



VII Milha de Ceira

Depois de um interregno de 3 anos devido à pandemia Covid-19 que nos impediu de realizar o referido evento, a Junta de Freguesia de Ceira com a colaboração da Secção de Atletismo do CPT Sobral de Ceira, vai organizar a “VII Milha de Ceira”. A prova pretende divulgar a prática do atletismo, contribuir para a promoção da saúde, proporcionar oportunidades de convívio e de confraternização entre praticantes de diferentes escalões etários e regiões e promover o valor turístico da região.

REGULAMENTO

1. A Junta de freguesia de Ceira, com a colaboração da Secção de Atletismo do CPT Sobral de Ceira, leva a efeito no dia **08 junho de 2023**, pelas **16h15**, uma prova de estrada denominada “**VII Milha de Ceira**”.
2. A prova desenrolar-se-á nas artérias circundantes à Junta de Freguesia, as partidas e chegadas terão lugar em frente à Junta de Freguesia de Ceira, tem a distância clássica de 1609,34 metros e nela podem participar atletas de todas as idades, desde que se encontrem de boa saúde e com preparação física apta a esforços, aconselhando-se os participantes a efetuarem um controlo médico algumas semanas antes da prova.
3. PARTICIPANTES e ESCALÕES ETÁRIOS

Podem participar atletas de ambos os sexos dos escalões de Benjamins A a Veteranos, federados ou não, representantes de clubes, escolas, associações e outras entidades ou a título individual.

Os escalões etários são os mencionados, de acordo com os regulamentos atualmente em vigor:

Escalões etários	Ano de Nascimento (M e F)	Idade
BENJAMINS A	2016, 2015, 2014	7 a 9 anos
BENJAMINS B	2013 e 2012	10 e 11 anos
INFANTIS	2011 e 2010	12 e 13 anos
INICIADOS	2009 e 2008	14 e 15 anos
JUVENIS	2007 e 2006	16 e 17 anos
JUNIORES	2005 e 2004	18 a 19 anos
SENIORES	2003 e anos anteriores	20 anos em diante
VETERANOS	Ano de referência 1988	a partir da data dos 35 anos)



4. Os HORÁRIOS por Escalões são:

Horário	Escalão	Distância
16h15	Benjamins A - Masculinos Benjamins A - Femininos	600m
16h25	Benjamins B - Masculinos Benjamins B - Femininos	600m
16h35	Infantis Femininos	Milha
16h45	Infantis Masculinos	Milha
16h55	Iniciados /Juvenis Femininos	Milha
17h05	Iniciados/Juvenis Masculinos	Milha
17h15	Veteranos Femininos	Milha
17h25	Veteranos Masculinos	Milha
17h40	Prova de Elite Feminina (Juniões e Seniores)	Milha
18h00	Prova de Elite Masculina (Juniões e Seniores)	Milha

Nota: É permitida a participação de veteranos na Prova de Elite, contando como seniores para a classificação final.

5. As classificações das Provas serão efetuadas de acordo com o respetivo escalão.
6. A Organização, com a colaboração das autoridades, impedirá o tráfego na altura da prova. É rigorosamente proibido o acompanhamento dos atletas por viaturas e a não observância desta determinação implica a imediata desclassificação do (s) atleta (s) participante (s).
7. Para os atletas não federados e que não tenham seguro desportivo, a organização garantirá o mesmo.

8. PRÉMIOS

Troféus aos 3 primeiros de cada escalão, **exceto no escalão de veteranos que será entregue um troféu ao primeiro classificado de cada escalão de veterano, masculino e feminino**. Taças ou troféus às 5 primeiras equipas (classificação global dos escalões de Benjamins a Veteranos).

A classificação geral coletiva será encontrada pela soma da pontuação em todos os escalões de ambos os sexos dos atletas chegados nos 8 primeiros lugares. Assim, ao primeiro atleta será atribuído 8 pontos, ao 2º atleta 7 pontos, ... e ao 8º 1 ponto.

8 A) PRÉMIOS MONETÁRIOS

- Milha de Elite (MASCULINA E FEMININA) = **1º** 150€; **2º** 100€; **3º** 75€; **4º** 50€; **5º** 25€
- Veteranos, geral (Masculino e Feminino) = **1º** 75€; **2º** 50€; **3º** 25€



9. A organização reserva-se o direito de realizar outro tipo de classificações, extra regulamento.

10. Consoante o número de inscritos nas provas de elite ou de veteranos, caberá à organização determinar o número de séries necessárias, essas séries serão determinadas pelos melhores tempos dos atletas aos 800, 1500mt e 3000mt.

11. PERCURSO

O percurso terá uma distância de 1609,34 metros, exceto para os escalões de benjamins que será de 600 metros.

A partida será na Rua Dr. Manuel Chaves e Castro (em frente à Junta de Freguesia), segue para a Estrada da Beira; depois Rua de Tomar; Rua Dr. Manuel Chaves e Castro; Rua das Lavadeiras; Rua do Cemitério, depois entra em contra mão na Estrada da Beira, até ao entroncamento da Rua Dr. Manuel Chaves e Castro, seguindo pela estrada da Beira; Rua de Tomar; Rua Dr. Manuel Chaves e Castro (Meta, em frente à Junta de Freguesia).

No escalão de Benjamins, o percurso terá 600mt (Partida = Rua Dr. Manuel Chaves e Castro; Estrada da Beira; Rua de Tomar e Rua Dr. Manuel Chaves e Castro = Chegada).

12. INSCRIÇÕES

As inscrições são gratuitas e deverão ser realizadas até 06 de junho de 2023 na plataforma FPA Competições.

As confirmações deverão ser realizadas na mesma plataforma, até às 14h do dia da competição. Os dorsais são da responsabilidade da organização, estando o secretariado em funcionamento na sede da Junta de Freguesia de Ceira, entre as 14h00 e as 16h00.

13. INFORMAÇÕES

Quaisquer dúvidas

Rua Dr Manuel Chaves e Castro, S/N – 3030-853 – Ceira.

Telefones: 239923351 / 969833899 ;

Email: freguesiaceira@gmail.com // atletismosobralceira@gmail.com

Casos omissos deste regulamento serão resolvidos de acordo com o regulamento geral de competições em vigor na Federação Portuguesa de Atletismo.