

# **REGULAMENTO**

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

e

## **1.º GRANDE PRÉMIO DA SERRA DA ESTRELA**

1. A Associação Cultural e Recreativa da Senhora do Desterro (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 08 de junho de 2019, pelas 19h00' a "14.ª MILHA URBANA DA SERRA DA ESTRELA" e o "1.º GRANDE PRÉMIO 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 na sequência do Artº 9 do Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo de 22.09.2013.

4.1 Os atletas são escalonados de acordo com a sua idade nos seguintes agrupamentos Etários, independentemente do sexo:

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

Benjamins / 7; 8; 9 10 e 11 anos / 2008; 2009; 2010; 2011 e 2012

Infantis / 12 e 13 anos / 2006 e 2007

Iniciados / 14 e 15 anos / 2004 e 2005

Juvenis / 16 e 17 anos / 2002 e 2003

Juniores / 18 e 19 anos / 2000 e 2001

Seniores / 20 anos em diante / 1999 e Anos anteriores

Relativamente aos atletas VETERANOS a mudança de Categoria, independentemente do sexo, efetuar-se-á no dia em que o atleta perfaz a idade correspondente:

Veteranos 35: dos 35 aos 39 anos (M35);

Veteranos 40: dos 40 aos 44 anos (M40);

Veteranos 45: dos 45 aos 49 anos (M45);

Veteranos 50: dos 50 aos 54 anos (M50);

Veteranos 55: dos 55 aos 59 anos (M55);  
Veteranos 60: dos 60 aos 64 anos (M60);  
Veteranos 65 a 90: dos 65 aos 90 anos (M65 a M90).

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 05 de junho de 2019 para o e-mail [asenhoradodesterro@gmail.com](mailto:asenhoradodesterro@gmail.com) ou por carta - Associação Cultural e Recreativa da Senhora do Desterro, Apart. 548, 6270-908 S. Romão SEI, devendo constar obrigatoriamente o nome do atleta, data de nascimento e clube;

10. 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

## **11. PROGRAMA HORARIO**

### **14.ª Milha Urbana da Serra da Estrela - Jovem**

19:00H - Benjamins Fem. e Masc. (400m)

19:15H - Infantis Fem. e Masc. (1.609m)

19:30H - Iniciados Fem. e Masc. (1.609m)

19:45H - Juvenis Fem. e Masc. (1.609m)

### **1.º Grande Prémio da Serra da Estrela**

20:00H - Juniores, Seniores e Veteranos Masc. Fem. (7.360m)

20:45H - Caminhada "Avós e Netos" (2.240m)

## 12. LISTAGEM DE PRÉMIOS

### Benj., Inf., Inic. e Juv. Masc. e Fem.

1	Medalhão
2	Medalhão
3	Medalhão

### Vet. Masc. e Fem. \*

Cada escalão - 35, 40, 45, 50, 55, 60 e 65 anos

1	50,00 €
2	30,00 €
3	20,00 €

### Jun. Masc. e Fem.\*

1	50,00 €
2	40,00 €
3	30,00 €

### Equipas

1	150€ + Trofeu
2	100€ + Trofeu
3	80€ + Trofeu
4	50€ + Trofeu
5	40€ + Trofeu

### Sen. Masc. e Fem.\*

1	350,00 €
2	250,00 €
3	150,00 €
4	100,00 €
5	80,00 €
6	70,00 €
7	60,00 €
8	50,00 €
9	40,00 €
10	40,00 €

\* Prémios não acumuláveis

**13.** Prémios Monetários para Equipas com mínimo de 8 atletas a terminarem a competição:

Para a classificação colectiva 1.º Class. – 20 Pontos, 2.º class. - 19 Pontos, 3.º Class. - 18 Pontos  
... .. 19.º Class.

Nota: Os escalões de benjamins fem. e masc. não contam para a classificação colectiva.

**14.** Todos os atletas caminhanes chegados à meta receberão várias lembranças de presença.