

REGULAMENTO

IV 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 30 de Junho de 2018, a partir das 16:30 horas, o ***IV Grande Prémio de Atletismo Cidade de Águeda***.

1. Eventos:

Integrada nas atividades do *IV 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 voltas de 5.000m em percurso de estrada, com partida e chegada no Estádio).

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 e Programa Horário:

MILHA JOVEM DE ÁGUEDA						
Local: Estádio Municipal de Águeda						
Hora:	Escalão	Género	Data Nascimento	Idade	Distância	Volts (pista)
16:30H	Benjamim A	F	2009 a 2012	7 a 9 anos	Mini-milha (409m)	1
16:35H	Benjamin A	M	2009 a 2012	7 a 9 anos	Mini-milha (409m)	1
16:40H	Benjamim B	F	2007-2008	10 - 11	Mini-milha (809m)	2
16:45H	Benjamim B	M	2007-2008	10 - 11	Mini-milha (809m)	2
16:50H	Infantis	F	2005-2006	12 - 13	1.609m	4
17:00H	Infantis	M	2005-2006	12 - 13	1.609m	4
17:10H	Iniciados	F	2003-2004	14 - 15	1.609m	4
17:20H	Iniciados	M	2003-2004	14 - 15	1.609m	4
17:30H	Juvenis	F	2001-2002	16 - 17	1.609m	4
17:40H	Juvenis	M	2001-2002	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	Volts (estrada)
18:00H	<i>Caminhada</i>			Todas	5km	1
19:00H	<i>Corrida Sunset</i>					
	Juniores	F	1999-2000	18-19	10km	2
	Juniores	M	1999-2000	18-19	10km	2
	Séniore	F	1998 a 29/06/1978	20-39	10km	2
	Séniore	M	1998 a 29/06/1978	20-39	10km	2
	Veteranos	F40	30/06/1978 a 30/06/1974	40-44	10km	2
	Veteranos	M40	30/06/1978 a 30/06/1974	40-44	10km	2
	Veteranos	F45	30/06/1973 a 30/06/1969	45-49	10km	2
	Veteranos	M45	30/06/1973 a 30/06/1969	45-49	10km	2
	Veteranos	F50	30/06/1968 e anteriores	Mais de 50	10km	2
Veteranos	M50	30/06/1968 e anteriores	Mais de 50	10km	2	
Entrega de Prémios a partir das 20:15H						

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