



REGULAMENTO

V Grande Prémio de Atletismo Cidade de Águeda

“Milha Jovem, Caminhada e Corrida Sunset”

O Recreio Desportivo de Águeda (RDA), com o apoio da Câmara Municipal de Águeda, leva a cabo no próximo dia 15 de junho de 2019, a partir das 18:00 horas, o ***V Grande Prémio de Atletismo Cidade de Águeda***.

1. Eventos:

Integrada nas atividades do *V Grande Prémio de Atletismo Cidade de Águeda*, serão realizados os seguintes eventos:

- ***Milha Jovem – 1.609m*** (no interior do Estádio Municipal de Águeda);
- ***Caminhada - 5km*** (partida e chegada no interior do Estádio e percurso de estrada). Não terá carácter competitivo, sendo obrigatória a inscrição prévia.
- ***Corrida Sunset - 10km***

2. Condições de participação:

- Poderão participar todos os atletas que gozem de boa saúde e que se encontrem aptos ao desenvolvimento de esforços físicos prolongados. A Organização não se responsabiliza por quaisquer problemas de saúde resultantes do esforço desenvolvido e recomenda a realização de um controlo médico com a devida antecedência.
- A Organização reserva-se ao direito de, por razões de saúde e através do seu departamento médico, obrigar um atleta a abandonar a prova.
- Só poderão alinhar no evento os atletas portadores do dorsal oficial da prova.

3. Seguro:

A Organização celebrou um seguro a favor dos participantes não federados, que não estão abrangidos pelo seguro desportivo (art. 15º. e 18º. do Decreto-Lei nº.10 de 2009), e que façam referência no ato de inscrição.

4. Segurança:

A Organização, em colaboração com a Guarda Nacional Republicana, impedirá o trânsito rodoviário durante a prova e em todo o seu percurso, não se responsabilizando por qualquer acidente ocorrido antes, durante ou depois da mesma.

5. Escalões, Programa e Horário:

MILHA JOVEM DE ÁGUEDA

Local: Estádio Municipal de Águeda						
Hora:	Escalão	Género	Data Nascimento	Idade	Distância	Volts (pista)
16:30H	Benjamim A	F	2010 a 2013	7 a 9 anos	Mini-milha (409m)	1
16:35H	Benjamin A	M	2010 a 2013	7 a 9 anos	Mini-milha (409m)	1
16:40H	Benjamim B	F	2008-2009	10 - 11	Mini-milha (809m)	2
16:45H	Benjamim B	M	2008-2009	10 - 11	Mini-milha (809m)	2
16:50H	Infantis	F	2006-2007	12 - 13	1.609m	4
17:00H	Infantis	M	2006-2007	12 - 13	1.609m	4
17:10H	Iniciados	F	2004-2005	14 - 15	1.609m	4
17:20H	Iniciados	M	2004-2005	14 - 15	1.609m	4
17:30H	Juvenis	F	2002-2003	16 - 17	1.609m	4
17:40H	Juvenis	M	2002-2003	16 - 17	1.609m	4

CAMINHADA (5km) E CORRIDA SUNSET (10km)

Local: Partida e meta no Estádio Municipal de Águeda					
Hora:	Escalão	Género	Data Nascimento	Idade	Distância
18:05H	<i>Caminhada</i>			Todas	5km
18:00H	<i>Corrida Sunset</i>				
	Juniores	F	2000-2001	18-19	10km
	Juniores	M	2000-2001	18-19	10km

AMAMOS O PASSADO, AMBICIONAMOS UM FUTURO...!!!

18:00H	Séniiores	F	1999 a 15/06/1979	20-39	10km
	Séniiores	M	1999 a 15/06/1979	20-39	10km
	Veteranos	F40	15/06/1979 a 15/06/1975	40-44	10km
	Veteranos	M40	15/06/1979 a 15/06/1975	40-44	10km
	Veteranos	F45	15/06/1974 a 15/06/1970	45-49	10km
	Veteranos	M45	15/06/1974 a 15/06/1970	45-49	10km
	Veteranos	F50	15/06/1969 e anteriores	Mais de 50	10km
	Veteranos	M50	15/06/1969 e anteriores	Mais de 50	10km
Entrega de Prémios a partir das 19:15H					

Nota: as idades dos veteranos acima mencionados referem-se ao dia da prova.

6. As inscrições:

6.1. Para a prova estão limitadas a 1.000 participantes no conjunto das provas.

6.2. Devem conter os seguintes elementos:

- Evento em que se inscreve (Milha Jovem, Corrida Sunset (10km) ou caminhada (5km));
- Nome (primeiro e último);
- Data de nascimento (completa);
- Género masculino ou feminino;
- Federado/Não Federado;
- Nº do Documento de Identificação (CC ou BI);
- E-Mail
- Contacto telefónico.

6.3. O valor das inscrições:

- **Milha Jovem** – gratuito (**prazo limite - até ao dia 13 de junho**);
- **Caminhada (5km)** – 5 euros (**até ao dia 31 de maio**); 6 euros (**de 01 de junho a 13 de junho**)
- **Corrida Sunset (10km)** - 6 euros (**até ao dia 31 de março**); 8 euros (**de 01 de abril a 15 de maio**) - 10 euros (**de 16 de maio a 13 de junho**)
- Por cada equipa\grupo de 10 elementos oferta de **uma inscrição**.

AMAMOS O PASSADO, AMBICIONAMOS UM FUTURO...!!!