

Regulamento

2ª Caminhada / Corrida do Coração – UIC Covilhã 2026

“Caminhar pelo Coração”

1. Organização e Objetivos

1.1. A "Caminhada / Corrida do Coração" é um evento de lazer e sensibilização para a saúde, promovido pela Unidade de Intervenção Cardiovascular da ULS Cova da Beira, que celebra o 2º aniversário nesta data.

1.2. O evento visa promover hábitos de vida saudáveis e sensibilizar para a prevenção de doenças cardiovasculares.

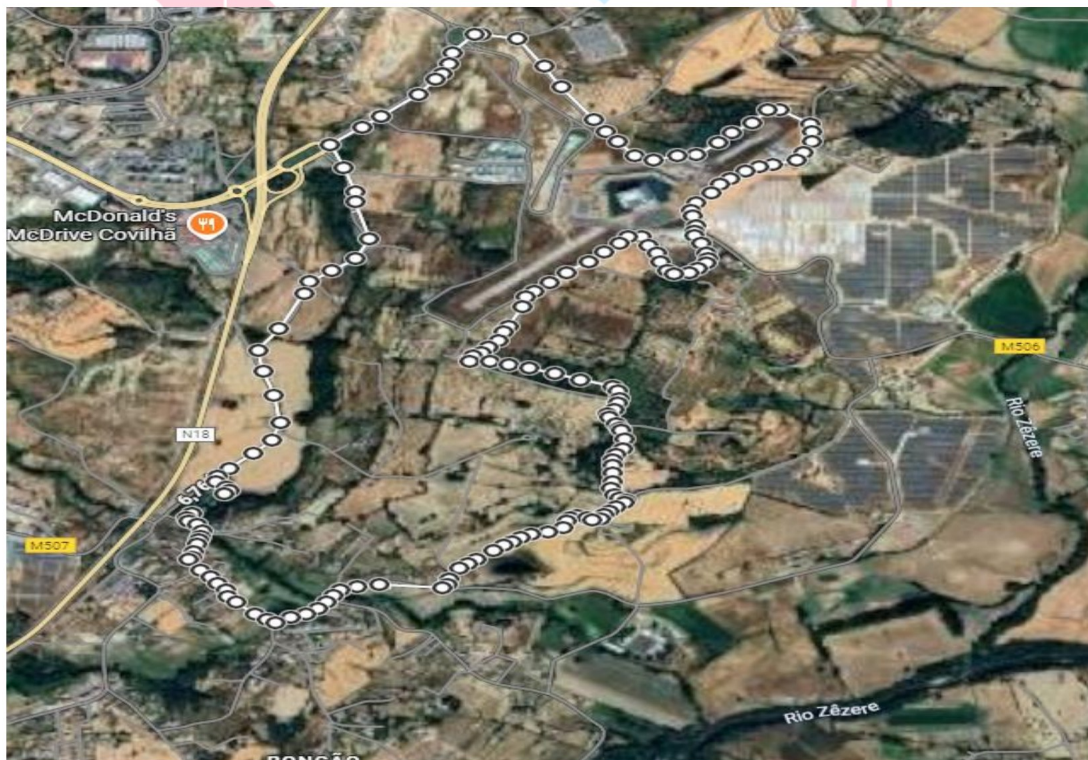
2. Informações Gerais

2.1. Data: 31/1/2026.

2.2. Local de Partida e Chegada: Parque Multiusos Duppigheim – Boidobra.

2.3. Horário: Concentração às 9h e partida às 9h30.

2.4. Percurso: Circular, com aproximadamente 8 km, de dificuldade baixa/moderada, sempre de frente para a encosta da nossa bela Serra da Estrela.



3. Inscrições

3.1. As inscrições têm um valor de **5 euros** e podem ser efetuadas através da plataforma oficial **www.acorrer.pt**.

3.2. Ao realizar a inscrição nesta prova, o atleta assume que possui as capacidades físicas necessárias ao cumprimento da mesma. Menores de idade devem ser acompanhados por um adulto responsável.

3.3. O prazo limite para inscrição termina no dia 26/1/2026 ou limitado a 200 inscrições.

4. Direitos dos Participantes

4.1. A inscrição dá direito a:

- Kit de participação (t-shirt, água e fruta).

5. Segurança e Assistência

5.1. O evento será realizado com conhecimento das autoridades de segurança rodoviária.

5.2. Haverá assistência médica ao longo da prova através da equipa multidisciplinar da Unidade de Intervenção Cardiovascular da ULS Cova da Beira.

5.3. A organização não se responsabiliza por objetos pessoais ou danos resultantes de comportamentos imprudentes dos participantes.

6. Ética e Ambiente

6.1. É estritamente proibido abandonar lixo durante o percurso. Os participantes devem guardar consigo e descartar o lixo nos recipientes apropriados ao longo do percurso ou no final da prova.

6.2. O evento promove o convívio, estilos de vida saudáveis, não tendo carácter competitivo.

7. Proteção de Dados e Imagem

7.1. Ao inscrever-se, o participante autoriza a recolha de imagens e vídeo para fins de divulgação e promoção da saúde pela organização.

8. Disposições Finais

8.1. Casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela Comissão Organizadora.

8.2. O evento poderá ser cancelado ou adiado por motivos de força maior (ex: condições meteorológicas extremas), não existindo qualquer prejuízo para o participante, pois a organização encarregar-se-á de entregar os respetivos Kits de participação.

