



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA

DEPARTAMENTO TÉCNICO

N/Ofício nº 30/2026

Braga, 7 de maio de 2026

ASSUNTO: 1ª Milha de Atletismo Dulce Félix

– PARECER TÉCNICO FAVORÁVEL –

Excelentíssimo(a) Senhor(a),

Presidente do(a) Escola de Atletismo Dulce Félix

Os nossos respeitosos cumprimentos.

De acordo com o Decreto-Lei nº 310/2002, de 18 de dezembro, o Departamento Técnico da Associação de Atletismo de Braga vem pelo presente apresentar a V. Ex^ª, a documentação necessária, verificada e aprovada por este departamento de acordo com o Regulamento Geral de Competições da FPA, inerente à organização da competição em assunto.

Designação: 1ª Milha de Atletismo Dulce Félix

Organização: Escola de Atletismo Dulce Félix

Data e Hora: 18 de julho de 2026, 16h00

Local de Partida: São Martinho do Conde, Guimarães

Local de Chegada: São Martinho do Conde, Guimarães

Prova de Calendário Oficial: Sim

Cabe-me comunicar que esta Associação dá o parecer Técnico favorável para a realização da competição.

Atenciosamente

Secretário
Paulo Fontão

REGULAMENTO

1ª MILHA DE ATLETISMO DULCE FÉLIX

Conde - Guimarães

1 - Organização

A 1ª Milha de Atletismo Dulce Félix é uma organização da Escola de Atletismo Dulce Félix, com o apoio da Associação de Atletismo de Braga e da Câmara Municipal de Guimarães, realizando-se no dia **18 de julho de 2026** em Conde - Guimarães, com início pelas 16 horas.

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 respetivos dorsais.

3 – Inscrições

As inscrições estão abertas até ao dia 15 de julho de 2026, **quarta-feira**, de forma gratuita, devendo as mesmas ser efetuadas online na plataforma [FPACOMPETICOES.PT](https://fpacompeticoes.pt).

4 - Escalões Etários

Escalão/Género	Ano de Nascimento
<i>Sub-10 (Benjamins A) Masc e Fem</i>	2017, 2018 e 2019
<i>Sub-12 (Benjamins B) Masc e Fem</i>	2015 e 2016
<i>Sub-14 (Infantis) Mas e Fem</i>	2013 e 2014
<i>Sub-16 (Iniciados) Masc e Fem</i>	2011 e 2012
<i>Sub-18 (Juvenis) Masc e Fem</i>	2009 e 2010
<i>Sub-20 (Juniões) Masc e Fem</i>	2007 e 2008
<i>Seniores Masc e Fem</i>	2006 até aos 39 anos
<i>Veteranos I Masc e Fem</i>	40 a 49 anos
<i>Veteranos II Masc e Fem</i>	+ de 50 anos

5 - Horários e Distâncias

Hora	Escalão/Género	Distâncias
16h00	Sub-10 (Benjamins A) Femininos	600 m
	Sub-10 (Benjamins A) Masculinos	600 m
16h15	Sub-12 (Benjamins B) Femininos	600 m
	Sub-12 (Benjamins B) Masculinos	600 m
16h30	Sub-14 (Infantis) Femininos	1609 m (milha)
	Sub-14 (Infantis) Masculinos	1609 m (milha)
16h45	Sub-16 (Iniciados) Femininos	1609 m (milha)
	Sub-16 (Iniciados) Masculinos	1609 m (milha)
17h00	Sub-18 (Juvenis) Femininos	1609 m (milha)
	Sub-18 (Juvenis) Masculinos	1609 m (milha)
17h15	Sub-20 (Juniões), Seniores e Veteranos Femininos	1609 m (milha)
17h30	Veteranos Masculinos	1609 m (milha)
17h45	Sub-20 (Juniões) e Seniores Masculinos	1609 m (milha)

6 – Classificações

6.1 – Classificações Individuais

6.1.1 - 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.

6.1.2 - Os atletas veteranos poderão optar por correr na prova de Seniores se assim o desejarem, devendo manifestar a opção no momento da inscrição.

6.2 – Classificação Coletiva Geral

6.2.1 - Serão elaboradas duas classificações coletivas. Uma referente aos escalões jovens (Benjamins a Juvenis) e uma referente aos restantes escalões (Juniões a Veteranos).

6.2.2 - Serão atribuídos pontos a cada classificação final do respetivo escalão, de modo a verificar no final da competição a equipa vencedora em cada uma das classificações coletivas apuradas, nos seguintes termos:

- 1º lugar – 16 pontos; 2º lugar – 15 pontos; 3º lugar – 14 pontos; ; 16º lugar – 1 ponto

6.2.3 - As duas classificações coletivas serão elaboradas através do somatório dos pontos obtidos nos respetivos escalões.

6.2.4 - Cada equipa só pode pontuar 3 (três) elementos por escalão- 1º lugar – 16 pontos; 2º lugar – 15 pontos; 3º lugar – 14 pontos; ; 16º lugar – 1 ponto; 17º lugar – 1 ponto e assim sucessivamente.

6.2.4 – Empates, para efeitos de desempate em qualquer uma das classificações, o mesmo será feito a favor da equipa que apresente o maior número de atletas em competição, desde que filiados na FPA.

6.3 – Protestos

Qualquer protesto deverá ser apresentado no espaço de 15 minutos após a afixação dos resultados da corrida em causa, acompanhado de uma caução de 25.00€ que serão devolvidos caso o veredito seja considerado procedente. Da resolução não haverá recurso.

7 – Prémios

7.1 – Prémios Individuais e coletivos

Individuais			Coletivos
Escalões	Masculinos	Femininos	
Sub-10 (Benj A)	1º, 2º, 3º Classificado	1º, 2º, 3º Classificado	1ª, 2ª, 3ª Trofeu
Sub-2 (Benj A)	1º, 2º, 3º Classificado	1º, 2º, 3º Classificado	
Sub-14 (Infantis)	1º, 2º, 3º Classificado	1º, 2º, 3º Classificado	
Sub-16 (Iniciados)	1º, 2º, 3º Classificado	1º, 2º, 3º Classificado	
Sub-18 (Juvenis)	1º, 2º, 3º Classificado	1º, 2º, 3º Classificado	
Sub-20 (Juniões)	1º, 2º, 3º Classificado	1º, 2º, 3º Classificado	1ª, 2ª, 3ª Trofeu
SENIORES	1º, 2º, 3º Classificado	1º, 2º, 3º Classificado	
VETI (40 a 49 anos)	1º, 2º, 3º Classificado	1º, 2º, 3º Classificado	
VETII (≥50 anos)	1º, 2º, 3º Classificado	1º, 2º, 3º Classificado	

8 – Percorso

A partida e chegada das provas será junto à Escola Básica de 1.º CEB /JI de Aula – Conde.

<https://maps.app.goo.gl/g9yES38BPoxfCwXQ7>

9 - Seguro

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.

10 – Omissões

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