



# XXXI

# MILLA

De la

# ENCINA

**9 de Septiembre**

*Después de las carrozas*

*Avda. Pérez Cosino*

Carreras infantiles  
para todas las  
edades.

Carrera competitiva.

Carrera popular.



**¡VEN A DISFRUTAR  
CON NOSOTROS!**

## COLABORADORES





[hola@runningparatodos.com](mailto:hola@runningparatodos.com)

## XXXI MILLA DE LA ENCINA

9 de Septiembre de 2018

La prueba se desarrollara con arreglo a las siguientes BASES:

1.- El Club Deportivo Runningparatodos en colaboración con el Excmo. Ayuntamiento de Ponferrada, organiza la XXXI Milla de la Encina, prueba deportiva y tradicional incluida en el calendario regional de la Federación de Castilla y León de atletismo. La prueba se desarrolla en el circuito urbano homologado de 1.609 metros.

2.- La prueba se realizará el día **9 de septiembre** entre la Avenida Pérez Colino y Plaza Lazúrtegui y dará comienzo con las categorías inferiores a partir de las 18:50.

3.- La inscripción es **GRATUITA** para todos los participantes. Se realizarán a través del correo electrónico: [hola@runningparatodos.com](mailto:hola@runningparatodos.com) hasta el **8 de Septiembre** y para la Milla popular, también se podrán inscribir hasta una hora antes de la prueba donde la entrega de dorsales.

4.- **INSCRIPCIONES:** No se realizarán inscripciones para la milla competitiva el día de la prueba, todos aquellos atletas interesados en la participación tendrán que ponerse en contacto a través del correo electrónico del club, en la mayor brevedad posible, mencionando en asunto del correo “**atleta Milla competitiva**”, nos dejará un número de teléfono para que la organización se ponga en contacto. Para aquellos atletas que quieran participar en la Milla popular, deben indicar en el asunto “**atleta Milla popular**”. Ambos deben indicar el **nombre y apellidos, su DNI y la fecha de nacimiento**. La inscripción será ilimitada para atletas dentro de la Comunidad de

### COLABORADORES



## FEDERACIÓN ATLETISMO DE CASTILLA Y LEÓN



[hola@runningparatodos.com](mailto:hola@runningparatodos.com)

Castilla y León y hasta 10 atletas si son de fuera la Comunidad en el caso de la carrera competitiva, para la popular no habrá límite de inscritos.

5.- **DORSALES:** La recogida de dorsales se efectuará hasta una hora antes de cada carrera. Los dorsales deberán llevarse en el pecho.

6.- La organización podrá modificar el horario de la prueba competitiva y popular en función del paso de las carrozas.

7.- La competición estará controlada por el comité de Jueces de la Federación provincial de León. Y la distancia será homologada (1609m) tanto en Milla competitiva como popular.

8.- Habrá medallas, sorteos en categorías inferiores y trofeos para los tres primeros clasificados de las Millas competitivas y populares.

9.- En las pruebas competitivas habrá premios en metálico para los cuatro primeros clasificados tanto en la categoría femenina como masculina. (1º puesto 200€, 2º puesto 150€, 3º puesto 100€, 4º puesto 50€).

Para las pruebas populares, habrá trofeos para los tres primeros clasificados. Todos los atletas (carrera infantil, competitiva y popular) participarán en el sorteo.

10.- El primer atleta de la categoría masculina en la prueba competitiva que consiga completar la Milla con una marca inferior o igual a 4 min 25 seg., recibirá a mayores un premio de 150€.

La primera atleta en la categoría femenina de la prueba competitiva que consiga completar la milla con una marca igual o inferior a 5 min recibirá un premio de 150€.

### COLABORADORES





[hola@runningparatodos.com](mailto:hola@runningparatodos.com)

11.- La organización declina toda la responsabilidad de los daños materiales o físicos que la participación en esta competición pueda causar. Por el hecho de participar, se acepta el presente reglamento, mientras que aquello que no se ha especificado queda a decisión de la organización o del juez árbitro de la prueba.

## 12.- HORARIOS Y DISTANCIAS:

### 17:00h Comienzo de las inscripciones presenciales

18:50h Pre-Benjamín: 5-7 años 200m

19:00h Benjamín: 9-8 años (Sub-10) 400m

19:15h Alevín: 11-10 años (Sub- 12) 600m

19:30h Infantil: 13-12 años (Sub-14) 800m

19:45h Cadete: 15-14 años (Sub-16) 1000m

### 20:00h CARROZAS

20:30h Competitiva Femenina 1609m

20:40h Competitiva Masculina 1609m

20:50h Popular Femenina 1609m

Popular Masculina

## COLABORADORES

