



## 15ª MILHA URBANA DE CORROIOS

*Sábado, 23 de Julho de 2022 pelas 20:00 horas*

### REGULAMENTO DA PROVA

Com uma organização da Casa do Povo de Corroios em parceria com a Junta de Freguesia de Corroios e Câmara Municipal do Seixal, no âmbito dos JOGOS DO SEIXAL 2022 e integrado no TROFÉU DE ATLETISMO DO SEIXAL, realizar-se-á a **XV Milha Urbana de Corroios** no dia 23 de Julho de 2022 (Sábado à noite), pelas 20:00 horas, com concentração, partidas e chegadas junto à sede da Casa do Povo de Corroios.

**(INCLUI PROVAS DE MARCHA ATLÉTICA DE PROMOÇÃO E CAMINHADA "PERCURSO DE 1H 30")**

#### 1 – Escalões Etários

##### a) MILHA URBANA CORRIDA

Escalões	Masculinos	Femininos
Benjamins A	2013/2016	2013/2016
Benjamins B	2011/2012	2011/2012
Infantis	2009/2010	2009/2010
Iniciados	2007/2008	2007/2008
Juvenis	2005/2006	2005/2006
Juniores	2003/2004	2003/2004
Seniores	1988/2002	1988/2002
Veteranos I	1983/1987	1981/1987
Veteranos II	1978/1982	1974/1980
Veteranos III	1973/1977	1967/1973
Veteranos IV	1968/1972	1960/1966
Veteranos V	1963/1967	1959 e antes
Veteranos VI	1958/1962	-----
Veteranos VII	1953/1957	
Veteranos VIII	1952 e antes	

##### b) Milha de Marcha Atlética (Promoção)

Escalões	Ano de Nascimento	
	Masculinos	Femininos
BENJAMINS	2011 a 2016	2011 a 2016
JOVEM	2010 a 2007	2010 a 2007
ABSOLUTO	2009 e antes	2009 e antes

## 2 – Inscrições

As inscrições são totalmente gratuitas e deverão ser enviadas, até às 22 horas de quinta-feira, dia 21 de Julho de 2022 para o **E-mail:** [inscricoes.atletismo@cm-seixal.pt](mailto:inscricoes.atletismo@cm-seixal.pt)

**Outros contactos:** Casa Povo Corroios [cpcorroios@gmail.com](mailto:cpcorroios@gmail.com); [rato\\_mario@hotmail.com](mailto:rato_mario@hotmail.com)

**Nota:** Os atletas inscritos no Troféu de Atletismo do Seixal não terão que se inscrever, pois estes já constam na base de dados do programa de classificações utilizado.

## 3 – Percurso da Prova

O Percurso da Milha Urbana de Corroios é feito num circuito fechado, composto por três voltas grandes percorridas nas Ruas Cidade de Lisboa (partida), Cidade do Porto, Cidade de Évora e Cidade de Coimbra e meta instalada na Rua Cidade de Lisboa, junto ao Jardim da Água, para perfazerem os 1609 metros.

## 4 – Programa – Horário

Hora	Prova/Escalão/Sexo	Hora	Prova/Escalão/Sexo
20h00m	Iniciados e Juvenis Masc/ Fem	21h50m	Veteranos VI, VII e VIII Masc.
20h15m	Veteranas Fem. II,III,IV, V	22h05m	Veteranos IV e V Masc..
20h30m	Juniores; Seniores e Vet. I Fem.	22h15m	<b>Chegada da Caminhada</b>
20h45m	<b>Partida da Caminhada</b>	22h25m	Veteranos II e III Masc
20h55m	Benjamins A - Masc. e Fem.	22h40m	Seniores e Veteranos I Masc
21h05m	Infantis e Benj. B - Masc/Fem	23h00m	<b>Entrega dos Prémios</b>
21h20m	Marcha Atlética Promoção Benj. Masc/Fem	23h30m	<b>Encerramento</b>
21h35m	Marcha Atlética Promoção Jovem e Absoluto M/F		

**CORRIDA:** Benjamins A - Percorrem “ 1/10 milha” (170 m) Benjamins B e Infantis – Percorrem “meia milha” (650 m)

**MARCHA ATLÉTICA:** Benjamins - Percorrem 1 Volta = 650 m

## 5 – Classificações

- Cada milha terá uma classificação por escalão de Benjamins B a Veteranos, masculinos e femininos.
- Para a classificação coletiva contará a soma de todos os atletas de cada escalão, sendo atribuídos 10 pontos ao primeiro classificado, 9 ao segundo, 8 ao terceiro e assim sucessivamente até ao décimo classificado (1 ponto). A partir do 11º classificado será atribuído um ponto a cada atleta. O clube com maior número de pontos vencerá a prova colectivamente;
- Os atletas dos escalões de Benjamins A somam 1 ponto à classificação coletiva da prova.
- Milha de Marcha Atlética:

Prova de Promoção da Marcha Atlética, com classificação apenas Individual.

## 6 – Prémios

- a)- Serão entregues medalhões ou Troféus aos três primeiros classificados individuais de cada escalão e taças/troféus às 5 (Cinco) primeiras equipas da classificação colectiva e **medalhões de participação ao escalão Benjamins A.**
- b)- ***Prémio Especial para a Melhor Marca da Classificação Geral Masculino e Feminino.***
- c)- Marcha Atlética – Serão entregues Medalhas aos 3 (três) primeiros classificados de cada Prova (Marcha Benjamins Masc. Marcha Benjamins Fem.; Marcha Jovem Masc.; Marcha Jovem Fem.; Marcha Absolutos Masc.; Marcha Absolutos Fem.)

**A Organização da Prova,  
*Casa do Povo de Corroios  
Junta de Freguesia de Corroios  
Câmara Municipal do Seixal***



Rua Cidade de Évora

Legenda

Rua Cidade de Coimbra

Rua Cidade do Porto

PARTIDA

Rua Cidade de Lisboa

META

Milha de Corroios