



## **2ª MILHA URBANA CASA DO BENFICA EM PORTALEGRE**

**PORTALEGRE, 14 de março de 2020**

### **REGULAMENTO**

#### **I ORGANIZAÇÃO**

A milha urbana da Casa do Benfica em Portalegre é uma prova de atletismo, a realizar-se no dia 14 de março de 2020 (sábado), entre as 14h30 e 18h30. Organizada pela Casa do Benfica em Portalegre e com a colaboração técnica da Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre (AADP). A competição integra o Circuito AADP de Corridas.

#### **II NORMAS REGULAMENTARES**

Poderão participar atletas masculinos e femininos dos seguintes escalões: benjamins A (não competitivo); benjamins B; infantil, iniciado, juvenil, júnior, sénior e veterano, que se enquadrem numa das seguintes situações:

- a) Estejam filiados na Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre;
- b) Sejam Portugueses e estejam filiados numa Associação Distrital ou numa Federação estrangeira Congénere;
- c) Sejam estrangeiros e estejam filiados numa Associação Distrital;
- d) Ou que, sendo estrangeiros com nacionalidade de um país da União Europeia e filiados numa Federação congénere, tenham obtido autorização expressa da FPA e da AADP para participar nessa Competição;
- e) Sejam portugueses e não se encontrem filiados em qualquer estrutura sob tutela da IAAF;

A 2ª milha urbana da Casa do Benfica em Portalegre terá, também, duas provas com a designação “correr 200 mts. a brincar” (prova A) e “desporto para todos” (prova B).

A prova A com a designação “correr 200 mts. a brincar” (idades compreendidas até aos 6 anos, com acompanhamento pelos pais ou responsáveis legais, durante a prova se necessário) e prova B “desporto para todos” são 400 mts. de corrida (desporto adaptado).



Irá decorrer também uma caminhada/caminhada da mulher. É uma corrida extra para quem quiser participar como popular, com uma vertente menos competitiva, sem contar para o circuito de corridas da AADP.

### **III SECRETARIADO**

A funcionar junto ao local da prova (Casa do Benfica em Portalegre) entre as 14h30 e as 15h30.

### **IV ESCALÕES ETÁRIOS**

|                     |                                       |
|---------------------|---------------------------------------|
| BENJAMINS A (F/M)   | Atletas nascidos em 2011, 2012 e 2013 |
| BENJAMINS B (F/M)   | Atletas nascidos em 2009 e 2010       |
| INFANTIS (F/M)      | Atletas nascidos em 2007 e 2008       |
| INICIADOS (F/M)     | Atletas nascidos em 2005 e 2006       |
| JUVENIS (F/M)       | Atletas nascidos em 2003 e 2004       |
| JUNIORES (F/M)      | Atletas nascidos em 2001 e 2002       |
| SÉNIORES (F/M)      | Atletas nascidos em 2000 e antes      |
| VETERANOS I (F/M)   | Dos 35 a 39 anos no dia da prova;     |
| VETERANOS II (F/M)  | Dos 40 a 44 anos no dia da prova;     |
| VETERANOS III (F/M) | Dos 45 a 49 anos no dia da prova;     |
| VETERANOS IV (F/M)  | Dos 50 a 54 anos no dia da prova;     |
| VETERANOS V (F/M)   | Dos 55 a 59 anos no dia da prova;     |
| VETERANOS VI (F/M)  | Com 60 anos ou mais no dia da prova;  |

### **V PROGRAMA-HORÁRIO**

Prova A - 16H00 – *correr 200 mts. a brincar* (idades compreendidas até aos 6 anos).

Prova 1 - 16H05 *Juniores, seniores e veteranos fem. 1.609 mts*

Prova 2 - 16H15 *Juniores, seniores e veteranos, mas. 1.609 mts*

Prova 3 - 16H25 *Juvenis femininos, masculinos 1.609 mts*

Prova 4 - 16H40 *Iniciados femininos e masculinos 1.609 mts*

Prova 5 - 16H50 *Infantis femininos e masculinos 1.609 mts.*

Prova 6 - 17H00 *Benjamins B femininos e masculinos 600 mts*

Prova 7 - 17H05 *Benjamins A femininos e masculinos 400 mts* (não competitivo)

