

# REGULAMENTO

## LASER RUN ESCOLAR – CLUBE ESCOLA DO ESTREITO – ZONA OESTE

16/06/2026

### Enquadramento

O Pentatlo Madeira e o Clube Escola do Porto do Estreito, têm o prazer de endereçar o presente regulamento/convite à participação no Laser Run Clube Escola do Estreito, Campeonato Escolar Laser Run 2025/2026. Esta prova será disputada no formato de Laser Run acessível a todas as categorias e que terá lugar no próximo dia 16 de junho de 2026, no campo exterior da Escola de 2º e 3º Ciclos do Estreito De Câmara De Lobos.

### Horários e Locais

O evento realizar-se-á no dia 16 de junho 2026 com partida no campo exterior da Escola de 2º e 3º Ciclos do Estreito De Câmara De Lobos, no seguinte horário, aproximado:

- ✓ 18h00 – Reunião Técnica (Secretariado da Prova)
- ✓ Provas Individuais – 18h30 – 19h30 (vagas por categorias, dependendo do número de inscritos)

Categorias / Escalões:	
Sub-9 [Masc. & Fem.]	Juniores [Masc. & Fem.]
Sub-11 [Masc. & Fem.]	Seniores [Masc. & Fem.]
Sub-13 [Masc. & Fem.]	Master 40+ [Masc. & Fem.]
Sub-15 [Masc. & Fem.]	Master 50+ [Masc. & Fem.]
Sub-17 [Masc. & Fem.]	Master 60+ [Masc. & Fem.]
Sub-19 [Masc. & Fem.]	Master 70+ [Masc. & Fem.]

- ✓ 20h00 – Entrega de Prémios – Campo exterior da Escola do Estreito

### Informações Gerais

**Delegado Técnico:** Raúl Goulart

**Diretor de Competição:** Victor Rodrigues

**Local de prova:** Campo exterior da Escola de 2º e 3º Ciclos do Estreito De Câmara De Lobos – Município de Câmara de Lobos.

Pentatlo Madeira  
Edifício da Escola Básica do Caramanchão – Rua de Carlos Cristóvão, N.º1, 9200-073 Machico  
NIFC – 511284020  
Tlm. 962 516 971  
E-mail: pentatlomadeira@gmail.com / secretariadopentatlomadeira@gmail.com  
Website: <https://www.fppm.pt/madeira/index.php>

## Normas Regulamentares

Serão seguidas as normas regulamentares presentes nos Regulamentos Nacionais e Internacionais.

### Notas Adicionais:

- a) Os atletas só podem ir para a zona de tiro com autorização do diretor de prova.
- b) Só podem permanecer dentro da zona de prova, após autorização do Diretor de Prova, os atletas da serie correspondente. Nos escalões sub 9 e sub 11 é permitida a permanência de um treinador no período de aquecimento.
- c) As classificações não são fixadas.
- d) Ao participar na prova aprova o registo fotográfico e a partilha das fotografias nas nossas redes sociais.

## Inscrições

Todos os Clubes que pretenderem participar de forma ativa nas competições do Campeonato Escolar Laser Run 2025/2026 têm de estar devidamente filiados no Pentatlo Moderno.

As inscrições para a prova deverão dar entrada até às 24 horas de quarta-feira antes da prova, não sendo permitidas alterações após esta data.

Todas as inscrições deverão ser realizadas via eletrónica, através do envio do ficheiro Excel - <https://tinyurl.com/lrescolar> para o email [secretariadopentatlomadeira@gmail.com](mailto:secretariadopentatlomadeira@gmail.com).

## DESCARREGAR – PREENCHER – ENVIAR

Pentatlo Madeira  
Edifício da Escola Básica do Caramanchão – Rua de Carlos Cristóvão, N.º1, 9200-073 Machico  
NIFC – 511284020  
Tlm. 962 516 971  
E-mail: [pentatlomadeira@gmail.com](mailto:pentatlomadeira@gmail.com) / [secretariadopentatlomadeira@gmail.com](mailto:secretariadopentatlomadeira@gmail.com)  
Website: <https://www.fppm.pt/madeira/index.php>

