

# X GRANDE CORRIDA DE ATLÉTISMO DA COMPORTA/ERMELINDO NUNES

**Domingo 02 Setembro 2018**

**A prova vai ter um percurso de cerca de 10KM e uma caminhada  
De 4 a 5 KM com partida marcada para as 10:30 Horas.**

**As inscrições encerram no dia 22 de Agosto ou quando atingir o limite.  
T-shirts para todos os participantes e prémios para os 3 primeiros  
de cada escalão.**



**Madrinha da prova  
Carmen Henriques**

inscrição inclui o prémio de presença e o  
Almoço ..... Prémio para os 3ºPrimeiros  
por escalão e 5ºPrimeiras Equipas  
(4ºprimeiros Atletas pontuar) -----  
Limite de 130 Inscrições ( entre Caminhada  
e Corrida)

**Almoço de Convívio para todos os participantes**



**Inscrições:**

**ERMELINDO NUNES telm: 963 088 110**  
**LUIS CONCEIÇÃO telm: 969 276 259**  
**Email: [corridadacomporta@gmail.com](mailto:corridadacomporta@gmail.com)**

Corrida :10,00 Marteladas  
Caminhada: 10,00 Marteladas

**NOTA: Enviar Comprovativo de Pagamento com a respetiva**

**Inscrição**

**NIB: 0010 0000 5643 0420 0014 0**

**Escalões**

Sen Fem/Masc (18 -39 anos)  
Vet 1 Masc (40-44 anos)  
Vet 2 Masc (45-49 anos)  
Vet 3 Masc (50-54 anos)  
Vet 4 Masc (55-59 anos)  
Vet 5 Masc (60-64 anos)  
Vet 6 Masc (mais 65 anos)  
Vet 1 Fem (35-44 anos)  
Vet 2 Fem (45-54 anos)  
Vet 3 Fem (mais de 55)