

Normas Gerais

“Alcochete a Correr”

29 de Setembro 2019

1.1. O **“Alcochete a Correr”** é um evento no âmbito do desporto amador e do turismo de natureza;

Esta iniciativa é organizada por uma Comissão Organizadora, constituída pela Playeventos e pela Junta de Freguesia de Alcochete;

O **“Alcochete a Correr”** será composto por um percurso de 21 kms para Corrida, outro de 8 kms para Caminhada e por um de 1,5 kms para Corrida de Minis;

A idade participação nas diferentes provas é a seguinte:

- Caminhada – sem mínimo de idade;
- Corrida dos 21kms a partir dos 16 anos de idade;
- Mini Corrida, a partir dos 4 anos;
- A participação de menores de 18 anos obriga a entrega da declaração de autorização do encarregado de educação, no caso da Corrida dos 21kms;

1.2. Inscrições:

Caminhada e Corrida – 6 euros, grátis até aos 6 anos de idade;

As inscrições poderão ser realizadas em www.acorrer.com ou na Junta de Freguesia de Alcochete.

O Prazo limite para a inscrição é até dia **26 de Setembro**.

1.3. Incluído na inscrição:

Dorsal, T-Shirt, Abastecimentos sólidos e líquidos, seguro de acidentes pessoais, cronometragem.

1.4. ESCALÕES

As competições destinam-se a todos os atletas, federados ou não, em representação Individual ou colectiva (Clubes, Escolas, Associações desportivas, etc.):

Corrida 21kms, Escalões:

MASCULINOS:

- Sub 23 - 18/22 anos
- Seniores - 23/39 anos
- M 40 (40 a 49 anos)
- M 50 (50 a 59 anos)
- M 60 (60 ou mais)

FEMININOS:

- Sub 23 - 18/22 anos
- Seniores - 23/39 anos
- F 40 (40 a 49 anos)
- F 50 (50 a 59 anos)
- F 60 (60 ou mais)

Mini Corrida “Alcochete a Correr”, Escalões Mistos:

- Dos 5 aos 7 anos;
- Dos 8 aos 10 anos;
- Dos 11 aos 12 anos;

NOTAS: As idades indicadas referem-se ao ano em curso (idade no final do ano de 2019);

1.5. Ajuda externa:

Não se permitirá a ajuda de pessoas alheias ao evento durante o percurso do mesmo.

1.6. Dorsais:

Os dorsais são pessoais e intransmissíveis para todos os efeitos – aos atletas que participem com dorsais de outros participantes, o seu tempo não será considerado.

Os dorsais serão levantados no secretariado no dia de prova ou na véspera em local a designar conforme informado no programa.

Os atletas deverão usar o dorsal bem visível numa posição de fácil acesso e consulta durante toda a participação na parte da frente do atleta (peito ou abdómen), não podendo ser dobrado ou cortado.

O dorsal dispõe de contactos de emergência e da organização.

1.7. Regras conduta desportiva:

Todos os atos do evento deverão ser norteados por um completo fairplay, assumido pela organização e pelos concorrentes;

Respeito pelo desafio, entreajuda e respeito pelos outros concorrentes, organizadores e colaboradores, assim como respeito pelo ambiente natural em que decorre a prova, procurando um impacto ambiental nulo;

1.8. Direitos de imagem:

No ato da inscrição o atleta autoriza a Comissão Organizadora a recolha de imagem da sua participação para a promoção e difusão do evento nos locais e meios que sejam mais oportunos;

1.9. Resistência Física / Saúde:

Os atletas devem ter consciência de que gozam de boa saúde e se encontrem com uma preparação física e psíquica apta a esforços longos, não se responsabilizando a organização por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela sua participação;

1.10. Programa:

Setembro Dia 26

Encerramento das Inscrições;

Setembro Dia 28

9:30h – 18:00h, Levantamento de dorsais – Junta de Freguesia de Alcochete;

Setembro Dia 29

07:30h - Abertura do Secretariado Local da Prova;

09:00h – Início das Provas do Mini “Alcochete a Correr”;

09:15h – Aquecimento;

09:30h – Briefing para Prova 21kms e Caminhada;

09:45h – Partida Prova 21 kms;

09:50h – Partida Caminhada 8 kms;

12:30h – Encerramento de ambos os Percursos (poderá ser antecipado caso todos os atletas cheguem à meta antes do tempo limite);

12:30h - Entrega de Trofeus.

1.11. Metodologia de controlo de tempos:

Controle de passagens em postos previamente estabelecidos;

Tempo controlado electronicamente por sistemas informáticos e publicados tão rápido quanto possível.

1.12. Postos de controlo:

Haverá postos de controlo secretos nos percursos. É obrigatória a passagem dos atletas pelos postos de controlo respetivos para que o seu tempo seja considerado.

1.13. Locais dos abastecimentos:

Haverá dois Postos de Abastecimento no percurso da Corrida de 21 kms e outro na zona de Meta comum a todos os percursos;

1.14. Equipamento sugerido:

Calçado e vestuário adequados para a prática de Caminhada ou Corrida, Telemóvel, Protetor solar, Água (Caminhada), Alimentos energéticos;

1.13. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário:

O percurso vai decorrer em zonas abertas ao trânsito, poderá haver circulação de veículos de forma esporádica.

1.14. Penalidades / exclusão do evento:

O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos elementos do Staff colocados na zona de partida e ao longo do percurso e sofrerá penalização ou será excluído todo aquele que:

- Não cumpra o presente regulamento;
- Não complete a totalidade do percurso escolhido pela zona marcada;
- Altere o dorsal ou não seja transportado visivelmente;
- Ignore as indicações da organização;
- Tenha alguma conduta antidesportiva;
- Não passe nos postos de controlo;
- Deteriore ou suje o meio ambiente;

- Todo o atleta que utilize meios ilícitos para obter vantagem em relação a outros, será automaticamente excluído.

1.15. Responsabilidades perante o atleta/participante:

Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição excepto se a prova for anulada previamente por motivos imputáveis à organização.

1.16. Seguro desportivo:

Os participantes são abrangidos por seguro desportivo cuja apólice será informada no Secretariado.

1.19. Ofertas Troféus para os primeiros 3 atletas de cada escalão masculinos e femininos e para os 3 primeiros atletas à geral masculinos e femininos.

1.20. Marcação do Percurso:

A marcação principal será constituída por fita sinalizadora e/ou placas.

No caso de o atleta percorrer alguma parte do percurso sem que encontre sinalização, deverá voltar atrás pelo caminho que seguiu e procurar o caminho sinalizado.

Nota Final:

A Comissão Organizadora reserva-se o direito de poder proceder a alterações de última hora se tal se mostrar estritamente necessário.

Este regulamento pode ser completado por aditamentos. Casos omissos serão resolvidos pela comissão organizadora.