a câmara de chamada e assegurar a prontidão dos mesmos para iniciar a respetiva prova nos horários previstos (equipamento adequado, dorsais devidamente colocados, ...);

19.1.3. Durante a prova, todos os professores deverão:

- Controlar/acompanhar os alunos, não permitindo que circulem no percurso de prova e encaminhando-os para a câmara de chamada (estando aí vedada a entrada a professores);

19.1.4. No final da prova, todos os professores deverão:

- Encaminhar os alunos que se tenham classificado nos 3 primeiros para a zona de entrega de prémios. **Será obrigatória a apresentação dos documentos de identificação dos alunos classificados individual e coletivamente nos três primeiros lugares;**

- Entregar no Secretariado da Prova a Ficha de Avaliação do Evento (incluída na pasta do Chefe de Comitiva), o envelope com todos os dorsais dos alunos participantes e receber os Certificados de Participação.

19.2. Os professores deverão incentivar/responsabilizar os seus alunos na colocação do lixo nos locais destinados para o efeito;

19.3. Quaisquer danos ou estragos que se venham a verificar, serão imputados à comitiva utilizadora do(s) espaço(s) em questão, a qual deverá assumir a responsabilidade e os encargos financeiros da respetiva reparação.

20. INFORMAÇÕES GERAIS

20.1. A partir da receção, cada Comitiva terá ao seu dispor um aluno-guia, que a acompanhará durante o dia 6 de março;

20.2 A assistência médica no local da prova será assegurada pelo INEM, Unidade Local de Saúde e pela Associação de Bombeiros Voluntários da Guarda.

21. DISPOSIÇÕES FINAIS

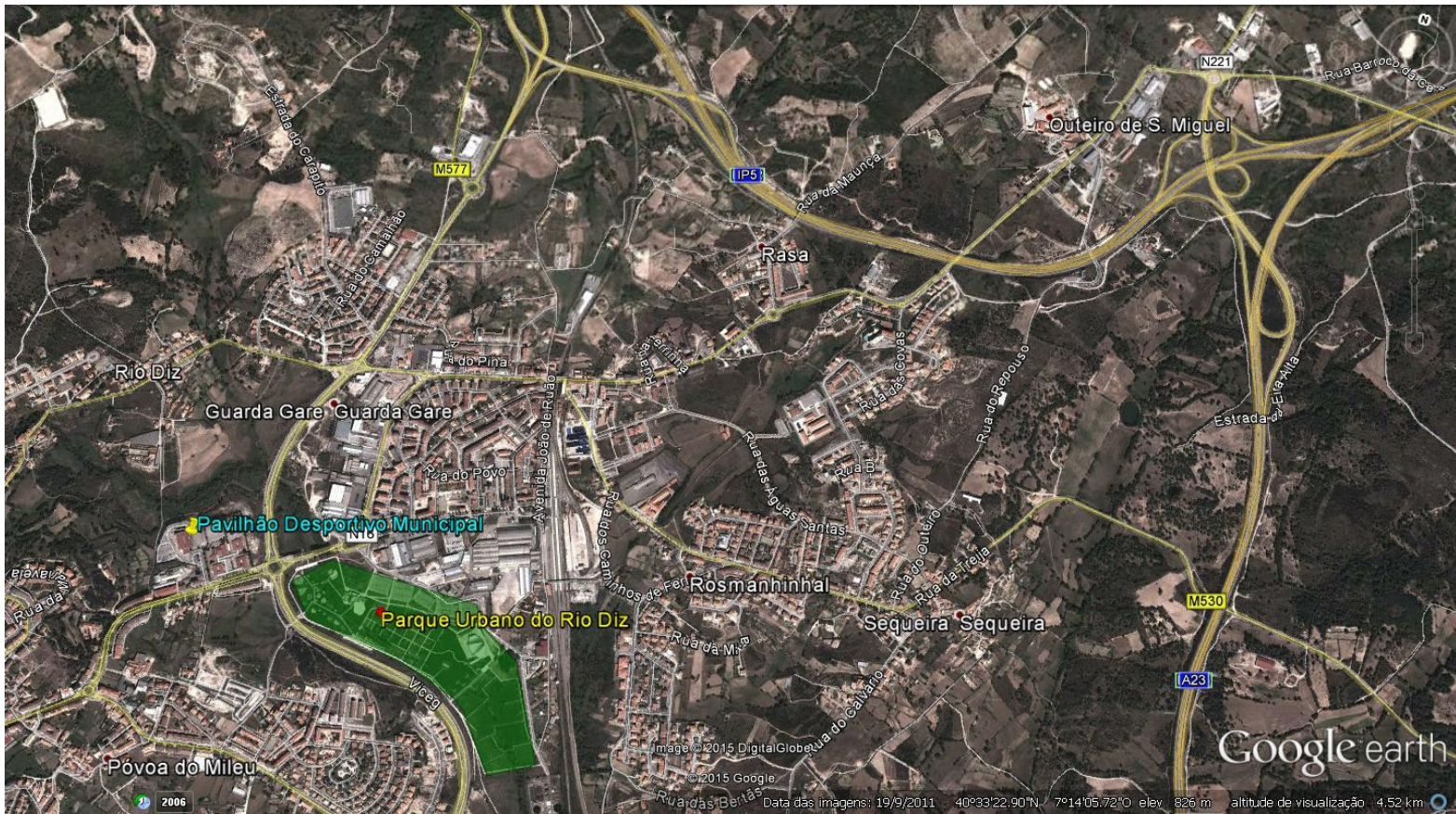
Os casos omissos, bem como as dúvidas resultantes da aplicação deste Regulamento, serão analisados e resolvidos pela Organização, e da sua decisão não cabe recurso.

