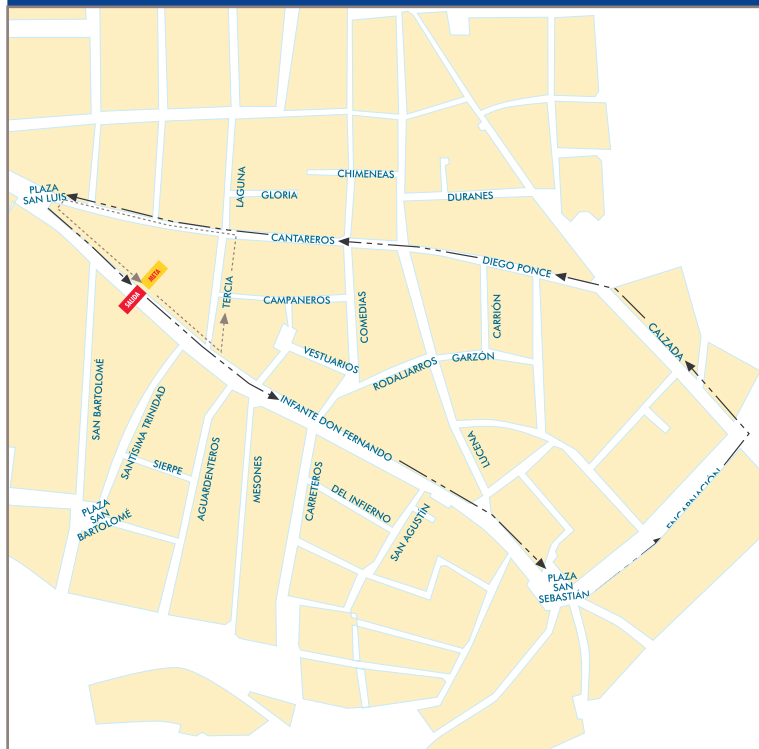


PLANO ITINERARIO



PRUEBA 1ª.

Circuito urbano de 500 m. en c/ Infante Don Fernando - San Agustín.

PRUEBAS 2ª y 3ª.

Ayuntamiento Antequera (Infante Don Fernando), Plaza San Sebastián, Encarnación, Calzada, Diego Ponce, Cantareros, Plaza San Luis e Infante Don Fernando (Ayuntamiento).

XXIX

milla urbana

CIUDAD DE ANTEQUERA

Sábado, 24 de enero de 2015
18:00 horas.



Imprime: Gráficas San Rafael - Antequera 2015



El PATRONATO DEPORTIVO MUNICIPAL de Antequera organiza la **XXIX MILLA URBANA “Ciudad de Antequera”**, para el **Sábado 24 de enero de 2015 a partir de las 18,00 H.**

ITINERARIO

PRUEBA 1ª: Circuito urbano de 500 m. en c/ Infante Don Fernando - San Agustín.

PRUEBAS 2ª y 3ª: Ayuntamiento de Antequera (Infante Don Fernando), Plaza San Sebastián, Encarnación, Calzada, Diego Ponce, Cantareros, Plaza San Luis e Infante Don Fernando (Ayuntamiento).

CATEGORÍAS

PREBENJAMÍN	Nacid@s	2008/09
BENJAMÍN	Nacid@s	2006/07
ALEVÍN	Nacid@s	2004/05
INFANTIL	Nacid@s	2002/03
CADETE	Nacid@s	2000/01
JUVENIL	Nacid@s	1998/99
JUNIOR	Nacid@s	1996/97
PROMESAS	Nacid@s	1993/94/95
SENIOR	Nacid@s	1980 a 1992
VETERANOS A	Nacid@s	De 35 a 39 años
VETERANOS B	Nacid@s	De 40 a 44 años
VETERANOS C	Nacid@s	De 45 en adelante

HORARIOS DE SALIDAS

PRUEBA 1ª	PREBENJAMINES, BENJAMINES y ALEVINES	18,00 H.
PRUEBA 2ª	INFANTILES y CADETES	18,15 H.
PRUEBA 3ª	RESTO CATEGORÍAS	18,30 H.

INSCRIPCIONES

Las Inscripciones se podrán realizar en la oficina del P.D.M. hasta el jueves 22 de enero a las 14,00 H.

PREMIOS

- Trofeo para el 1º clasificado masculino y femenino de Prebenjamines a Junior.
- Medallas del 2º al 6º clasificado de todas las categorías.
- Lote de Vinos Selección ABASTHOSUR para los Campeones Masculinos y Femeninos de las Categorías: Promesas, Senior y Veteranos A -B -C
- Lote de Vinos Selección ABASTHOSUR para los tres primeros Clasificados Masculino y Femenino Locales.
- Lote de Vinos Selección ABASTHOSUR para el 2º y 3º Clasificado Masculino y Femenino en la Categoría Absoluta.
- Jamón ABASTHOSUR valorado en 100 Euros para los Vencedores Absolutos masculinos y femeninos.

Todos los premios se entregarán una vez finalizada la prueba.

La prueba se controlará por una empresa especializada en la gestión y el control informático de pruebas de atletismo.

NORMATIVA

- Las carreras se disputarán sobre la distancia de 1 Milla sobre un Circuito urbano de asfalto.
- La inscripción es gratuita, debiendo ajustarse a los plazos establecidos.
- La Organización establecerá Clasificaciones Generales por categorías que estarán a disposición de los participantes una vez finalizada la prueba.
- Se establecerán puntos de control a lo largo del Circuito, descalificándose a aquellos que cometan alguna irregularidad.
- La Organización declina toda responsabilidad de los daños que esta prueba pueda causar, o el participante causarse a sí mismo.
- El hecho de participar presupone la total aceptación de las presentes normas y de las resoluciones tomadas por la Organización en los casos no recogidos en ésta.

CONSEJOS

- Utiliza ropa y calzado cómodo y ligero.
- Procura calentar y estirar antes de la competición.
- Asegúrate de que tu organismo está en las mejores condiciones.
- No comiences la carrera excesivamente deprisa, controla tu propio ritmo.
- Si durante la carrera sientes algún malestar no deberías continuar.
- No pares bruscamente al terminar la carrera, continua caminando.

Todos los corredores deberán llevar el dorsal bien visible y en el pecho.