



Regulamento Geral da Prova

1º - A ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA OMUNDODACORRIDA.COM, APD com o apoio da Câmara Municipal de Portel, da Associação Transfronteiriça dos Municípios das Terras do Grande Lago, as juntas de Freguesia da Amieira e Alqueva, vai realizar no próximo dia 25 de Outubro de 2009, pelas 10:00 horas, uma corrida pedestre denominada “II Corrida Terras do Grande Lago”. Em simultâneo realizar-se-á uma caminhada denominada “II Caminhada Terras do Grande Lago”.

2º - PERCURSO

A corrida tem a distância de 25 km, com partida às 10:00 horas da manhã, na Barragem do Alqueva, seguindo pela estrada Nacional 384 até ao Jardim de Portel. Simultaneamente realiza-se uma caminhada pedestre sem intuítos competitivos, na distância aproximada de 14 km, com partida do Alqueva, prevista para as 10:30, seguindo por caminhos de terra batida ao longo do lago até à freguesia da Amieira.

3º - PARTICIPAÇÃO

Segundo a regulamentação oficial só poderão participar indivíduos com mais de 20 anos inclusive (seniores), desde que gozem 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, aconselhando os participantes a testarem a sua condição física pelas vias médicas adequadas. A caminhada destina-se a todos os indivíduos masculinos e femininos, cuja condição física o permita, não havendo limite de idades.

Esta corrida destina-se a todos os atletas, federados ou não, em representação individual ou colectiva (Escolas, Clubes, Associações Desportivas, etc.), depois de devidamente inscritos, no âmbito da corrida para todos, tendo os seguintes escalões:

MASCULINOS:

- ~ Seniores - 20/34 anos
- ~ VET I - 35/39 anos
- ~ VET II - 40/44 anos
- ~ VET III - 45/49 anos

- ~ VET IV - 50/54 anos
- ~ VET V - 55/59 anos
- ~ VET VI - 60/64 anos
- ~ VET VII - 65 ou mais Anos.

FEMININOS:

- ~ Seniores - 20/34 anos
- ~ VFI 35/39 anos
- ~ VFII 40/44 anos
- ~ VFIII - 45 ou mais anos.

NOTAS: *As idades indicadas referem-se ao dia da prova.*

De acordo com o regulamento da Federação Portuguesa de Atletismo (CNEC), não é permitido o escalão de juniores masculinos e femininos em provas superiores a 10 km.

4º - SEGURO

A Organização, de acordo com o Decreto. Lei n.º 146/93 de 26 de Abril, responsabilizar-se-á por efectuar o seguro desportivo a todos os participantes, não filiados na F.P.A.

A entidade seguradora será a VICTORIA SEGUROS.

5º - INSCRIÇÕES

As inscrições só serão aceites se forem efectuadas através do nosso site, por mail ou enviadas por escrito e acompanhadas do respectivo pagamento, para:

ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA O MUNDO DA CORRIDA
Rua Padre Cruz a Vale Cavala, n.º 3
2820-408 Charneca da Caparica

Telefone./fax 210 831 827 - associacao.omundodacorrída@gmail.com

Transferência bancária através do
NIB 0010 0000 41205590001 33 do BPI.

- No acto da inscrição cada atleta terá de pagar **10 €**, esta taxa vigora de **15 de Julho de 2009 até ao dia 30 de Setembro de 2009;**
De 1 a 18 de Outubro 2009 a inscrição será de **15 €;**
- A caminhada terá o valor de **6 € de 15 de Julho a 18 de Outubro de 2009.**
- As inscrições são limitadas a 500 participantes nos 25 km e a 300 na caminhada e terminam no dia 18 de Outubro de 2009 (carimbo dos CTT);
- As inscrições sem meio de pagamento ou efectuadas depois das datas referidas não serão aceites.
- Não haverá inscrições no dia da prova;

6º - SECRETARIADO E DORSAIS

A funcionar das 15 às 22 horas de Sábado no Auditório Municipal de Portel.

Todos os atletas devem de proceder ao levantamento dos dorsais, no Secretariado da Prova no dia anterior, ou no próprio dia da prova das 8 às 9:00.