22. CONTACTOS ÚTEIS

	TELEFONE
Direção de Serviços da Região do Centro	239 798 824
Coordenação Local do Desporto Escolar da Guarda	239 798 824
Escola Básica e secundária da Sé R. Almeida Garrett 6300-661 Guarda E-mail: escseguarda@mail.telepac.pt	271 227 004
Escola Básica de São Miguel Avenida Cidade de Salamanca 6300-538 Guarda E-mail: eb23.smiguel@escolas.min-edu.pt	271 238 260
Escola Carolina Beatriz Ângelo R. Martinho Júlio Costa -Urb. Quinta das Covas 6300-395 Guarda E-mail: eb23.guarda@escolas.min-edu.pt	271 214 812
Escola Secundária Afonso de Albuquerque Av. Dr. Afonso Costa 6300-551 Guarda E-mail: esb3.aalbuquerque@escolas.min-edu.pt	271 223 377
Farmácia Central Largo Doutor João Almeida 1 6300-695 Guarda Aberta de 2ª a 6ª das 8h55 às 19h05 e Sábado das 8h55 às 13h05 E-mail: farmaciacentralguarda@gmail.com	271 211 972
Farmácia Teixeira Largo General Humberto Delgado 5 6300-712 Guarda	271 211 110
Farmácia da Estação Avenida São Miguel 46 6300-864 Guarda	271 224 373
Polícia de Segurança Pública Comando Distrital da Guarda Largo Frei Pedro, 17 6301-852 Guarda	271 222 022
Guarda Nacional Republicana Comando Territorial de Guarda Largo General Humberto Delgado 6301-856 Guarda	271 210 630
Unidade Local de Saúde da Guarda Avenida Rª D. Amélia 6300-749 GUARDA E-mail: geral@ulsguarda.min-saude.pt	271 200 200
Hospital Sousa Martins Avenida Rª D. Amélia 6300-749 GUARDA E-mail: hsmguarda@hsmguarda.min-saude.pt	271 200 200
Organização	965 212 956 / 969 530 631

