

Primeiros Classificados no  
30º Corta-Mato Escolar Concelhio, em 2013

Escalão	Atleta	Estabelecimento de Ensino
1º Escalão Masculino	Guilherme Filipe Cardoso de Freitas	EB1 Grândola 1ªA (Prof. Ana Noronha)
1º Escalão Feminino	Madalena Costa Rodrigues	EB1 Grândola 1ªB (Prof. Isabel Sobral)
2º Escalão Masculino	Martim dos Santos Silva	EB1 Grândola 2ªA (Prof. Carla Alexandre)
2º Escalão Feminino	Raquel Nunes Batista	EB1 Grândola 2ªC (Prof. Sónia Dias)
Benjamins A Masculino	Miguel Alexandre Faustino Neves Batista	EB1 Grândola 3ªA (Prof. Lúcia Ferreira)
Benjamins A Feminino	Ana Margarida Nunes Pala	EB1 Grândola 3ªA (Prof. Lúcia Ferreira)
Benjamins B Masculino	Bernardo Neves	EB1 4ºD (Prof. Mª José Real)
Benjamins B Feminino	Ana Carolina Horta Calheiros	EB1 Lousal (Prof. Ana Guerreiro)
Benjamins C Masculino	João Correia	EB1 4ºD (Prof. Mª José Real)
Benjamins C Feminino	Carolina Grosso Pereira	EB1 Grândola 3ªB (Prof. Rosália Pereira)
Infantis A Masculino	Vasco Chainho do Vale Ferreira Tavares	EB1 5ºD (Prof. Paula Oliveira)
Infantis A Feminino	Mariana Sofia Vaz Angélico	EB1 5ºD (Prof. Paula Oliveira)
Infantis B Masculino	Tiago Alexandre Santos Neto	EB1 6ºE (Prof. Paulo Lapa)
Infantis B Feminino	Cláudia Raquel da Costa Lopes	EB1 6ºB (Prof. Paula Oliveira)
Iniciados Masculino	Hugo Costa	EB1 9ºB (Prof. Vítor Pereira)
Iniciados Feminino	Laura Pinto	ESAIC 8ºC (Prof. Margarida Silva)
Juvenis Masculino	Rodrigo Nunes	EB1 8ºD (Prof. Bárbara Feio)
Juvenis Feminino	Micaela Felício	EB1 9ºB (Prof. Vítor Pereira)
Juniores Masculino	Hugo José Nobre Baluga	ESAIC 12ªA (Prof. João Bernardo)
Juniores Feminino	Daniela	EPDRG 2ºTT (Prof. Pedro Carneiro)
Prova 500 m Masculino	Geraldo Guedelha	CERCI (Prof. António Pereira)
Prova 500 m Feminino	Maria Manuela	CERCI (Prof. António Pereira)

UMA BOA MANHÃ DESPORTIVA PARA TODOS !!!



# CORTA-MATO ESCOLAR CONCELHIO DE GRÂNDOLA

10 DE NOVEMBRO  
2014

9h00

ESCOLA EBI D. JORGE DE LENCASTRE

*Lembranças para todos os participantes e  
Prémios para os 10 primeiros Atletas de cada escalão*

**Informa-te na tua Escola  
PARTICIPA!**

ORGANIZAÇÃO



ESCOLAS DO CONCELHO

APOIO

Juntas de Freguesia do Concelho  
Bombeiros Mistos de Grândola  
GNR Escola Segura  
Centro de Saúde de Grândola  
Padaria Mimoso  
Panificadora Sto André  
Supermercado Beja & Filhos - Coviran



## INFORMAÇÕES ÚTEIS

• Todos os alunos que pretendam participar poderão inscrever-se na sua Escola, junto dos Professores de Educação Física, ou dos Professores Titulares de Turma (1º Ciclo), até ao dia 13 de Novembro de 2014.

• Os alunos devem concentrar-se no local do Corta Mato, no dia 19 de Novembro de 2014, a partir das 08h30, estando previsto o início das provas às 9h00

• No final de cada prova, todos os alunos participantes recebem um reforço alimentar

• Levar para o Corta Mato Escolar chapéu, roupa leve, calçado confortável e um agasalho

### *Participa nesta “Festa Concorrida”*

No mês de Novembro, comemora-se o Dia Mundial da Diabetes, doença que reduz muito a qualidade de vida das pessoas e que causa anualmente um número elevado de vítimas mortais.

Para prevenir o aparecimento da Diabetes, devemos realizar exercício físico com regularidade e ter cuidado com a alimentação, ingerindo alimentos saudáveis e fazendo refeições equilibradas todos os dias.

No dia 19, traz vestido para o Corta Mato Escolar, uma ou mais peças de roupa azul, de forma a assinalares o Dia Mundial da Diabetes e participa nas atividades que o Centro de Saúde de Grândola te vai oferecer, junto à zona de chegada.



## ESCALÕES, DISTÂNCIAS E DORSAIS

Escalão		Ordem Prova	Cor dorsal	Ano de nascimento	Distância a percorrer
<b>Juvenis</b>	M	1ª Prova	Amarelo	1998 1999	3500 m 2500 m
	F	2ª Prova			
<b>Juniores</b>	M	1ª Prova	Azul	1997 e antes	3500 m 2500 m
	F	2ª Prova			
<b>1º Escalão</b>	M	3ª Prova	Verde	2008	250 m
	F	4ª Prova			
<b>2º Escalão</b>	M	5ª Prova	Vermelho	2007	
	F	6ª Prova			
<b>Benjamins A</b>	M	7ª Prova	Branco	2006	500 m
	F	8ª Prova			
<b>Benjamins B</b>	M	9ª Prova	Amarelo	2005	
	F	10ª Prova			
<b>Benjamins C</b> (apenas para alunos do 1º C.E.B.)	M F	11ª Prova	Azul Verde	2004	750 m
<b>Infantis A</b>	M F	12ª Prova 13ª Prova	Vermelho	2004	1000 m
<b>Infantis B</b>	M F	14ª Prova 15ª Prova	Branco	2002 2003	1500 m
<b>Iniciados</b>	M	16ª Prova	Verde	2000 2001	2500 m 2000 m
	F	17ª Prova			

O Corta Mato Escolar Concelhio está integrado no Plano Nacional de Ética no Desporto. Devemos fomentar a amizade e o respeito por todos os intervenientes na prática desportiva. Vamos todos promover a Ética Desportiva e o Jogo Limpo!

