

2ª MILHA DA CEGONHA
PROVA CERTIFICADA

19 OUT | 9H30
PARQUE VERDE CEGONHA
LOURINHÃ

INSCRIÇÕES
Associação Atletismo de Lisboa
competicoes.aalisboa.com.pt
INFO
geral@associacaovitorbaptista.pt
919 433 133

ASSOCIAÇÃO
VITOR BAPTISTA

LOURINHÃ

**UNião das Freguesias de
Lourinhã e Atalaia**

FPA

**ROAD RACE
COURSE
MEASURER**

**FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
DE ATLETISMO**

**mais
plus**

A **Associação Vítor Baptista**, no âmbito da promoção e desenvolvimento do atletismo na Região Oeste em colaboração com a Associação de Atletismo de Lisboa e com o apoio do Município da Lourinhã, da União de Freguesias de Lourinhã e Atalaia, vai realizar no Parque Verde da cegonha na Lourinhã dia **19 de outubro de 2025 pelas 9.30h** a 2ª Milha da Cegonha.

Esta prova é certificada com medição oficial pela FPA, e está integrada no Circuito de Milhas de 2025/2026 da Associação de Atletismo de Lisboa.



Inscrições

1. Poderão participar os atletas, de ambos os sexos, filiados ou populares, em representação dos clubes ou com filiação individual; para todos os escalões etários.
2. **As Inscrições são gratuitas e limitadas**, sendo as mesmas encerradas caso ultrapassem o número estabelecido antes da data de encerramento.
3. Têm de ser efetuadas até ao dia **14 de outubro de 2025**, na plataforma da **Associação de Atletismo de Lisboa**.

<https://competicoes.aalisboa.com.pt/Competicoes>

4. **Não serão aceites inscrições no dia da prova.**
5. Nenhum atleta federado poderá representar outra instituição/clube, a não ser aquela em que está filiado, o mesmo se aplica aos atletas individuais.

Secretariado

1. O secretariado funcionará no dia do evento (local da prova), Parque Verde da Cegonha, entre as 8h00 e as 11h00.

Classificações / Prémios

1. **Classificação Individual:** classificação feita por escalão/género
 - Serão premiados com medalhas os **3 primeiros classificados de cada escalão etário e género**
 2. **Classificação Coletiva Geral por equipas:**
 - Troféus às 5 primeiras equipas.
 - A pontuação será obtida através da pontuação dos primeiros 8 atletas de cada género e escalão, atribuindo se ao **1º - 8 pts; 2º - 7 pts; 3º - 6 pts; 4º - 5 pts; 5º - 4 pts; 6º - 3 pts; 7º - 2pts; 8º - 1 ponto**. A partir do 9º classificado, será atribuído um ponto aos restantes atletas que terminem a prova.
- Vencerá a equipa que obtiver maior pontuação. Os casos de empate serão decididos a favor da equipa que obtiver mais 1ºs lugares.



TERMO DE RESPONSABILIDADE

1. Cada atleta (ou encarregado de educação, no caso dos menores de idade), assume responsabilidade pela sua participação no evento, a qual implica a assunção de que se encontra apto para a participação.
2. Os participantes comprometem-se a seguir todas as indicações do juiz de competição e dos membros da organização responsáveis pela vigilância e policiamento ao longo do percurso.
3. A organização declina qualquer responsabilidade pelos danos que os participantes possam causar ou sofrer no decorrer da competição, provocados pelos próprios ou por terceiros assim como objetos que possam transportar, como telemóveis, relógios, etc
4. Serão desclassificados os atletas que não cumpram integralmente o percurso determinado para o respetivo escalão e que manifeste comportamento antidesportista.
5. A utilização do dorsal é obrigatória, o mesmo deve ser colocado na parte frontal da t-shirt; o dorsal é pessoal e Intransmissível; A organização não se responsabiliza pela falha da apresentação de resultados em caso de má utilização do dorsal/chip;
6. A organização desqualificará todos os atletas que efetuem a prova com mais do que um chip ou com o chip de outro atleta
7. Todos os participantes devem reunir as condições de saúde necessárias à prática desportiva, isentando a organização da prova e os seus parceiros de quaisquer responsabilidades.
8. A organização assegura aos inscritos participantes um seguro de acidentes pessoais, de acordo com o previsto no D.L.10/2009 (Seguro Desportivo), que inclui apenas o acidente, acontecimento furtuito, súbito, violento, devido a causa exterior e estranha à vontade da pessoa segura e que nesta origem lesões corporais medicamente comprovadas, aquando da atividade segura, excluindo toda a lesão derivada da prática desportiva, como sejam os processos degenerativos que não tenham a sua causa num evento fortuito, externo, violento e súbito.
9. Sem aviso prévio, a organização poderá a qualquer momento suspender ou prorrogar os prazos, ou ainda adicionar ou limitar o número de inscrições da competição e de acordo com as disponibilidades técnicas ou estruturais.