23. COMO CHEGAR À GUARDA

Local de Acreditação: *Pavilhão Desportivo Municipal*



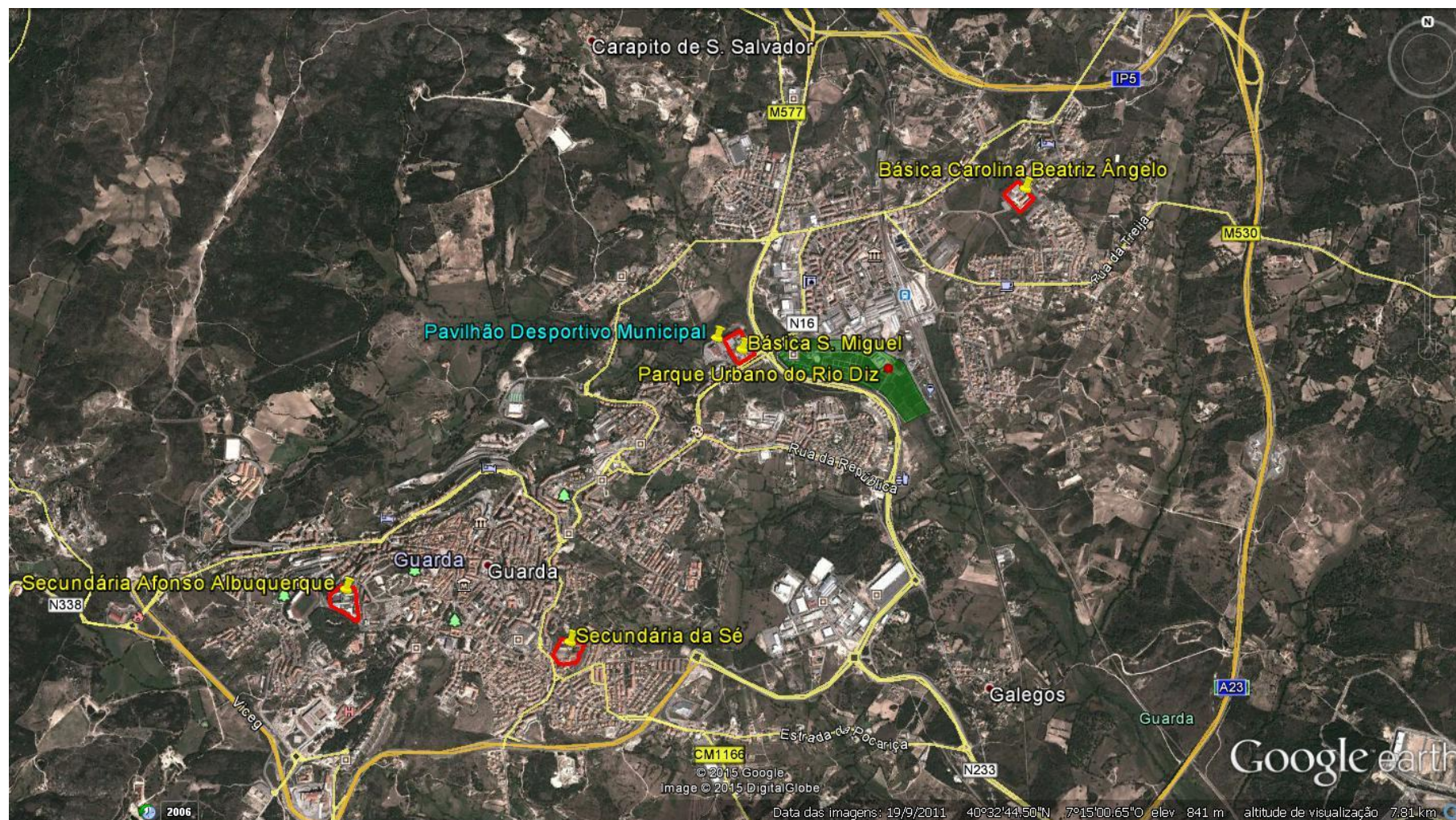
Saída pela A23



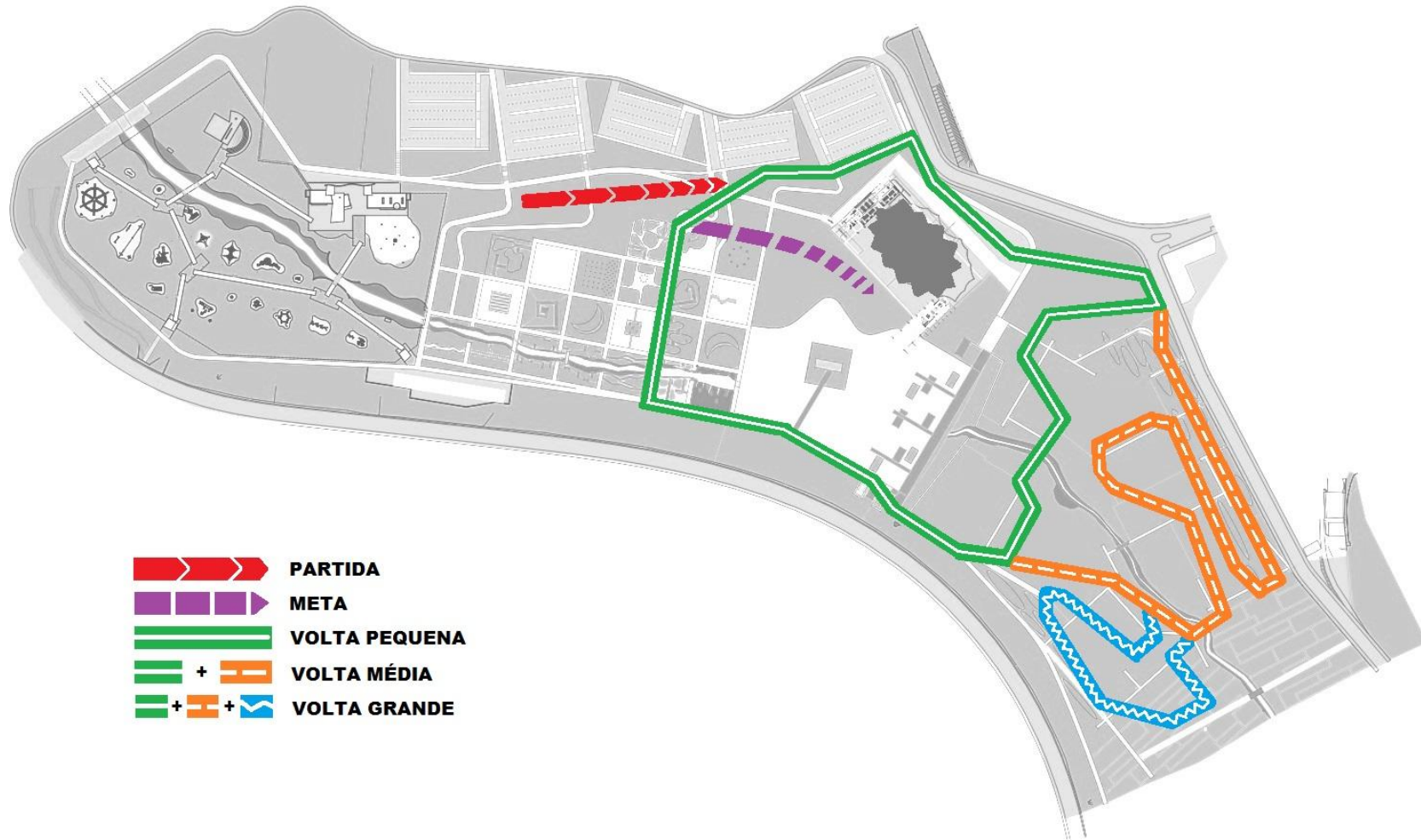
Saída pela A25



24. MAPA GERAL



24. TRAÇADO DO PERCURSO



Corta-Mato 2014/2015

FICHA DE ALTERAÇÃO DE ALUNOS

DSR:

CLDE:

NOME DA ESCOLA:

<u>ALUNO A ALTERAR</u>		NOVO ALUNO					
Dorsal n.º	BI/CC/Pass ap	Nome	Apelido	Data Nasc.	Escalão	Género	BI/CC/Pass ap

O Professor _____

O Secretariado _____

Corta-Mato 2014/2015

FICHA DE RECLAMAÇÃO DE CLASSIFICAÇÕES

DSR:

CLDE:

ALUNO:	Nome:			
	Escalão:		BI/CC/Pass ap:	
	Dorsal:			

Objeto de Reclamação: O objeto de reclamação destina-se exclusivamente a aspetos de carácter classificativo. A reclamação deverá ser escrita de forma clara e direta, apresentada no secretariado até 1/2 hora após a saída das classificações provisórias.

Nota: A reclamação só será considerada válida após um total preenchimento desta ficha e respetivas assinaturas.

O Professor _____

O Secretariado _____