

XVII Milha Urbana S. Domingos de Rana

Contando com o apoio da Junta de Freguesia de S. Domingos de Rana, da Câmara Municipal de Cascais e do comércio local, o Núcleo de Atletismo da Zona da Abóboda (NAZA) irá promover, no dia 14 de Maio pelas 9h00, a XVII Edição da Milha Urbana de S. Domingos de Rana.

As inscrições poderão ser efectuadas até ao dia 09 de Maio através do email filipe.carvalho@cm-oeiras.pt.

Organização:



N.A.Z.A.

(NÚCLEO DE ATLETISMO DA ZONA DA ABÓBODA)

Patrocínios:



Junta de Freguesia
S. Domingos de Rana

CASCAIS

Comércio Local



XVII Milha Urbana S. Domingos de Rana

9h00 ABOBODA

14 de Maio de 2017

HORA	ESCALÃO	DATA DE NASCIMENTO
09H00	Benjamins Masc./Fem (1/3-milha)	2006/2007/2008
09H10	Infantis Masc./Fem. (1/2-milha)	2004/2005
09H20	Iniciados Masc./Fem.	2002/2003
09H20	Juvenis Masc./Fem.	2000/2001
09H35	Juniores Fem.	1998/1999
09H35	F45	1968/1972
09H35	F50	1963/1967
09H35	F55	1958/1962
09H35	F60	1957 e Anteriores
09H50	M40	1973/1977
09H50	M45	1968/1972
09H50	M50	1963/1967
10H05	M55	1958/1962
10H05	M60	1953/1957
10H05	M65	1948/1952
10H05	M70	1947 e Anteriores
10H20	Sub23 Fem.	1995/1997
10H20	Seniores Fem.	1983/1994
10H20	F35	1978/1982
10H20	F40	1973/1977
10H35	Juniores Masc.	1998/1999
10H35	Sub23 Masc.	1995/1997
10H35	Seniores Masc.	1983/1994
10H35	M35	1978/1982
10H45	Extras Masc./Fem (1/10-milha).	2008 e Posteriores
11H15	PROVA ELITE FEMININA	MARCA
11H30	PROVA ELITE MASCULINA	MARCA

PRÉMIOS

Extras: Troféu ao primeiro lugar e medalhas para os restantes lugares
 Até Juvenis: Taça aos 3 primeiros lugares e medalha do 4º ao 10º lugar
 A partir de Juniores: Taça aos 3 primeiros lugares e medalha para o 4º e 5º lugares
 Elite: Taça aos 3 primeiros lugares e medalhão do 4º até ao 10º lugar

PRÉMIO MONETÁRIO - PROVA ELITE

Masculinos (Euros) - 1º->15º lugar
 250, 200, 150, 100, 90, 80, 70, 60, 50, 40,30, 20, 10, 10, 10

Femininos (Euros) - 1º->12º lugar
 250, 150, 100, 90, 80, 70, 60, 50, 40,30, 20, 10

Regulamento

1.º - PERCURSO: Esta prova realiza-se em circuito fechado na localidade Abóboda, entre a Estrada da Conceição da Abóboda, rua Vasco da Gama, rua do Operário, rua 1º de Maio, Largo da Palmeira, Estrada Nacional, travessa da Escola e rua da Escola, com partidas e chegadas junto ao edifício Cerrado do Mato. Esta competição faz parte do Troféu de Atletismo de Cascais, nos escalões de Benjamins a Vetranos M70.

2.ºCOMPETIÇÃO - A prova destina-se à ELITE NACIONAL. Paralelamente realiza-se o Troféu de Atletismo de Cascais, aberto a atletas individuais e a todos os inscritos nos Troféus de Oeiras e Sintra.

3.º PARTICIPAÇÃO - A participação nas Provas de Elite é limitada a 50 atletas. Só é permitida a participação de dois atletas estrangeiros de cada sexo, e mais um convidado da organização.

4º INSCRIÇÕES - As inscrições para a prova aberta devem ser enviadas para o email filipe.carvalho@cm-oeiras.pt até 9 de Maio, informando nome completo, data de nascimento e NIF (Número de Identificação Fiscal). Dispensam inscrições os atletas que já possuem dorsal correspondente ao ano de 2017, atribuído para os Troféus de Cascais, Oeiras e Sintra. Não haverá inscrições de última hora.

As inscrições para a Prova de Elite devem ser enviadas para o email da organização da prova - nazaboboda@sapo.pt até ao dia 11 de Maio, que atribuirá um dorsal válido apenas para esta prova. Não haverá inscrições de última hora.

5º ESCALÕES - Os escalões, conforme detalhado no folheto, estão em conformidade com a Federação Portuguesa de Atletismo, Associação de Atletismo de Lisboa e Troféu de Atletismo de Cascais.

6º SEGURANÇA - Será efectuado um seguro de prova para todos os atletas. Todas as provas serão acompanhadas por batedores das forças policiais e permanecerá no local uma ambulância para eventual prestação de primeiros socorros ou evacuação.

7º CLASSIFICAÇÕES INDIVIDUAIS - Para a classificação individual na prova serão atribuídos 15,13,11,10,9,8,7,6,5 e 4 pontos, respectivamente do 1º ao 10º lugar, 3 pontos do 11º ao 20º, 2 pontos do 21º ao 30º e 1 ponto a partir do 31º.

8º CLASSIFICAÇÕES COLECTIVAS - A classificação por equipas será o somatório de todos os pontos obtidos pelos respectivos atletas. Em caso de empate pontual, terão vantagem as equipas que tenham obtido mais atletas em 1º, 2º e 3º lugares, etc. As provas de Elite não contam para qualquer classificação colectiva.

9º PRÉMIOS, ESCALÕES E HORÁRIOS - Conforme detalhado no folheto.

10º PENALIZAÇÕES - Pode ser desclassificado qualquer atleta que pratique ou tente praticar quaisquer actos que desvirtuem o sentido desportivo da prova.

11º CASOS OMISSOS - A organização é soberana para resolver quaisquer casos omissos a este regulamento.

Para mais informações, consultar www.nazaboboda.tk ou Facebook NAZA - Núcleo de Atletismo da Zona da Abóboda