CEDÊNCIA DOS DIREITOS DE IMAGEM

O atleta ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional aos organizadores da prova, os direitos de utilização da sua imagem tal como captada nas filmagens ou fotografias que terão lugar durante as provas, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

CASOS OMISSOS

Quaisquer casos omissos neste regulamento serão resolvidos pelo Diretor da prova, e de acordo com os regulamentos e normas vigentes na FPA.

ACEITAÇÃO

A participação na 2ª Milha da Cegonha implica a aceitação deste regulamento.



DISTÂNCIAS / ESCALÕES / Horários

- Escalões de Acordo com o Regulamento do Circuito de Milhas da AAL – 25/26

Escalão	Género	Distância	N.º voltas	Idades	Ano Nascimento
Benjamins A	M/F	300 m	1	Até 9 anos	2017,2018,2019
Benjamins B	M/F	770 m	1	10 a 11 anos	2015 a 2016
Sub-14 (Infantis)	M/F	1609 m	2	12 a 13 anos	2013 e 2014
Sub-16 (Iniciados)	M/F	1609 m	2	14 a 15 anos	2011 e 2012
Sub-18 (Juvenis)	M/F	1609 m	2	16 a 17 anos	2009 e 2010
Sub-20 (juniores)	M/F	1609 m	2	18 a 19 anos	2007 e 2008
Sub-23	M/F	1609 m	2	20 a 22anos	2004, 2005,2006
Seniores	M/F	1609 m	2	23 em diante	2003 a 1992
Veteranos 35	M/F	1609 m	2	35 a 39	1987 a 1991
Veteranos 40	M/F	1609 m	2	40 a 44	1982 a 1986
Veteranos 45	M/F	1609 m	2	45 a 49	1977 a 1981
Veteranos 50	M/F	1609 m	2	50 a 54	1972 a 1976
Veteranos 55	M/F	1609 m	2	55 a 59	1967 a 1971
Veteranos 60	M/F	1609 m	2	60 a 64	1962 a 1966
Veteranos 65	M/F	1609 m	2	65 a 69	1957 a 1961
Veteranos 70	M/F	1609 m	2	70 a 74	1952 a 1956
Veteranos 75	M/F	1609 m	2	75 a 79	1951 e 1947
Veteranos 80	M/F	1609 m	2	80+	1946 antes

Horários *	
Horas	Escalão
9h30	F50/F55/F60/F65/F70/F75/F80+
9H45	M65/M70/M75/M80+
9H55	M55/M60
10H05	F35/F40/F45
10H15	M45/M50
10H25	M35/M40
10H35	Sub 14 – Infantis M/F
10H45	Sub 16 – Iniciados M/F
10H55	Sub 18 – Juvenis M/F
11H05	Sub 20 M/F
11H15	Sub 23 M/F
11H25	Seniores M/F
11H35	Bnj A / F
11H40	Bnj A / M
11H45	Bnj B / F
11H50	Bnj B / M

- Poderá haver alterações no programa horário, consoante o número de atletas inscritos em cada escalão.