

LIGHT RUN

Beja Jovem

-18 de setembro 2025-



Considerações Gerais

A “Light Run” é uma atividade lúdica de promoção de estilos de vida saudáveis, que se realiza no âmbito da programação da **Beja Jovem 2025**. Os objetivos desta atividade estão implícitos ao fomento da prática de atividade física através da corrida ou caminhada e dos benefícios daí resultantes. Tratando-se de um evento de natureza não competitiva não terá classificação individual ou coletiva dos seus participantes.

01. Organização

Esta atividade é promovida pelo serviço de desporto da Câmara Municipal de Beja, com o apoio logístico de várias entidades.

02. Data | Hora | Local de concentração

Dia **18 de Setembro** de 2025, quinta-feira | **19h30** | **Avenida do Brasil** – Piscina Descoberta

03. Percursos | Distâncias

Esta atividade terá um percurso de **5 quilómetros**, realizados a correr ou a caminhar.

04. Inscrições

5€- inclui **t-shirt técnica, materiais GLOW, pulseira de acesso ao evento**

Registo de inscrições é obrigatório pelo site: www.acorrer.pt

05. Entrega de materiais

A entrega do kit de participação será efetuada no dia 16 de setembro nos serviços de Desporto da Câmara Municipal de Beja, sites no edifício da **Piscina Coberta** durante o horário: 14h30-17h00.

No dia 17 de setembro no horário: 09h30-12h30 e das 14h30 – 17h00.

06. Decurso da atividade

A atividade decorrerá em ritmo controlado, ou seja, haverá guias com ritmos diferenciados, para facilitar o seu bom decurso durante todo o percurso, sendo que os participantes deverão procurar o seu melhor enquadramento face à sua condição física.

07. Percurso

A atividade decorrerá por diferentes artérias da cidade, e poderá existir algum trânsito em determinadas zonas, pelo que se solicita a todos os participantes que respeitem as orientações da organização e da PSP.

Durante o percurso não é possível a utilização de bicicletas, trotinetes ou outro tipo de veículos motorizados a acompanhar os participantes.

08. Abastecimentos

Haverá um abastecimento líquido e sólido no final da atividade para todos os participantes.

09. Seguros

A organização contratualiza um seguro de acidentes pessoais para os devidos efeitos.

10. Outras informações

Cedência dos direitos de imagem

Os participantes ao procederem à inscrição individual, autorizam a cedência, de forma gratuita e incondicional à organização, os direitos de utilização da sua imagem, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

Casos omissos

Todos os casos omissos serão apreciados e resolvidos pela organização.

11. Informações

Entidade: Câmara Municipal de Beja – Serviço de Desporto

Email: desporto@cm-beja.pt

Telefone: 284311800

Contacto disponível de 2ª a 6ª feira das 09h00-12h30 e 14h00- 17h30

ENTRADAS GRATUITAS

BEJA

JOVEM 2025

18, 19 E 20 DE SETEMBRO

PISCINA MUNICIPAL

CONSULTA O PROGRAMA COMPLETO
#BEJAJOVEM2025

MÚSICA • ANIMAÇÃO

AULAS LIVRES

PHOTO BOOTH 360

JOGOS SEM FRONTEIRAS

ATIVIDADES DESPORTIVAS

ATIVIDADES AQUÁTICAS • ESPAÇO SABER (JO VEM)
AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO

LIGHT RUN

18 SETEMBRO

Inscrições:
www.acorrer.pt

CÂMARA MUNICIPAL BEJA
DENTRO DO SUL