Os dorsais dos atletas e caminheiros serão entregues mediante a apresentação de documento comprovativo de identidade.

7º - SEGURANÇA

A organização, em colaboração com as autoridades, procurará impedir o tráfego automóvel no decurso da prova. Os atletas ficam obrigados a manterem-se atrás da linha de partida, na zona do aquecimento. Só é permitido o abastecimento de água ou outros produtos aos atletas nos locais indicados pela Organização, a cada 5 km da prova.

8º - SANÇÕES

O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo do percurso.

Durante o percurso poderá ser distribuído a todos os concorrentes, um ou mais símbolos de controlo, e todos os concorrentes que à chegada não apresentem estes símbolos, serão automaticamente desclassificados.

Será desclassificado todo o concorrente que não cumpra o presente regulamento, não complete o percurso segundo o indicado, deteriore ou suje o meio ambiente, **não leve o dorsal bem visível** e não respeite as indicações da organização.

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

9º - CLASSIFICAÇÕES

As classificações serão feitas individualmente em cada escalão e na geral.

Não haverá classificações para a caminhada.

Para a classificação por equipas masculinas contam os **quatro primeiros** atletas classificados na geral, independentemente do escalão de que façam parte.

Para a classificação por equipas femininas contam as **três primeiras** atletas classificadas na geral, independentemente do escalão a que façam parte.

10º - PRÉMIOS

- Prémios monetários e troféus aos três primeiros da geral masculina e feminina

1º Lugar - 200 € ; 2º - 150 € ; 3º - 50 €

- Troféus aos 3 primeiros de cada Escalão Masculinos e Femininos.

- Troféus à primeira Equipa Masculina e Feminina.

OUTROS PRÉMIOS

1) T-Shirt, foto-diploma digital (oferta da Espiralphoto.com), **troféu relativo à prova** e outros artigos que a organização venha a angariar para todos os participantes na corrida

2) Aos participantes na caminhada será oferecida uma T-Shirt.

Nota: A entrega dos prémios decorrerá pelas 15 horas de domingo no Auditório Municipal de Portel e terminará pelas 16:30 horas, e só o próprio poderá levantar.

11° - ABASTECIMENTOS

A organização responsabiliza-se pela boa hidratação de todos os atletas participantes, será distribuída água em todos os abastecimentos (5,10,15,20 e chegada), fruta aos 10, 20 e chegada.

12° - TRANSPORTES

A Câmara Municipal de Portel disponibiliza transporte de Portel para a zona de partida (Barragem do Alqueva / Aldeia do Alqueva), a todos os atletas participantes nos 25 km e a todos os caminheiros participantes na caminhada. Os atletas e caminheiros que não necessitem de transporte, devem mencionar esse facto, juntamente com a inscrição).

A organização irá disponibilizar autocarros de Lisboa para Portel a 24 de Outubro de 2009, pelas 9 horas, e de Portel para Lisboa no dia 25 de Outubro, pelas 17 horas, a todos os atletas e caminheiros que dele necessitem.

O custo deste transporte é da responsabilidade dos atletas e caminheiros.

13° - DUCHE

A Câmara Municipal de Portel disponibiliza duche aos atletas que o necessitarem no Pavilhão Gimnodesportivo de Portel.

14° - DORMIDA

A Câmara Municipal disponibiliza o Pavilhão Gimnodesportivo de Portel, para pernoita dos atletas de 24 para 25 de Outubro. (Será necessário o uso de sacos cama e colchões)

Os atletas devem reservar a dormida no acto de inscrição.

15° ALMOÇO

A organização disponibiliza um almoço em Portel (Pavilhão Gimnodesportivo), das 13h às 14.30, aos atletas que o mencionarem no acto da inscrição, **cujo preço acresce ao valor da inscrição.**

16° ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO

Todos os participantes, pelo facto de efectuarem a sua inscrição na **2ª Corrida Terras do Grande Lago**, aceitam o presente Regulamento.

***Nas terras do Grande Lago a vida renasce
Venha senti-la***