

## REGULAMENTO

20ª Milha Urbana Cidade de Ovar 11 de Maio de 2024

### 1 - Organização

A 20ª Milha Urbana Cidade de Ovar é organizada sob a égide da Habitovar - Cooperativa, C.R.L. com o apoio da Associação de Atletismo de Aveiro e Autarquias Locais de Ovar, realizando-se a partir das 14,30 horas do dia 11 de Maio de 2024 com partida e chegada na Alameda do Poder Local Cidade de Ovar, na extensão máxima de uma milha (1.609 metros).

### 2 – Participação

Esta prova é aberta a todos os atletas, quer sejam federados, populares ou outros, que se encontrem de boa saúde e aptos a esforços. Todos os atletas deverão ser portadores do documento de identificação e alfinetes para os respetivos dorsais.

### 3 – Inscrições

As inscrições estão abertas até ao dia 8 de maio, são gratuitas até aos escalões de juvenis (incluindo ANDDI), os restantes escalões pagarão a quantia de 3,00€ até dia 20 de Abril, e 4,00€ até ao termo da data para inscrição, no dia 8 de Maio, devendo as mesmas ser efetuadas via INTERNET, através da plataforma <https://lap2go.com>.

As inscrições nas Categorias ANDDI são efetuadas por email para a organização: [milhaurbanaovar@gmail.com](mailto:milhaurbanaovar@gmail.com).

Não serão aceites inscrições de última hora.

As inscrições poderão ser canceladas. No entanto, não haverá lugar ao reembolso da quantia paga.

Os atletas juniores, seniores e veteranos deverão indicar a melhor marca nos 800, 1500 ou 3000 metros, para caso a organização entenda ser necessário fazer séries, as possa elaborar de forma mais justa.

### 4 - Escalões

Escalão/Género	Ano de Nascimento
Minis Masculinos e Femininos	2018 e 2017
Benjamins A Masculinos e Femininos	2015 e 2016

## REGULAMENTO

20ª Milha Urbana Cidade de Ovar 11 de Maio de 2024

Benjamins B Masculinos e Femininos	2013 e 2014
Infantis Masculinos e Femininos	2011 e 2012
Iniciados Masculinos e Femininos	2009 e 2010
Juvenis Masculinos e Femininos	2007 e 2008
Juniores Masculinos e Femininos	2005 e 2006
Seniores Masculinos e Femininos	De 2004 até aos 34 anos
Veteranos I Masculinos e Femininos	Dos 35 aos 49 anos
Veteranos II Masculinos e Femininos	Desde os 50 anos

### 5 - Programa / Horários

Hora	Escalão/Género	Dsitâncias
14:30	Veteranos II Masculinos e Femininos	1609m
14:45	Veteranos I Masculinos e Femininos	1609m
15:00	Seniores Masculinos e Femininos	1609m
15:15	Juniores Masculinos e Femininos	1609m
15:30	Juvenis Masculinos e Femininos	1609m

## REGULAMENTO

20ª Milha Urbana Cidade de Ovar 11 de Maio de 2024

15:45	Iniciados Masculinos e Femininos	1609m
16:00	Milha Nacional ANDDI - Prova Aberta e Adaptada Masculina/Feminina	1609m
16:15	Actividade Adaptada e Síndrome de Down ANDDI Masculinos/Femininos	500m
16:30	Homenagens e entrega de prémios	
17:00	Infantis Masculinos e Femininos	900m
17:15	Minis Masculinos e Femininos	500m
17:30	Benjamins A Masculinos e Femininos	500m
17:45	Benjamins B Masculinos e Femininos	500m
18:00	Entrega de prémios	

NOTA: Estes horários poderão de alterados.

### 6 - 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 juízes da prova.

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

### 7 - Área de Repouso

Todos os participantes, após terminarem a sua prova, deverão dirigir-se à área de repouso, exclusivamente reservada a atletas, membros responsáveis da organização, juízes ou membros da assistência médica.

## REGULAMENTO

20ª Milha Urbana Cidade de Ovar 11 de Maio de 2024

### 8 - Classificações

As classificações serão individuais por escalões e género. Caso seja necessário fazer mais que uma série, as classificações serão elaboradas pelos melhores tempos obtidos pelos atletas independentemente da série em que participem.

### 9- Prémios

Entrega com início previsto para às 16h30.

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

Serão premiados os primeiros três classificados absolutos entre os escalões Juniores, Seniores e Veteranos com os seguintes prémios:

1º Prémio: 100€

2º Prémio: 60€

3º Prémio: 40€

Os primeiros três classificados de cada escalão serão presenteados com insígnia simbólica.

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

### 10 – Imagem

Ao proceder à inscrição, o participante autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada em fotografias e/ou filmagens que ocorram durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de suporte.

### 11 - Evento

O cancelamento do evento pode ocorrer derivado a fatores externos à organização: catástrofes naturais, greves, manifestações, impossibilidade de usar as vias de circulação de trânsito, impossibilidade de usar telecomunicações, restrições do governo, nova legislação. Nestes casos a organização reserva-se ao direito de, nos 30 dias seguintes à data prevista para a realização do evento, emitir um parecer acerca das ações a serem tomadas resultantes da gravidade do cancelamento. No caso de cancelamento por motivos alheios à organização, não podem ser imputados à mesma quaisquer custos

### 12 – Seguro

## REGULAMENTO

20ª Milha Urbana Cidade de Ovar 11 de Maio de 2024

Qualquer dano ou acidente que porventura os atletas não Federados venham a sofrer no decorrer das provas, estão cobertos por um seguro de acidentes pessoais.

13 - Informações úteis:

CIRCUITO DA PROVA- O circuito da prova situa-se na Alameda do Poder Local (Zona Escolar) e tem uma extensão de 1609 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) Serão providenciados balneários com duche, a funcionar no pavilhão polidesportivo da Escola EB2/3 António Dias Simões, situados junto ao circuito da prova.  
Encontram-se voluntários da organização distribuídos pelos seus postos a partir das 14:00 horas.
- e) A zona de chegada é controlada com barreiras de protecção para impedirem os espectadores de atravessarem o percurso dos atletas nos últimos 100 metros.

14 - Omissões

Os casos omissos serão resolvidos pela Associação de Atletismo de Aveiro, com base na regulamentação vigente e aprovada pela FPA e das suas decisões não cabe recurso