

## **Normas Gerais**

### **2ª Corrida e Caminhada de São Silvestre de Alcochete**

**10 de Dezembro 2022**

**1.1. A 2ª Corrida e Caminhada São Silvestre de Alcochete** é um evento no âmbito do desporto amador;

Esta iniciativa é organizada pela Câmara Municipal de Alcochete;

A **2ª Corrida e Caminhada São Silvestre** de Alcochete será composta por um percurso de **10 kms** para Corrida e por um de **5 kms** para Caminhada.

A **São Silvestre Kids**, terá um percurso de **400m e outro de 700m** e é destinada a crianças nascidas em 2014, 2015 e 2016 (percurso de 400m) ou para as crianças nascidas em 2012 e 2013 (percurso de 700m).

O início e término de todos os percursos, será no **Largo de S.João em Alcochete** (em frente à Igreja Matriz);

A idade participação nas diferentes possibilidades é seguinte:

- São Silvestre Kids, dos 6 aos 10 anos;
- Caminhada, a partir dos 6 anos de idade;
- Corrida de São Silvestre, a partir dos 16 anos de idade;

A participação de menores de 18 anos na Corrida de São Silvestre, obriga a entrega da declaração de autorização do encarregado de educação;

### **1.2. Inscrições:**

**São Silvestre Kids - Grátis**

**Corrida de São Silvestre 10km – 9 euros**

**Caminhada 5km – 6 euros**

As inscrições serão realizadas exclusivamente através da plataforma [www.correr.pt](http://www.correr.pt).

O Prazo limite para a inscrição é até dia **07 de Dezembro** (ou antes desta data caso o número de inscrições seja atingido);

### **1.3. Incluído na inscrição:**

Participação, T-Shirt Técnica, dorsal, abastecimento líquidos, medalha de participação para todos, beberete no final para todos os participantes com música ao vivo.

Seguro de acidentes pessoais e Responsabilidade Civil, Cronometragem com chip e dorsal.

### **1.4. Escalões:**

As competições destinam-se a todos os atletas, federados ou não, em representação individual ou coletiva (Clubes, Escolas, Associações desportivas, etc.), depois de devidamente inscritos, no âmbito da corrida para todos, tendo os seguintes escalões:

#### **MASCULINOS:**

- . Sub 18 - 16/17 anos
- . 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 18 - 16/17 anos
- . 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)

**NOTAS:** As idades indicadas referem-se ao ano em curso, (**idade a 31/12/2022**).

### **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**

### **Dezembro Dia 10**

**9:30h às 12:30h** - Levantamento de Kit de participante – Setor de Desporto da Câmara Municipal de Alcochete, antiga Escola Conde Ferreira;

### **Dezembro Dia 10**

**16:00h** - Abertura do Secretariado na zona de meta, em frente ao edifício dos Paços do Concelho no Largo S. João em Alcochete;

**17:30h** – São Silvestre Kids;

**18:00h** – Abertura do Controlo 0;

**18:25h** - Briefing;

**18:30h** – Partida para Corrida dos 10 kms;

**18:35h** – Partida para a Caminhada dos 5 kms;

**21:00h** – Encerramento de ambos os Percursos (poderá ser antecipado caso todos os atletas cheguem à meta antes do tempo limite);

**21:00h** - Entrega de Trofeus.

## **1.11. Metodologia de controlo de tempos:**

Controle por sistema de chip colocado no dorsal de cada atleta;

Controle de passagens em postos previamente estabelecidos;

Tempo controlado eletronicamente por sistemas informáticos e publicados tão rápido quanto possível no site [www.acorrer.pt](http://www.acorrer.pt);

## **1.12. Postos de controlo:**

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

## **1.13. Locais dos abastecimentos:**

Haverá 1 Posto de Abastecimento no percurso da Corrida dos 10 kms e outro na zona de Meta comum à Corrida e à Caminhada de 5 kms;

## **1.14. Equipamento sugerido:**

Calçado e vestuário adequados para a prática de Caminhada ou Corrida, Telemóvel, Água (Caminhada), Alimentos energético.

#### **1.15. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário:**

O percurso vai decorrer em vias condicionadas ao trânsito, não invalidando a possibilidade de haver circulação de veículos de forma esporádica, por esse motivo pede-se a todos os participantes atenção e cautela.

#### **1.16. 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.

#### **1.17. Responsabilidades perante o atleta/participante:**

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

#### **1.18. 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.

Medalhas de Participação para Todos.

### **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 e procurar o percurso sinalizado.

### **Nota Final:**

A organização 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 organização.

