



1. ORGANIZAÇÃO

Os 10k by Night é uma prova de atletismo (estrada) e realiza-se no dia 09 de setembro de 2023 (sábado), entre as 20h30 e as 22h30, na localidade de Benavila, concelho de Avis.

É organização conjunta de Associação Desportiva e Recreativa Amigos do Atletismo de Avis, Município de Avis, Sociedade Recreativa Benavilense e União Freguesias Benavila e Valongo, com a colaboração técnica da Associação de Atletismo do Distrito de Portalegre (A.A.D.P.) e o socorro com o apoio dos Bombeiros Voluntários de Avis.

O evento é parte integrante do Circuito de Corridas A.A.D.P. (ver regulamento em www.aadp.pt)

2. NORMAS REGULAMENTARES

Podem participar atletas populares e federados masculinos e femininos desde que não apresentem contra-indicações à prática desportiva exigida na prova. A responsabilidade da participação é do próprio ou do clube que representa.

A prova é aberta à participação de todos os cidadãos naturais de um país da União Europeia (atletas federados e não federados) que, pelo facto de se inscreverem, aceitam as normas regulamentadas.

Só podem participar atletas estrangeiros se for cumprido na íntegra o prescrito na regra da IAAF, no que respeita à participação de atletas em competições organizadas em País Estrangeiro.

Cada participante é responsável pelo seu estado de saúde.

A organização subscreveu um Seguro Desportivo, de acordo com a legislação em vigor.

Em simultâneo decorrerá um evento corrida 3,5K para promoção da prática desportiva, sem carácter competitivo, cujo valor de inscrição será de 4 Euros com data limite de inscrição o dia 6 de setembro de 2023

3. DISTÂNCIAS E INSCRIÇÕES

Escalões etários / distâncias:

Benjamins A Masc. e Fem. (2014, 2015 e 2016) – 400 m

Benjamins B Masc. e Fem. (2012 e 2013) – 500 m

Infantis Masc. e Fem. (2010 e 2011) – 900 m

Iniciados Masc. e Fem. (2008 e 2009) – 3 500 m (1 Volta)

Juvenis Masc. e Fem. (2006 e 2007) – 3 500 m (1 Volta)

Juniores Masc. e Fem. (2004 e 2005) – 10 000 m (3 voltas)

Seniores Masc. e Fem. (1989 a 2003) – 10 000 m (3 voltas)

Vet. I - 35 a 39 anos no dia da prova – 10 000 m (3 voltas)

Vet II - 40 a 44 anos no dia da prova – 10 000 m (3 voltas)

Vet III - 45 a 49 anos no dia da prova – 10 000 m (3 voltas)

Vet. IV - 50 a 54 anos no dia da prova – 10 000 m (3 voltas)

Vet. V - 55 a 59 anos no dia da prova – 10 000 m (3 voltas)

Vet. VI - 60 ou mais anos no dia da prova – 10 000 m (3 voltas)

Prova Aberta – Escalão Único – 3500 metros (sem Classificação)

3.1. Inscrições preliminares

As inscrições dos Atletas devem ser feitas pelos Clubes ou Atletas individuais através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> em formulário próprio até às 23h59 do dia 06 de setembro.

Os atletas filiados na AADP participam com os dorsais de filiação.

Para os Atletas Filiados na A.A.D.P. a inscrição é gratuita, após essa data, terá uma taxa de 2€.

Para os Atletas filiados fora da A.A.D.P., a inscrição terá uma taxa de 3€ até ao dia 04 de setembro, após esse dia, a inscrição terá uma taxa de 5€.

Para os não filiados, a inscrição tem uma taxa de 5€ até ao dia 06 de setembro, após esse dia a inscrição tem uma taxa de 8€.

A taxa de inscrição deverá ser liquidada através de transferência bancária para a conta

ADR Amigos do Atletismo de Avis – PT50 0045 6090 4027 4882 54457

E o envio de comprovativo para o endereço de correio eletrónico: trailavis@gmail.com

Em simultâneo decorrerá um evento **Corrida 3,5K** para promoção da prática desportiva, sem carácter competitivo, cujo valor de inscrição será de 4 Euros com data limite de inscrição o dia 6 de setembro de 2023

4. PERCURSOS e HORÁRIOS

- O percurso terá a extensão de 10 km por estrada; (3 voltas em percurso de 3300 metros)

20h30 – Benjamins A e Benjamins B

20h35 – Infantis

20h45 – Iniciados, Juvenis e Prova Aberta (**Corrida 3,5K**)

21h15 – Restantes Escalões - O controlo de chegada encerra às 22h30m.

22h30 – Entrega de Prémios 10K – *hora provisional*

Nota: Todos os atletas filiados e não filiados, participantes na prova de 10 Km, deverão passar pelo secretariado para levantar os chips. Os chips dos atletas filiados na A.A.D.P., devem ser entregues no final da prova, a não devolução ou extravio do mesmo imputa ao atleta o pagamento de 15,00€.



5. CLASSIFICAÇÕES – 3 escalão – 3 equipas coletivo

Serão estabelecidas classificações individuais por escalão, por sexo e coletiva.

A classificação coletiva será apurada pelo cômputo geral dos escalões (exceto Benjamins), atribuindo pontos (5, 4, 3, 2, 1) aos 5 primeiros classificados de cada escalão etário e sexo.

Somam de cada equipa 3 elementos.

Vence a equipa que somar mais pontos.

6. Controlo

Haverá controlo do percurso. Esta medida visa evitar que voluntariamente os atletas procurem encurtar a distância a percorrer.

7 Abastecimento

A organização fará o abastecimento dos atletas ao meio do percurso e à chegada. O abastecimento dos atletas fora das zonas estabelecidas implicará a sua desclassificação.

8. Direito de Imagem

O participante, ao proceder à inscrição, autoriza, de forma gratuita e incondicional, a cedência aos organizadores, os direitos de utilização da sua imagem tal como captada em filmagens que terão lugar no período do evento, ou partilhada nas redes sociais associada à iniciativa ou a eventos futuros, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

9. Casos Omissos

A resolução de casos omissos é da competência da Organização da Prova e da Direção da AADP, em consonância com o Regulamento Geral de Competições da FPA, não cabendo recurso da decisão.

