



REGULAMENTO

A Associação Cívica Alberto Bastos (ACAB), a ACR de Vale de Cambra e o Inter Caima Pinheiro Manso Futebol Clube, com o apoio da Câmara Municipal de Vale de Cambra e da Junta de Freguesia de São Pedro de Castelões, levam a efeito no dia **2 de novembro de 2024**, pelas **15:00** horas, a I Milha em Atletismo Alberto Bastos, integrado na Feira da Castanha de São Pedro de Castelões, com o seguinte regulamento:

1. Local de concentração: Jardim da Praça de S. Pedro Castelões – Concelho de Vale de Cambra.
2. Programa e Horários:

Hora	Escalões	Sexo	Anos Nascimento	Distância	Percurso
15H00	Benjamins A (Sub10)	M/F	Depois de 2014	500m	1 volta Peq.
15H10	Benjamins B (Sub12)	M/F	2013-2014	800m	1 volta
15H15	Infantis (Sub14)	M/F	2011-2012	1.609m	2 voltas
15H30	Iniciados (Sub16)/Juvenis (Sub18)	M/F	2007-2010	1.609m	2 voltas
15H45	Seniores / Veteranos *	F	2006 e anteriores	1.609m	2 voltas
16H00	Seniores / Veteranos *	M	2006 e anteriores	1.609m	2 voltas
16H30	Entrega de prémios				

* Veteranos M/F atletas com 40 anos feitos à data da prova.

* Veteranos 40: dos 40 aos 44 anos / Veteranos 45: dos 45 aos 49 anos / Veteranos 50+: A partir dos 50 anos.

Em todas as provas os atletas correm juntos mas com classificações separadas, para cada uma delas, M / F e Iniciados / Juvenis.

3. A prova é destinada a todos os atletas federados e não federados, de organizações populares, escolas e associações de todas as zonas do país.
4. As inscrições podem ser feitas online no portal www.meutempo.pt até ao dia 30 de outubro de 2024 ou presencialmente na sede na ACR.
5. As inscrições são gratuitas para os escalões de Benjamins, Infantis, Iniciados e Juvenis e devem ser efectuadas até ao dia 30 de outubro de 2024.
As inscrições para os escalões de Seniores e Veteranos têm um custo associado:
 - Até 30 de setembro – 6,00€;
 - De 1 a 15 de outubro – 8,00€.
 - De 16 a 30 de outubro – 9,00€;
 - Depois de 30 de outubro – 10,00€.Não é permitida a anulação e a devolução do respetivo valor de inscrição em casos de desistência, até 3 semanas da prova.
6. A organização terá um seguro desportivo a favor dos atletas que declarem não ter seguro desportivo até ao dia 30 de outubro. A organização não se responsabiliza pelos atletas, que tenham qualquer contra indicação médica para a prática de corridas.
7. Cada atleta só pode participar na prova do seu próprio escalão, à excepção dos Veteranos (M/F) que demonstrem o interesse em participar no escalão Sénior no ato da inscrição.



8. A distribuição dos dorsais será feita até 20 minutos antes do início das provas. Os atletas deverão munir-se dos respectivos alfinetes para a sua colocação (não serão fornecidos alfinetes). Os dorsais são de uso próprio e intransmissíveis e serão obrigatoriamente colocados na camisola (peito).
9. Os atletas que prejudiquem intencionalmente os seus adversários com empurrões, obstruções, serão imediatamente desclassificados, bem como os que durante a sua prova sejam acompanhados pelo seu técnico, dirigentes, etc..
10. Serão também desclassificados da prova todos os concorrentes que: não cumpram o percurso na totalidade; não comprovem a passagem nos pontos de controlo existentes, falsifiquem qualquer elemento da respectiva inscrição; corram com o dorsal em termos incorrectos; não respeitem as indicações da organização

11. Classificações e Prémios:

Em todas as provas que os atletas correm juntos, há classificação separadas para cada uma delas, M / F.

