



[xxviii]

# TROFÉU DE ATLETISMO DO SEIXAL

JANEIRO A DEZEMBRO

## **X MILHA URBANA DE ARRENTELA**

28 de junho de 2015, 10 horas, junto à sede do Centro de Solidariedade Social de Pinhal de Frades

### **REGULAMENTO DA PROVA**

Com uma organização do Centro de Solidariedade Social de Pinhal de Frades e o apoio da Câmara Municipal do Seixal e da União das Freguesias do Seixal, Arrentela e Aldeia de Paio Pires, no âmbito do XXVIII Troféu de Atletismo do Seixal e dos Jogos do Seixal 2015, com o intuito de promover a Milha Urbana Baía do Seixal, realizar-se-á a X Milha Urbana de Arrentela, no dia 28 de junho de 2015 (domingo), pelas 10 horas, com concentração, partidas e chegadas junto à sede do CSS Pinhal de Frades.

Esta prova tem como objetivo proporcionar experiências no âmbito da corrida e marcha numa distância mais curta e destina-se a toda a população em geral com aptidão física para o efeito e aos habituais participantes das provas de estrada desde o escalão de benjamins B até ao último escalão de veteranos.

Numa forma de promoção da saúde irá realizar-se uma série sem fins competitivos denominada “Quantos Metros Tem a Milha” destinada a todos quantos queriam participar nesta atividades sem ter de correr.

### **1) Escalões etários**

<b>Escalões</b>	<b>Masculinos</b>	<b>Femininos</b>
Benjamins B	2004-2005	2004-2005
Infantis	2002-2003	2002-2003
Iniciados	2000-2001	2000-2001
Juvenis	1998-1999	1998-1999
Juniores	1996-1997	1996-1997
Seniores	1976-1995	1995-1976
Veteranos I	1971-1975	1975-1966
Veteranos II	1966-1970	1965 e antes
Veteranos III	1961-1965	-----
Veteranos IV	1956-1960	-----
Veteranos V	1951-1955	-----
Veteranos VI	1950 e antes	-----

## 2) Programa horário

Hora	Prova, escalão e sexo
10 horas	Benjamins B masculinos e femininos
10.10 horas	Infantis masculinos e femininos
10.25 horas	Iniciados masculinos e femininos
10.35 horas	Juvenis e juniores masculinos e femininos
10.45 horas	Seniores e veteranos femininos
10.55 horas	Veteranos V, VI
11.05 horas	Veteranos III, IV
11.15 horas	Veteranos I, II masculinos
11.25 horas	Quantos Metros Tem a Milha
11.45 horas	Seniores masculinos
12 horas	Entrega dos prémios

Os Benjamins B percorrem meia milha

## 3) Participação

A participação é aberta a toda a população. Existe um seguro de acidentes pessoais. No entanto, a aptidão física dos atletas é da sua exclusiva responsabilidade.

## 4) Classificações

4.1) Cada milha terá uma classificação por escalão de benjamins B a veteranos, masculinos e femininos.

4.2) A classificação dos benjamins B será contabilizada para a classificação coletiva.

4.3) Para a classificação coletiva contará a soma dos dez primeiros atletas de cada escalão, sendo atribuídos dez pontos ao primeiro e um ponto ao décimo. O clube com maior número de pontos vencerá a prova coletivamente.

4.4). Quantos Metros Tem a Milha: atividade sem fins competitivos, onde podem participar todos os indivíduos que não realizem a prova competitiva.

## 5) Inscrições

As inscrições são totalmente gratuitas e deverão ser enviadas até ao dia 26 de junho de 2015 para:



5.1) Centro de Solidariedade Social de Pinhal de Frades

Email: [csspf@csspf.pt](mailto:csspf@csspf.pt)

5.2) Complexo Municipal de Atletismo Carla Sacramento

Emails: [joaquim.maia@cm-seixal.pt](mailto:joaquim.maia@cm-seixal.pt) ou [jorge.ribeiro@cm-seixal.pt](mailto:jorge.ribeiro@cm-seixal.pt)

## **6) Dorsais**

Os atletas Inscritos no Troféu de Atletismo do Seixal (TAS) correm com o seu dorsal do TAS. Todos os outros inscritos levantarão o respetivo dorsal no local da prova a partir das 9 horas.

Todos os atletas participantes deverão ter o seu dorsal, que é pessoal e intransmissível, colocado de forma visível na frente da camisola.

## **7) Identificação Pessoal**

Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de identificação pessoal (Bilhete de Identidade/Cartão de Cidadão, cédula pessoal, passaporte ou outro).

## **8) Prémios**

Medalhas aos 3 primeiros classificados de cada escalão. Taça para as 3 primeiras equipas.

## **9) Desclassificações**

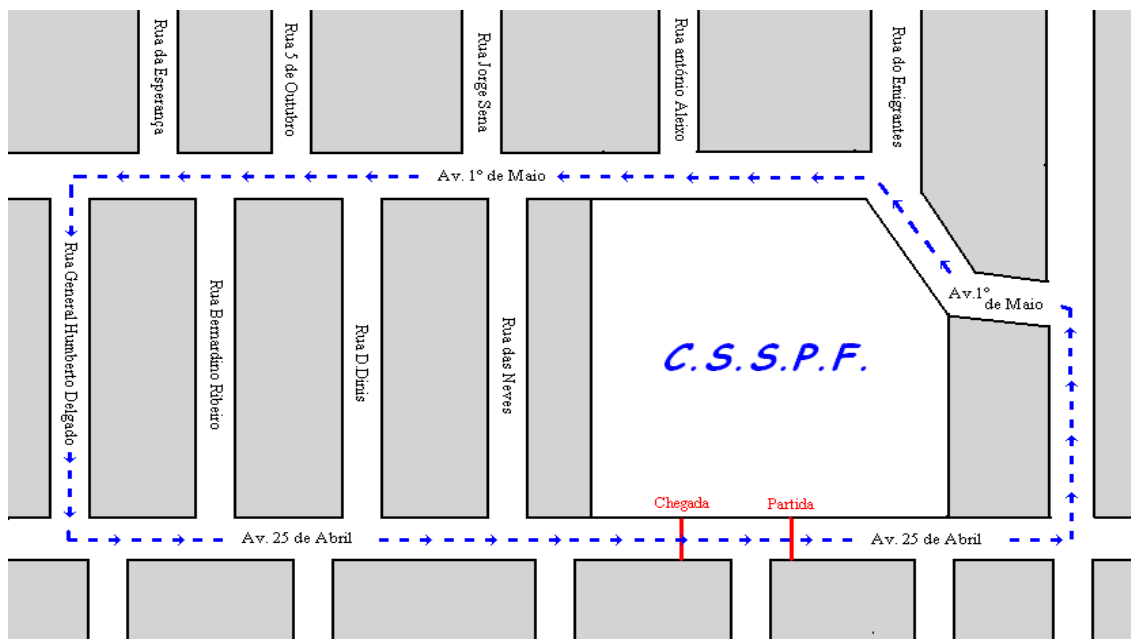
O não cumprimento dos pontos anteriores poderá levar à não participação ou desclassificação do(s) atleta(s) da respetiva prova, conforme o caso.

## **10) Outros assuntos**

Todos os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização da prova.



## 11) Percurso da prova



O itinerário é o seguinte:

Av. 25 de Abril (partida), Av. 1.º de Maio, Rua General Humberto Delgado e Av. 25 de Abril (chegada).

Todas as partidas e chegadas são realizadas em frente à entrada principal da sede do CSS Pinhal de Frades.

A Organização da Prova

**Centro de Solidariedade Social de Pinhal de Frades**