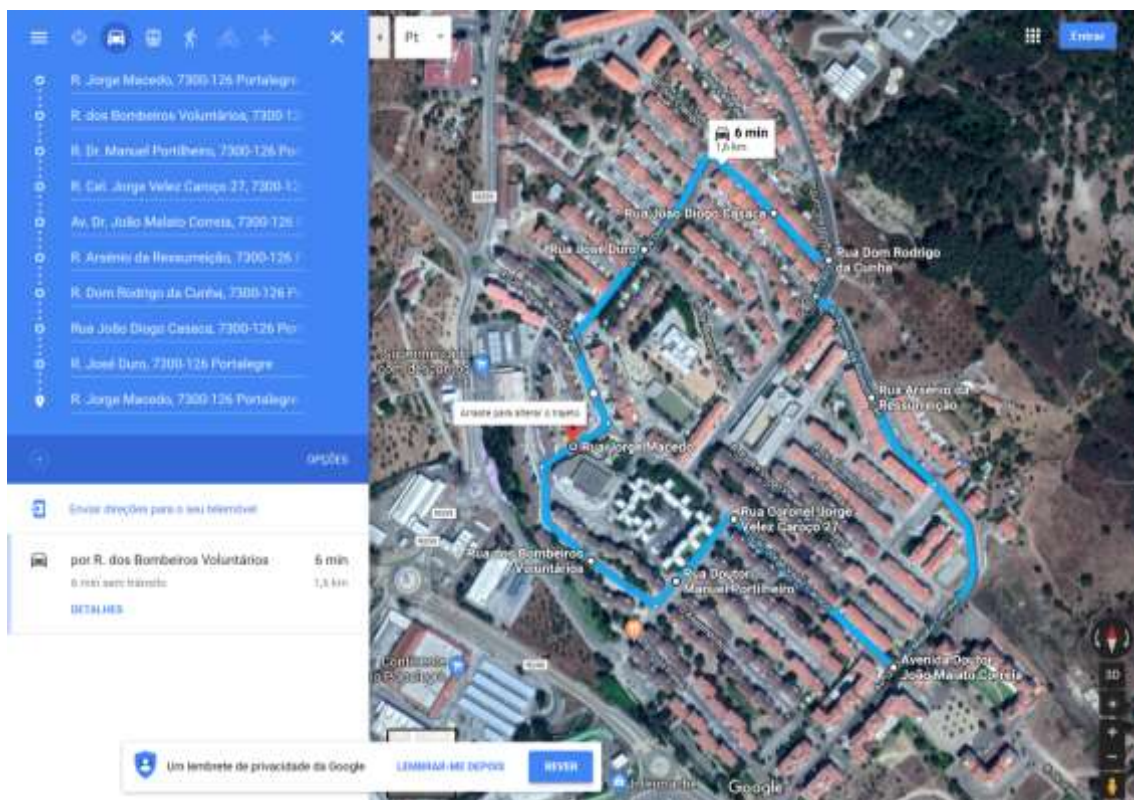
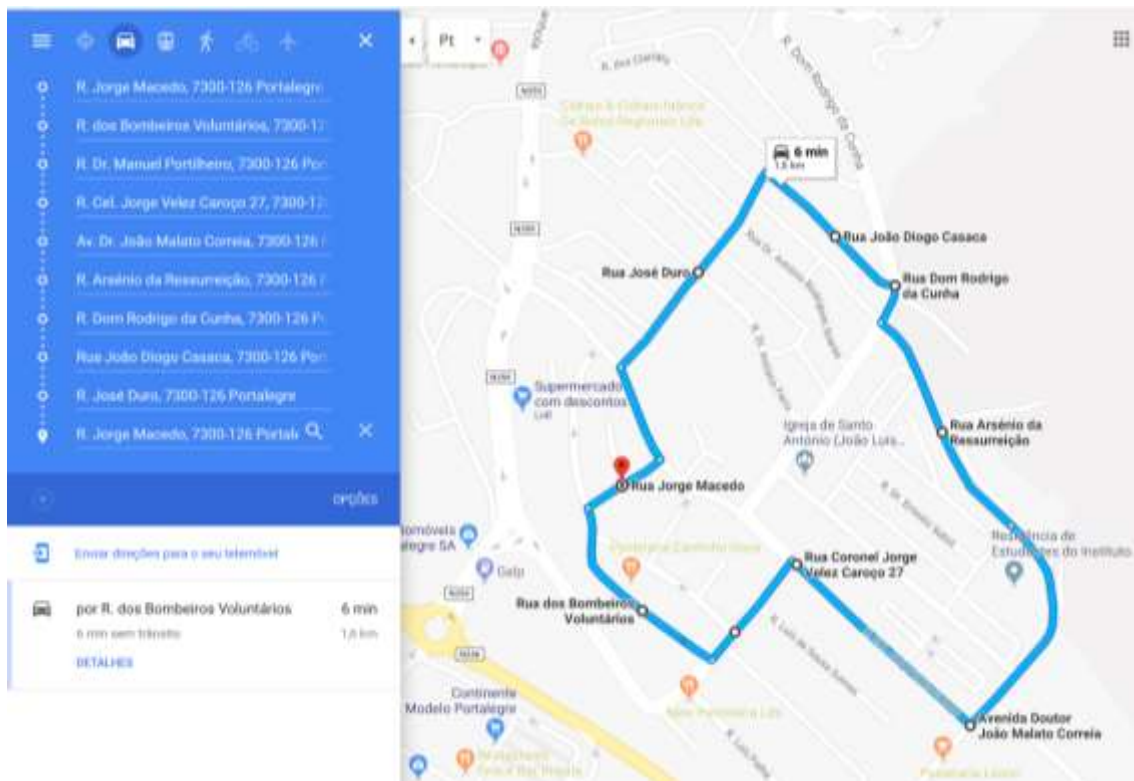
Prova B - 17H05 *desporto adaptado femininos e masculinos 400 mts* (não competitivo)