Tabela de prémios:

Escalões	Sexo	Individual	Coletivamente / Pontuação		
Benjamins A	M/F	1º, 2º e 3º (trofeu)	1º, 2º, 3º no conjunto maior de pontos dos 10 primeiros atletas destes escalões jovens (trofeu)	1º-10P	6º-5P
Benjamins B	M/F	1º, 2º e 3º (trofeu)		2º-9P	7º-4P
Infantis	M/F	1º, 2º e 3º (trofeu)		3º-8P	8º-3P
Iniciados	M/F	1º, 2º e 3º (trofeu)		4º-7P	9º-2P
Juvenis	M/F	1º, 2º e 3º (trofeu)		5º-6P	10º-1P
Seniores	M/F	1º ao 10º (Prémio Monetário*)	1º Fem. (trofeu) conjunto Seniores e veteranos. 1º Mas. (trofeu) conjunto Seniores e veteranos.	Contam os 3 primeiros atletas de cada equipa (vence quem tiver menor nº de pontos)	
Veteranos 40	M/F	1º ao 8º (Prémio Monetário*)			
Veteranos 45	M/F	1º ao 8º (Prémio Monetário*)			
Veteranos 50+	M/F	1º ao 8º (Prémio Monetário*)			

Individualmente:

a) Haverá prémios para todos os participantes: Lembrança, água e reforço alimentar.

b) *Nos escalões de Seniores e Veteranos, também haverá prémios monetários (em cartão presente Pingo Doce) conforme tabela em anexo e t-shirt alusiva ao evento.

12. Todos os atletas devem ser portadores de documento identificativo para o caso de dúvida na idade (Cédula Pessoal, Bilhete de Identidade ou Cartão de Cidadão).
13. Os atletas deverão apresentar-se no local de partida, 5 minutos antes do início das respectivas provas, com o respectivo dorsal devidamente colocado na camisola (peito).
14. Quaisquer reclamações ou protestos têm de ser apresentados por escrito, obrigatoriamente feito em papel branco, apresentadas ao júri da prova até 10 minutos após o termo da mesma, juntamente com a quantia de 60 Euros, a qual será devolvida se o protesto for considerado procedente.
15. Ao participar neste evento, os participantes cedem todos o direitos de utilização da sua imagem, renunciando ao recebimento de qualquer valor que vier a ser auferido com direitos de televisão ou quaisquer outro tipo de transmissão e/ou divulgação, promoção, internet, redes sociais e qualquer média em qualquer tempo.
16. Todos os casos omissos neste Regulamento, serão apreciados pela Organização e julgados pelos juizes da A.A.A., com base no regulamento da F.P.A..

1 Milha em Atletismo ALBERTO BASTOS



Alberto Bastos
1948 - 2022

"E na tentativa de esgotar a vida até ao fim, tornou-se poeta e ator, para que na palavra e no gesto a vida toda se realizasse".
Júlio Morim

17. O Júri da prova é da inteira responsabilidade do Conselho Regional de Arbitragem da Associação de Atletismo de Aveiro (A.A.A.).

Para mais informações: 960 004 382 / 256 465 170.

VALE DE CAMBRA
MAIS DESPORTO

ORGANIZAÇÃO:



APOIOS:



PERCURSOS:



TABELA DE PRÉMIOS MONETÁRIOS:

LUGAR	SÉNIORES (18 aos 39anos)		VETERANOS 40 (40 aos 44anos)		VETERANOS 45 (45 aos 49anos)		VETERANOS 50+ (50anos+)	
	M	F	M40	F40	M45	F45	M50+	F50+
1º	90,00 €	90,00 €	90,00 €	90,00 €	90,00 €	92,00 €	90,00 €	90,00 €
2º	60,00 €	60,00 €	60,00 €	60,00 €	60,00 €	60,00 €	60,00 €	60,00 €
3º	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €
4º	20,00 €	20,00 €	20,00 €	20,00 €	20,00 €	20,00 €	20,00 €	20,00 €
5º	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €
6º	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €
7º	10,00 €	10,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €
8º	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €	5,00 €
9º	5,00 €	5,00 €						
10º	5,00 €	5,00 €						