



XIII MILHA URBANA DE CORROIOS
Sábado, 21 de Julho de 2018 pelas 18:30 horas
REGULAMENTO DA PROVA

Com uma organização da Casa do Povo de Corroios em parceria com a Câmara Municipal do Seixal e Junta de Freguesia de Corroios, no âmbito dos JOGOS DO SEIXAL 2018 e integrado no TROFÉU DE ATLETISMO DO SEIXAL, realizar-se-á a **XIII Milha Urbana de Corroios** no dia 21 de Julho de 2018 (Sábado), pelas 18:30 horas, com concentração, partidas e chegadas, junto à sede da Casa do Povo de Corroios.

1 – Escalões Etários

a) MILHA URBANA CORRIDA

Escalões	Masculinos	Femininos
Benjamins B	2007/2008	2007/2008
Infantis	2005/2006	2005/2006
Iniciados	2003/2004	2003/2004
Juvenis	2001/2002	2001/2002
Juniores	1999/2000	1999/2000
Seniores	1984/1998	1984/1998
Veteranos I	1979/1983	1974/1983
Veteranos II	1974/1978	1964/1973
Veteranos III	1969/1973	1963 e antes
Veteranos IV	1964/1968	-----
Veteranos V	1959/1963	-----
Veteranos VI	1954/1958	-----
Veteranos VII	1953 e antes	

b) MILHA DE MARCHA ATLÉTICA (PROMOÇÃO)

Escalões	Datas de Nascimento	
	Masculinos	Femininos
BENJAMINS	2007 a 2010	2007 a 2010
JOVEM	2003 a 2006	2003 a 2006
ABSOLUTO	2002 e antes	2002 e antes

NOTA: Provas de Marcha com Juizes Oficiais da ASAS.

2 – Inscrições

As inscrições são totalmente gratuitas e deverão ser enviadas, até às 22 horas de Sexta-feira, dia 20 de julho de 2018 para o **Complexo Municipal de Atletismo Carla Sacramento** (tel. 210 97 61 20 Fax: 210 97 61 21 E-mail: joaquim.maia@cm-seixal.pt)

Outros contactos: Casa Povo Corroios (cpcorroios@gmail.com ; rato_mario@hotmail.com)

Nota: Os atletas inscritos no Troféu de Atletismo do Seixal não terão que se inscrever, pois estes já constam na base de dados do programa de classificações utilizado.

3 – Percurso da Prova

O Percurso da Milha Urbana de Corroios é feito num circuito fechado, composto por uma volta pequena e duas voltas grandes percorridas nas Ruas Cidade do Porto, Cidade de Évora, Cidade de Coimbra e Cidade de Lisboa, para perfazerem os 1609 metros. As partidas e chegadas são na Rua Cidade de Faro.

4 – Programa – Horário

Hora	Prova/Escalão/Sexo	Hora	Prova/Escalão/Sexo
18h30m	Infantis Masc. e Fem.	19h40m	Veteranos IV e V Masc.
18h40m	Iniciados Masc. e Fem.	19h50m	Veteranos II e III Masc.
18h50m	Juvenis e Juniores Masc./Fem.	20h00m	½ Milha Marcha Benj. Masc. e Fem.
19h00m	Seniores e Veteranas Fem.	20h00m	Marcha Atlética Masc. e Fem
19h10m	Benjamins A - Masc. e Fem.	20h15m	Seniores Masc e Veteranos I
19h15m	Benjamins B - Masc. e Fem.	20h25m	Chegada da Caminhada
19h25m	Partida da Caminhada.	20h30m	Entrega dos Prémios
19h30m	Veteranos VI e VI Masc.	21h15m	Encerramento

Benjamins A - Percorrem “ 1/10 milha” (157 m) Benjamins B – Percorrem “meia milha” (641 m)

5 – Classificações

- Cada milha terá uma classificação por escalão de Benjamins B a Veteranos, masculinos e femininos.
- Para a classificação coletiva contará a soma de todos os atletas de cada escalão, sendo atribuídos 11 pontos ao primeiro classificado, 10 ao segundo, 9 ao terceiro e assim sucessivamente até ao décimo classificado (2 pontos). A partir do 11º classificado será atribuído um ponto a cada atleta. O clube com maior número de pontos vencerá a prova colectivamente;
- Milha de Marcha Atlética:
 - Prova de Promoção da Marcha Atlética, com Classificação apenas Individual.

6 – Prémios (Obs.:- Quem faltar ao Pódio sem justificação, não receberá o Prémio)

- Serão entregues medalhões ou Troféus aos três primeiros classificados individuais de cada escalão e taças/troféus às 5 (Cinco) primeiras equipas da classificação colectiva.

Medalhas de participação aos Benjamins A

b) Prémio Especial para a Melhor Marca da Classificação Geral Masculino e Feminino.

- Marcha Atlética – Serão entregues Medalhas aos 3 (três) primeiros classificados de cada Prova (Marcha Benjamins Masc. Marcha Benjamins Fem.; Marcha Jovem Masc.; Marcha Jovem Fem.; Marcha Absolutos Masc.; Marcha Absolutos Fem.)

A Organização da Prova,

Casa do Povo de Corroios

Junta de Freguesia de Corroios

Câmara Municipal do Seixal



Rua Cidade de Évora

Rua Cidade de Coimbra

Rua Cidade do Porto

Rua Cidade de Faro

Rua Cidade de Lisboa

Milha de Corroios

Legenda
Volta pequena
- - - - ->
Volta grande
—————>
Partida
■
Chegada
■