17H10 – *Corrida/caminhada “mulheres ativas” 1.609 mts de caminha ou corrida para todos*



## VI PERCURSO

Circuito urbano com 1.609 metros (aprox.) de extensão.



## **VII INSCRIÇÕES**

As inscrições devem ser feitas em formulário disponível em [aadp.pt](http://aadp.pt) ([www.aadp.pt](http://www.aadp.pt)).

Os atletas filiados devem fazer a inscrição até ao dia 11 de março (quarta-feira), gratuitamente. Após essa data tem uma taxa de 2€.

Pressuposta a aceitação do regulamento, toda e qualquer pessoa elegível não filiada na AADP, poderá inscrever-se até ao dia 11 de março, pagando a taxa de 1€. Após essa data o limite é sexta-feira e a taxa são 2€.

A caminhada, a corrida a brincar e o desporto para adaptado terão uma taxa associada de 1€. Estas inscrições serão efetuadas na Casa do Benfica junto da sua Academia de Atletismo.

## **VIII CLASSIFICAÇÕES**

Serão estabelecidas classificação individuais, por escalão, por sexo e coletiva pelo cômputo geral dos escalões, desde dos benjamins B até aos veteranos. Os participantes obtêm 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2 e 1 ponto conforme ordem de chegada à Meta, sendo que 10 pontos serão atribuídos ao 1º classificado e 1 ao 10º e seguintes.

Vence a equipa que somar mais pontos, considerados todos os escalões etários definidos.

## **IX PRÉMIOS**

- Por escalão etário: 1º; 2º e 3º classificado - medalha;
- Coletiva – Taças ou troféus às 10 primeiras equipas;
- Prémio para as três melhores equipas classificadas “Casas do Benfica”;
- Prémio para melhor estudante atleta do Politécnico de Portalegre;
- Prémio de 50€ feminino e masculino, para quem bater o record da prova (1.609m), contando o melhor resultado alcançado no total de todos os escalões.



## **X SEGURANÇA**

A organização declina toda a responsabilidade por acidente ou negligência. Estes ilibam a organização de toda a responsabilidade em caso de acidente ou lesão, sendo da sua responsabilidade a participação com condição física que permita a realização da atividade.

Os participantes devem reunir condições de saúde necessárias à prática desportiva. Após a inscrição assumem que se sentem física e psicologicamente preparados para o esforço físico inerente à prova em que participarão.

A organização da prova assegura aos inscritos um seguro de acidentes pessoais, não assumindo responsabilidade por situações ocorridas aos atletas que não estejam abrangidos por este seguro.

Os atletas filiados na FPA beneficiam do seguro desportivo de acordo com a lei em vigor.

## **XI CASOS OMISSOS**

Serão resolvidos em obediência às normas e regulamentos da FPA e AADP em vigor.

## **XII INFORMAÇÕES SUPLEMENTARES**

Informações suplementares serão fornecidas pela internet no sítio <http://www.aadp.pt>

## **XIII DIREITOS DE IMAGEM**

A aceitação do presente regulamento traduz, obrigatoriamente, que o praticante autoriza a organização da prova à gravação total ou parcial da sua participação na mesma. Pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a sua imagem para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas (toda a comunicação social, internet, fotografia, vídeo, cartazes, etc.) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitaria que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica ou em espécies.

