

REGULAMENTO

18ª Milha Urbana Cidade de Ovar 11 de Maio de 2019

REALIZAÇÃO

Com início às 14.30 horas do dia 11 de Maio de 2019, vai realizar-se na Cidade de Ovar a 18ª Milha Urbana Cidade de Ovar, prova de atletismo na extensão de 1.609 metros, numa organização da Habitovar - Cooperativa, C.R.L.

PROGRAMA

A prova será disputada por séries, em função do escalão etário e cada série será composta por um número máximo de 30 atletas.

As séries serão elaboradas em função das marcas realizadas na época em curso ou na última época, sendo a última série composta pelos atletas com os melhores tempos.

HORÁRIO

- 14.30 – Veteranos Masculinos - 1.609 metros (único escalão) + 35 anos
- 14.45 – Veteranos Femininos - 1.609 metros (único escalão) + 35 anos
- 15.00 – Juniores/Seniores Masculinos - 1.609 metros
- 15.15 – Juniores/Seniores Femininos - 1.609 metros
- 15.30 – Iniciados/Juvenis Masculinos - 1.609 metros
- 15.45 – Iniciados/Juvenis Femininos - 1.609 metros
- 16.00 – Homenagens
- 16.15 – Actividade Adaptada e Síndrome de Down ANDDI Masc /Fem. – 500 metros
- 16.30 – Milha Nacional ANDDI - Prova Aberta e Adaptada Masc/Fem. - 1.609 metros
- 16.45 – Infantis Masculinos (12 e 13 anos) - 900 metros
- 17.00 – Infantis Femininos (12 e 13 anos) - 900 metros
- 17.15 – Entrega de Prémios
- 17.30 – Benjamins A Masculinos/Femininos (7 a 9 anos) - 500 metros
- 17.45 – Benjamins B Masculinos/Femininos (10 e 11 anos) - 500 metros



INSCRIÇÕES

Poderão participar atletas Masculinos e Femininos dos escalões em epígrafe, desde que:

- a) Sejam atletas federados, portugueses ou estrangeiros e que se encontrem filiados numa Associação Distrital, F.P.A. ou Federação congénere estrangeira
- b) Tenha o seu Seguro Desportivo actualizado
- c) Procedam às **inscrições até às 24 horas do dia 6 de Maio de 2019.**
- e) As inscrições terão de ser enviadas para:

zemeao@gmail.com
Telem. 961 544 410 e 913 167 568
habitovar.coop@sapo.pt
habitovar.social@sapo.pt
Telef. 256 591 145

FLUXO DE ATLETAS

Serão providenciados balneários com duche, a funcionar na Escola EB2/3 António Dias Simões, situados junto ao circuito da prova.

PROCEDIMENTOS

Os atletas devem comparecer na câmara de chamada sozinhos e no tempo previsto.

Após a entrada dos atletas na câmara de chamada, estes serão identificados pelos juizes da prova.

Após serem controlados os atletas, seguirão para a área de espera onde receberão as instruções finais antes de se dirigirem para o local da partida da prova.

ÁREA DE REPOUSO

Todos os participantes, após terminarem a sua prova, serão convidados a abandonar o local da mesma, devendo dirigir-se à área de repouso.

Esta área está exclusivamente reservada a atletas, membros responsáveis da organização, juizes ou membros da assistência médica.

CLASSIFICAÇÕES

As classificações gerais individuais dos vários escalões serão elaboradas de acordo com os melhores tempos obtidos.

Serão também elaboradas classificações por séries.

A medida que ficarem disponíveis, as classificações vão sendo afixadas nos painéis de informação técnica.

Os resultados das séries irão sendo igualmente divulgados através da instalação sonora.

As cópias dos resultados finais poderão ser solicitadas no secretariado da prova.

PRÉMIOS – ENTREGA COM INÍCIO PREVISTO PARA AS 17.15

Os prémios serão distribuídos em cerimónia protocolar a realizar no local da prova, após terem terminadas as séries e sido divulgados os resultados finais.

Terão direito aos mesmos os primeiros 3 (três) classificados dos seguintes escalões: Veteranos Masculinos, Veteranos Femininos, Juniores/Seniores Masculinos, Juniores/Seniores Femininos, Iniciados/Juvenis Masculinos, Iniciados/Juvenis Femininos, Infantis Masculinos, Infantis Femininos e todas as provas da ANDDI.

Todos os participantes terão direito a T-shirt e saco com lembranças.

INFORMAÇÕES ÚTEIS:

CIRCUITO DA PROVA: O circuito da prova situa-se na Alameda do Poder Local (Zona Escolar) e tem uma extensão de 600 metros, com as seguintes características:

- a) Piso revestido a betuminoso asfáltico em traçado totalmente plano.
- b) Circuito da prova completamente vedado ao trânsito e devidamente sinalizado.
- c) Circuito da prova controlado pela P.S.P. de Ovar
- d) Encontram-se voluntários da organização distribuídos pelos seus postos a partir das 14.00 horas.