



# II Milha Urbana da U.R.C.A. Abrunheira

12 DE JULHO DE 2015

## REGULAMENTO



**UNIÃO RECREATIVA E CULTURAL  
DA ABRUNHEIRA**

Tel.: 21 925 89 00 / 96 570 93 87 Fax: 219258900  
E-mail: [urcabrunheira@gmail.com](mailto:urcabrunheira@gmail.com)

Com o Apoio:



UNIÃO DAS FREGUESIAS DE SINTRA

## 1 – ORGANIZAÇÃO

---

A União Recreativa e Cultural da Abrunheira, com o apoio da Câmara Municipal de Sintra e da União das freguesias de Sintra, vai realizar no domingo, dia 12 de Julho de 2015, pelas 9h00 horas, a **II Milha Urbana da URCA - Abrunheira**.

## 2 – ÂMBITO

---

Esta prova, que integra o **Troféu “Sintra a Correr” 2015**, é aberta a todos os interessados, de ambos os sexos de acordo com os escalões etários definidos no ponto 7 deste regulamento, em representação coletiva ou a título individual, desde que se encontrem de boa saúde e aptos a realizar esforços prolongados.

## 3 – PERCURSO

---

O percurso da prova tem a distância aproximada de 1 Milha (**1609 metros**) e é realizado por todos os escalões à exceção do escalão de Benjamins, que fará apenas aproximadamente 800 metros desse mesmo percurso, conforme os croquis em anexo.

## 4 – PARTIDA

---

A concentração dos participantes será na Rua Humberto Delgado, em frente às instalações da U.R.C.A. e as partidas serão dadas de acordo com o seguinte programa-horário:

Escalões	Partida
Benjamins B (M/F)	9h00
Infantis (M/F)	9h15
Iniciados (M/F)	9h30
Juvenis (M/F)	9h45
F40 a F60 e Desporto Adaptado Fem.	10h00
Juniores Fem., Seniores Fem. e F35	10h20
M40 a M70 e Desporto Adaptado Masc.	10h40
Juniores Masc., Seniores Masc. e M35	11h00

## 5 – INSCRIÇÕES

---

A participação é gratuita em todas as provas do **Troféu “Sintra a Correr” 2015**, porém, os atletas que ainda não possuem dorsal (troféu de Cascais ou Oeiras) deverão registar-se previamente até terça-feira, dia **7 de Julho de 2015**, através do site:

<http://www.cm-sintra.pt/trofeu-sintra-a-correr-2015>

### ATENÇÃO:

- Não serão aceites inscrições no dia da prova.
- Os atletas federados não podem inscrever-se por outro clube

## 6 – CONFIRMAÇÃO DE PRESENÇA NA PROVA

---

Para efeitos logísticos, agradece-se que as equipas registadas nas Câmaras Municipais de Sintra, Oeiras ou Cascais, indiquem o número de atletas com presença confirmada até ao dia data acima indicada através do e-mail: [ddju.actividades@cm-sintra.pt](mailto:ddju.actividades@cm-sintra.pt).

**A falta desta confirmação desresponsabiliza a organização pela eventual falta de brindes a atribuir aos atletas.**

## 7 - ESCALÕES

---

Os escalões etários são os seguintes:

MASCULINOS		FEMININOS	
Escalão <sup>(1)</sup>	Anos de Nascimento	Escalão <sup>(1)</sup>	Anos de Nascimento
Benjamins B	2004 e 2005	Benjamins B	2004 e 2005
Infantis	2002 e 2003	Infantis	2002 e 2003
Iniciados	2000 e 2001	Iniciados	2000 e 2001
Juvenis	1998 e 1999	Juvenis	1998 e 1999
Juniores	1996 e 1997	Juniores	1996 e 1997
Seniores	1981 a 1995	Seniores	1981 a 1995
M 35	1976 a 1980	F 35	1976 a 1980
M 40	1971 a 1975	F 40	1971 a 1975
M 45	1966 a 1970	F 45	1966 a 1970
M 50	1961 a 1965	F 50	1961 a 1965
M 55	1956 a 1960	F 55	1956 a 1960
M 60	1951 a 1955	F 60	1955 e antes
M 65	1946 a 1950	Desporto Adaptado	Escalão único*
M 70	1945 e antes	(*) - O escalão único de "Deficientes a pé" só é válido para escalões etários acima de Juvenis	
Desporto Adaptado	Escalão único*		

<sup>(1)</sup> – A partir de 1 de Janeiro de 2015

## 8 - IDENTIFICAÇÃO DOS PARTICIPANTES

---

Todos os participantes serão automaticamente desclassificados se não forem portadores dos respetivos dorsais.

**IMPORTANTE: Serão automaticamente desclassificados todos os atletas que não se apresentem com o dorsal devidamente colocado no peito;**

A organização, sempre que o entender, poderá exigir a identificação de qualquer participante, que para o efeito se deve apresentar munido do Bilhete de Identidade ou documento oficial que comprove a sua idade.

Caso se verifique alguma irregularidade o participante em causa será desclassificado

## 9 - CLASSIFICAÇÕES

---

### 9.1 - Individual

As classificações individuais são efetuadas em função da ordem de chegada, por escalão e sexo.

## **9.2 – Coletiva**

A classificação por equipas é elaborada de acordo com a classificação individual dos atletas de cada clube em cada escalão. Nesse sentido, serão somados os pontos obtidos por todos os atletas de cada clube que se classifiquem nos 15 primeiros lugares de cada escalão. Ao 1º classificado serão atribuídos 15 pontos, ao segundo 14 e assim sucessivamente até ao décimo-quinto classificado, a quem será atribuído 1 ponto.

A classificação coletiva será pois o somatório dos pontos obtidos em todos os escalões por cada um dos Clubes/Entidades.

A equipa que obtiver maior número de pontos é a vencedora.

Em caso de igualdade pontual, o desempate será efetuado através das melhores classificações obtidas: - equipa com mais primeiros lugares, segundos lugares e assim sucessivamente.

## **10 – PRÉMIOS**

---

### **10.1 – Individuais**

Serão entregues troféus aos cinco primeiros classificados de cada escalão (masculino e feminino).

### **10.2 - Coletivos**

Na classificação Coletiva Geral serão atribuídos troféus às 5 primeiras equipas.

## **11 – BALNEÁRIOS E INSTALAÇÕES SANITÁRIAS**

---

A organização disponibilizará a todos os participantes balneários com água quente e instalações sanitárias.

## **12 - RECLAMAÇÕES**

---

Apenas serão consideradas as reclamações ao sistema de classificações que sejam apresentadas no dia e local da prova e/ou as que derem entrada, via e-mail (ddju@cm-sintra.pt), **até ao final do dia de realização de cada prova.**

## **13 - CASOS OMISSOS**

---

Todos os casos omissos que não constem deste Regulamento, terão resolução de acordo com as Normas de Participação do **Troféu “Sintra a Correr” 2015** ou pela organização.

## **14 - CROQUIS**

---

(página seguinte)



## Percurso para o escalão de Benjamins



## Percurso da 1 Milha Urbana da URCA - Abrunheira

