



XIV MILHA URBANA



DE CORROIOS



Sábado, 13 de Abril de 2019 pelas 17:00 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 **XIV Milha Urbana de Corroios** no dia 13 de Abril de 2019 (Sábado), pelas 17:00 horas, com concentração, partidas e chegadas junto à sede da Casa do Povo de Corroios.

(INCLUI PROVAS DE MARCHA ATLÉTICA DE PROMOÇÃO E CAMINHADA – PERCURSO DE 1 HORA)

1 – Escalões Etários

a) MILHA URBANA CORRIDA

Escalões	Masculinos	Femininos
Benjamins A	2010/2012	2010/2012
Benjamins B	2008/2009	2008/2009
Infantis	2006/2007	2006/2007
Iniciados	2004/2005	2004/2005
Juvenis	2002/2003	2002/2003
Juniores	2000/2001	2000/2001
Seniores	1985/1999	1985/1999
Veteranos I	1980/1984	1975/1984
Veteranos II	1975/1979	1965/1974
Veteranos III	1970/1974	1964 e antes
Veteranos IV	1965/1969	-----
Veteranos V	1960/1964	-----
Veteranos VI	1955/1959	-----
Veteranos VII	1954 e antes	

b) MILHA DE MARCHA ATLÉTICA (PROMOÇÃO)

Escalões	Datas de Nascimento	
	Masculinos	Femininos
BENJAMINS	2008 a 2012	2008 a 2012
JOVEM	2004 a 2007	2004 a 2007
ABSOLUTO	2003 e antes	2003 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 12 de Abril de 2019 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 (cpccorroios@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 Évora.

4 – Programa – Horário

Hora	Prova/Escalão/Sexo	Hora	Prova/Escalão/Sexo
17h00m	Infantis Masc. e Fem.	18h10m	Veteranos III e IV Masc.
17h10m	Iniciados Masc. e Fem.	18h20m	Veteranos I e II Masc.
17h20m	Juvenis e Juniores Masc./Fem.	18h30m	Marcha Atlética Promoção Benj. Masc/Fem.
17h30m	Seniores e Veteranas Fem.	18h30m	Marcha Atlética Promoção Absolutos Masc/Fem.
17h40m	Benjamins A - Masc. e Fem.	18h45m	Seniores Masc
17h45m	Benjamins B - Masc. e Fem.	18h55m	Chegada da Caminhada
17h55m	Partida da Caminhada.	19h00m	Entrega dos Prémios
18h00m	Veteranos V ; VI e VI Masc.	19h30m	Encerramento

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

MARCHA ATLÉTICA: Benjamins A - Percorrem (1 Volta pequena); Benjamins B – Percorrem (1 volta grande)

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 10 pontos ao primeiro classificado, 9 ao segundo, 8 ao terceiro e assim sucessivamente até ao décimo classificado (1 ponto). 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**
- 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



Legenda

Volta pequena 

Volta grande 

Partida 

Chegada 