



## REGULAMENTO

### 13.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 09 de Junho de 2018, pelas 19h00 a “13.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 11anos / 2007, 2008, 2009, 2010 e 2011

Infantis / 12 e 13 anos / 2005 e 2006

Iniciados / 14 e 15 anos / 2003 e 2004

Juvenis / 16 e 17 anos / 2001 e 2002

Juniores / 18 e 19 anos / 1999 e 2000

Seniores / 20 anos em diante / 1998 e Anos anteriores

Veteranos A / entre 35 anos e 49 no dia da prova Veteranos B / 50 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 08 de Junho de 2018 para a Associação Cultural e Recreativa da Senhora do Desterro, Apart. 548, 6270-908 S. Romão SEI, link criado para o efeito <https://goo.gl/899sZo> 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.** 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

**19.00H - BENJAMINS FEM. E MASC. (400M)**

**19.15H - INFANTIS FEM. E MASC.**

**19.30H - INICIADOS FEM. E MASC.**

**19.45H - JUVENIS FEM. E MASC.**

**20.00H - CAMINHADA "AVÓS E NETOS"**

**20.15H - JUNIORES E VETERANOS FEM.**

**20.30H - JUNIORES, SÉNIORES B E VETERANOS MASC.**

**20.45H - ELITE FEMININA**

**21.00H - ELITE MASCULINA**

## Prémios

<b>SENIORES MASCULINOS</b>		<b>SENIORES FEMININOS</b>		<b>JUVENIS MAS e FEM</b>			
1	350,00€	1	350,00€	1	30,00 €		
2	250,00€	2	250,00€	2	20,00 €		
3	150,00€	3	150,00€	3	10,00 €		
4	100,00€	4	100,00€	4	5,00 €		
5	80,00€	5	80,00€	5	5,00 €		
6	70,00€	6	70,00€	<b>JUNIORES MAS e FEM</b>			
7	60,00€	7	60,00€				
8	50,00€	8	50,00€				
9	40,00€	9	40,00€				
10	30,00€	10	30,00€				
<b>VETERANOS «A» MASCULINOS (35 a 50 Anos)</b>		<b>VETERANOS «A» FEMININOS (35 a 50 Anos)</b>		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>			
<b>VETERANOS «B» MASCULINOS (51 a 90 Anos)</b>		<b>VETERANOS «B» FEMININOS (51 a 90 Anos)</b>				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. O record actual da prova para o escalão seniores masculinos encontra-se na marca de 4 minutos e 16 segundos, premio especial de 50.00€ ao sénior masculino que bata este record.
2. O record actual da prova para o escalão seniores feminino encontra-se na marca de 4 minutos e 55 segundos, premio especial de 50.00€ ao sénior masculino que bata este record.
3. Todos os atletas caminhanes chegados à meta receberão várias lembranças de presença;
4. Prémios monetário só para atletas de Nacionalidade Portuguesa;
- 5.\* Prémios Monetários para Equipas com mínimo de 8 atletas a terminarem a competição;
- 5.1 Para a classificação colectiva 1.º Class. – 20 Pontos, 2.º class. - 19 Pontos, 3.º Class. - 18 Pontos ... .. 19.º Class.