



## **REGULAMENTO**

### **12.ª MILHA URBANA DA SERRA DA ESTRELA**

1. A ACRSD em colaboração com o Município de Seia, União das Freguesias de Seia, São Romão e Lapa dos Dinheiros, Associação de Atletismo da Guarda e da Indústria e Comércio Local, vai realizar no dia 13 de Maio de 2017, pelas 16h00 a “12.ª MILHA URBANA DA SERRA DA ESTRELA”;
2. Poderão participar nesta prova Atletas Federados, Populares, Militares e Escolas, de ambos os sexos;
3. Os atletas deverão ser portadores de identificação pessoal, sendo motivo de desclassificação a sua não apresentação;
4. Para os diversos escalões (Femininos e Masculinos) serão consideradas as seguintes datas de nascimento:

#### **ESCALÕES / IDADES / ANOS DE NASCIMENTO**

Benjamins / 7; 8; 9; 10 e 11 anos / 2006; 2007; 2008; 2009 e 2010

Infantis / 12 e 13 anos / 2004 e 2005

Iniciados / 14 e 15 anos / 2002 e 2003

Sub18 (Juvenis) / 16 e 17 anos / 2000 e 2001

Sub20 (Juniões) / 18 e 19 anos / 1998 e 1999

Seniores / 20 anos em diante / 1997 e Anos anteriores

Veteranos A / entre 35 anos e 50 no dia da prova

Veteranos B / 51 anos e seguintes no dia da prova, excepto se se inscreverem na Prova de Elite, contando assim como sénior para a classificação final;

5. O Júri da prova será da responsabilidade do Conselho de Arbitragem da Associação de Atletismo da Guarda;
6. Não é permitido acompanhar os atletas em prova, usando qualquer veículo ou mesmo a pé, sob pena de desclassificação imediata do atleta;
7. A organização celebra um seguro de acidentes pessoais para o dia da prova, que cobre qualquer acidente de atletas não abrangidos pelo seguro desportivo (Decreto-Lei n.º 10/2009 de 12 de Janeiro de 2009);
8. Qualquer reclamação ou protesto terá de ser apresentado por escrito, obrigatoriamente em papel timbrado da instituição ou clube que apresenta a respectiva reclamação ou protesto ao Júri da prova até 30 minutos do término da mesma, acompanhada pela importância de 100€, valor que será devolvido no caso de a reclamação ou protesto ser considerada procedente;
9. As inscrições são gratuitas e em número ilimitado, devendo ser dirigidas até às 00h00 do dia 12 de Maio de 2017 para a Associação Cultural e Recreativa da Senhora do Desterro, Apart. 548, 6270-908 S. Romão SEI, link criado para o efeito [milhaserradaestrela2017.vai.la](http://milhaserradaestrela2017.vai.la) e e-mail

acrsd@iol.pt, devendo constar obrigatoriamente o nome do atleta, data de nascimento, clube e marca pessoal aos 1.500m (nos escalões de Juvenis, Juniores e Seniores);

**10.** Consoante o número de inscritos nas provas de elite, caberá à organização determinar o número de séries necessárias. Essas séries serão determinadas pelos melhores tempos dos atletas aos 1.500 metros;

**11.** A competição destina-se exclusivamente a atletas Portugueses;

**12.** Os casos omissos deste regulamento, serão apreciados pela organização e julgados pelo Júri, com base nos regulamentos da FPA e Comissão Nacional de Estrada e Corta Mato.

## PROGRAMA HORARIO

16h00 ----- Benjamins – Femininos e Masculinos (400m)  
16h15 ----- Infantis Femininos e Masculinos  
16h30----- Iniciados Femininos e Masculinos  
16h45 ----- Juvenis Femininos e Masculinos  
17h00 ----- Caminhada - Avos & Netos  
17h15 ----- Juniores e Veteranos Femininos  
17h30 ----- Juniores, Seniores B e Veteranos Masculinos  
17h45 ----- Elite Feminina  
18h00 ----- Elite Masculina PRÉMIOS

## Prémios

| SENIORES MASCULINOS                     |          | SENIORES FEMININOS                     |          | JUVENIS MAS e FEM         |          |
|-----------------------------------------|----------|----------------------------------------|----------|---------------------------|----------|
| 1                                       | 500,00 € | 1                                      | 400,00 € | 1                         | 30,00 €  |
| 2                                       | 400,00 € | 2                                      | 300,00 € | 2                         | 20,00 €  |
| 3                                       | 350,00 € | 3                                      | 200,00 € | 3                         | 10,00 €  |
| 4                                       | 300,00 € | 4                                      | 100,00 € | 4                         | 5,00 €   |
| 5                                       | 200,00 € | 5                                      | 80,00 €  | 5                         | 5,00 €   |
| 6                                       | 100,00 € | 6                                      | 70,00 €  | <b>JUNIORES MAS e FEM</b> |          |
| 7                                       | 80,00 €  | 7                                      | 60,00 €  |                           |          |
| 8                                       | 70,00 €  | 8                                      | 50,00 €  |                           |          |
| 9                                       | 60,00 €  | 9                                      | 40,00 €  |                           |          |
| 10                                      | 50,00 €  | 10                                     | 30,00 €  |                           |          |
| VETERANOS «A» MASCULINOS (35 a 50 Anos) |          | VETERANOS «A» FEMININOS (35 a 50 Anos) |          | 1                         | 50,00 €  |
| 1                                       | 60,00 €  | 1                                      | 50,00 €  | 2                         | 30,00 €  |
| 2                                       | 50,00 €  | 2                                      | 30,00 €  | 3                         | 20,00 €  |
| 3                                       | 40,00 €  | 3                                      | 20,00 €  | 4                         | 10,00 €  |
| 4                                       | 30,00 €  | 4                                      | 10,00 €  | 5                         | 5,00 €   |
| 5                                       | 10,00 €  | 5                                      | 5,00 €   | <b>EQUIPAS *</b>          |          |
| VETERANOS «B» MASCULINOS (51 a 90 Anos) |          | VETERANOS «B» FEMININOS (51 a 90 Anos) |          | 1                         | 150,00 € |
| 1                                       | 60,00 €  | 1                                      | 50,00 €  | 2                         | 100,00 € |
| 2                                       | 50,00 €  | 2                                      | 30,00 €  | 3                         | 80,00 €  |
| 3                                       | 40,00 €  | 3                                      | 20,00 €  | 4                         | 50,00 €  |
| 4                                       | 30,00 €  | 4                                      | 10,00 €  | 5                         | 40,00 €  |
| 5                                       | 10,00 €  | 5                                      | 5,00 €   | 6                         | 20,00 €  |

### Notas:

1. Premio especial de 50.00€ ao 1.º atleta Sénior Masculino que efectue 4m16s e 1.º Sénior feminino 4m55s (records da competição);
2. Todos os atletas caminhanes chegados à meta receberão várias lembranças de presença;
3. Prémios monetário só para atletas de Nacionalidade Portuguesa;
4. \* Prémios Monetários para Equipas com mínimo de 8 atletas a terminarem a competição;
- 4.1 Para a classificação colectiva 1.º Class. – 20 Pontos, 2.º class. - 19 Pontos, 3.º Class. - 18 Pontos ... 19.º Class.