## Categorias e Distâncias

Laser Run Individual – Escolar									
Sub 9 (2018 - 2019)	Tiro 5m (2 mãos)	Corrida 300m	Tiro 5m (2 mãos)	Corrida 300m					
Sub 11 (2016 - 2017)	Tiro 5m (2 mãos)	Corrida 300m	Tiro 5m (2 mãos)	Corrida 300m					
Sub 13 (2014 - 2015)	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m			
Sub 15 (2012 - 2013)	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m			
Sub 17 (2010 - 2011)	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m	
Sub 19 (2008 - 2009)	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m
Juniões (2005 - 2007)	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m
Seniores (1987 - 2004)	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m
Masters 40+ (1977 - 1986)	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m			
Masters 50+ (1967 - 1976)	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m			
Masters 60+ (1957 - 1966)	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m			
Masters 70+ (1947 - 1956)	Tiro 5m	Corrida 300m	Tiro 5m	Corrida 300m					

## Sequência Laser Run

- Partida em pack-start a um máximo de 25m do posto de tiro
- Segmento Tiro (5 LEDS verdes)
- Segmento de Corrida

Pentatlo Madeira  
 Edifício da Escola Básica do Caramanchão – Rua de Carlos Cristóvão, N.º1, 9200-073 Machico  
 NIFC – 511284020  
 Tlm. 962 516 971  
 E-mail: pentatlomadeira@gmail.com / secretariadopentatlomadeira@gmail.com  
 Website: <https://www.fppm.pt/madeira/index.php>

## Percursos

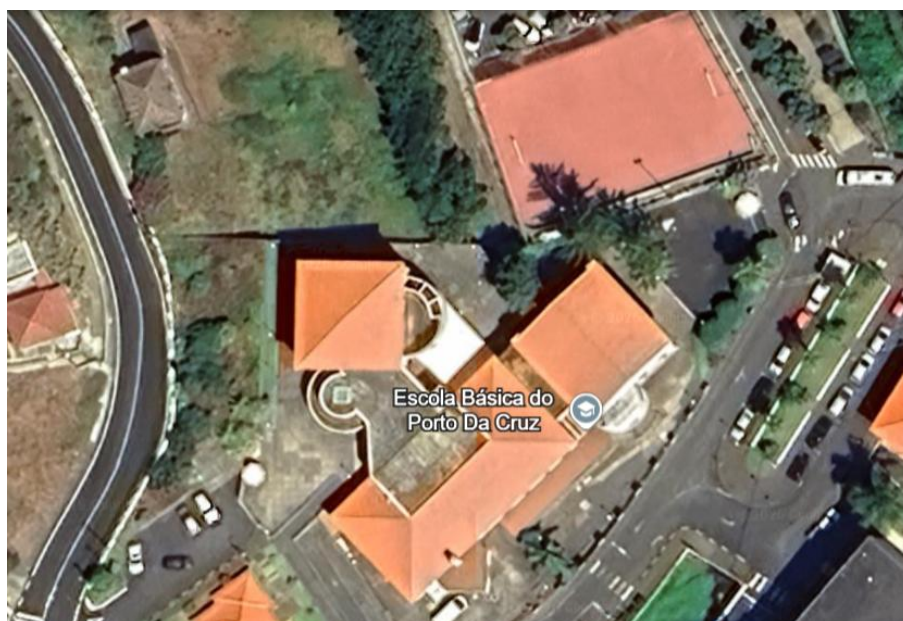
Percurso interativo – <https://tinyurl.com/laserrun>

## Competição Laser Run

A partida será no Campo exterior da Escola de 2º e 3º Ciclos do Estreito De Câmara De Lobos. A zona de tiro estará situada a 25 metros do local da partida.

## Partida, Zona de Tiro e Corrida

Todas as Categorias (300m):



## Classificações

O tempo de prova será cronometrado através de cronómetros. Classificação por categoria e género. Serão atribuídos prémios aos 3 primeiros classificados de cada Categoria e Género.

## Observações Regulamentares

A competição decorrerá de acordo com os Regulamentos em vigor.

## Informações complementares

Serão distribuídas águas na zona de meta a todos os atletas.

Pentatlo Madeira  
Edifício da Escola Básica do Caramanchão – Rua de Carlos Cristóvão, N.º1, 9200-073 Machico  
NIFC – 511284020  
Tlm. 962 516 971  
E-mail: pentatlomadeira@gmail.com / secretariadopentatlomadeira@gmail.com  
Website: <https://www.fppm.pt/madeira/index.php>