



FUNDAÇÃO - 1935

LIBERDADE FUTEBOL CLUBE

Associação Cultural, Desportiva e Recreativa

N.º Identificação 501 896 694

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA
PUBL. NO D. R. II SÉRIE N.º 196 DE 26/08/2002



REGULAMENTO

Folha 1/2

22ª MILHA Urbana da Cidade de V N Famalicão Corre Famalicão 31 de Outubro de 2020

1 - Organização

A 22ª Milha Urbana da Cidade de V. N. Famalicão, é organização do Liberdade F C, realizando-se no dia **31 de Outubro de 2020** no Parque de Sinções, junto à Casa das Artes às 15H15m.

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 Bilhete de Identidade e alfinetes para os respectivos dorsais

3 - INSCRIÇÕES

As inscrições estão abertas até ao dia **29 de Outubro (quinta-feira)**, são gratuitas, devendo as mesmas ser efectuadas preferencialmente via **INTERNET**, no portal da Associação Atletismo de

Braga - <http://www.aabraga.pt>

INFORMAÇÕES:

Liberdade Futebol Clube

Rua do Lavadouro, 28

4760-396 CALENDÁRIO - V.N.Famalicão

Telef.: 252 323 687 - Tlm 962 919 744

Os atletas Seniores deverão indicar a melhor marca nos 800, 1500 ou 3000 metros, para caso a Organização entenda ser necessário fazer séries, as possa elaborar de uma forma mais justa.

4 - Escalões Etários

| | |
|----------------------------------|---------------------------|
| Benjamins Masculinos e Femininos | Nascidos de 2009 a 2013 |
| Infantis Masculinos e Femininos | Nascidos em 2007 e 2008 |
| Iniciados Masculinos e Femininos | Nascidos em 2005 e 2006 |
| Juvenis Masculinos e Femininos | Nascidos em 2003 e 2004 |
| Juniores Masculinos e Femininos | Nascidos em 2001 e 2002 |
| Seniores Masculinos e Femininos | Nascidos até 2000 e antes |
| Veteranos Masculinos e Femininos | 40 anos e mais |

5 - Horários e Distâncias

| | | |
|-------|---|---------------|
| 15h15 | Benjamins Masculinos e Femininos | 520m |
| 15h25 | Infantis Masculinos e Femininos | 800m |
| 15h35 | Iniciados Masculinos e Femininos | Milha (1609m) |
| 15h45 | Juvenis Masculinos | Milha (1609m) |
| 15h55 | Juvenis e Juniores Femininos | Milha (1609m) |
| 16h10 | Juniores e Veteranos Masculinos | Milha (1609m) |
| 16h20 | Seniores e Veteranos Femininos | Milha (1609m) |
| 16h35 | Seniores Masculinos | Milha (1609m) |
| 16h50 | Escolas de V. N. F. Feminino até aos 8 anos | 400m |
| 17h00 | Escolas de V. N. F. Masculinos até 7 anos | 400m |
| 17h10 | Escolas de V. N. F. Masculinos 8 anos | 400m |
| 17h20 | Escolas de V. N. F. Masculinos 9 e 10 anos | 400m |
| 17h30 | Escolas de V. N. F. Femininos 9 e 10 anos | 400m |

Os dorsais deverão ser levantados com antecedência mínima de 30 minutos, para que os atletas tomem conhecimento do Regulamento, que será entregue simultaneamente