

Regulamento Geral da Prova



- 1º - A ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA OMUNDODACORRIDA.COM, APD com o apoio da Câmara Municipal de Almada e inserida no programa “Almada Mexe Comigo” organiza no dia 16 de Maio de 2010, pelas 9:30 horas, uma competição em areia denominada "**II MEIA MARATONA NA AREIA**", a efectuar no areal da Costa da Caparica. Em simultâneo realiza-se uma **Caminhada / Mini de 10 km**.
- 2º - 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 atestarem 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.
- 3º - A Organização, de acordo com o Dec. 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.
- 4º - Esta corrida destina-se a todos os atletas, federados ou não, no âmbito da corrida para todos, tendo os seguintes escalões:

MASCULINOS:

- Seniores - 20/39 anos
- M40 - 40/44 anos
- M45 - 45/49 anos
- M50 - 50/54 anos
- M55 - 55/59 anos
- M60 - 60/64 anos
- M65 - 65 ou mais anos.

FEMININOS:

- Seniores - 20/39 anos
- F40 - 40/44 anos
- F45 - 45/49 anos
- F50 - 50 ou mais anos.

Nota: 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.

5º - Condições de inscrição: as inscrições poderão ser enviadas por escrito e acompanhadas do respectivo pagamento, para:

ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA O MUNDO DA CORRIDA
Rua Padre Cruz a Vale Cavala, 3 - 2820-408 Charneca da Caparica
Telef/Fax: 210 831 827 - associacao.omundodacorrída@gmail.com

Podem ser feitas via online no site da Associação e pagas através de transferência bancária:

<http://www.associacaomundodacorrída.com/MeiaAreia10.htm>

NIB 001000004120559000133 do BPI.
IBAN: PT50 0010 0000 4120 5590 0013 3 - **BIC:** BBPIPTPL

ou depósito directo na Conta do BPI nº 6-4120559.000.001 da Associação,
no valor correspondente à prova pretendida.

- No acto da inscrição cada atleta terá de pagar 10 € de 1 de Janeiro de 2010 até ao dia 30 de Abril de 2010;
- De 1 a 9 de Maio 2010 a inscrição será de 15 €;
- A caminhada terá o valor de 5 € de 1 de Janeiro a 28 de Fevereiro.
De 1 de Março a 9 de Maio o valor será de 6 €.
- As inscrições são limitadas a 750 participantes na Meia-Maratona e a 250 na caminhada e terminam no dia 9 de Maio de 2010 (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 - Todos os atletas devem de proceder ao levantamento dos dorsais, na véspera da prova das 10 às 22 horas e no próprio dia da prova das 7:00 às 8:30
- 7º - Os atletas ficam obrigados a manterem-se atrás da linha de partida, na zona do aquecimento.
- 8º - Durante o percurso será 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.
- 9º - Não haverá classificações para a caminhada.
- 10º - 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.
- 11º - O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados ao longo do percurso.
- 12º - Só é permitido o abastecimento de água aos atletas nos locais indicados pela organização, a cada 5 km da prova.
- 13º - Todos os casos omissos neste regulamento serão resolvidos, pela Organização, dos quais não haverá recurso.
- 14º - A entrega dos prémios decorrerá após a chegada de todos os atletas, e só o próprio poderá levantar.
- 15º - A prova terá o seguinte percurso:

Partida junto ao paredão da Nova Praia, em direcção á Fonte da Telha e retorno.
- 16º - Abastecimentos:

Aos 5, 10, 15, 20 e chegada, fruta aos 10 km e chegada, **para a meia maratona**

Aos 5 e chegada para a **caminhada**.

Água, bebida isotónica e fruta
- 17º - Massagem assegurada para todos os atletas.
- 18º - Seguro de Acidentes Pessoais (Apólice N° 10528544 da Victoria Seguros).
- 19º - Segurança: A organização assegura uma ambulância na zona da meta e apoio durante o percurso.
- 20º - Tempo limite de prova: 2h30

Prémios



Classificação Geral

Troféus aos 3 primeiros atletas Femininos e Masculinos

Taças ou Troféus

Aos 3 primeiros de todos os escalões Masculinos e Femininos mencionados no regulamento

Taças ou Troféus

Às 3 primeiras Equipas Masculinas

Às 3 primeiras Equipas Femininas

Para todos os atletas que terminem a prova:

Recordação alusiva à prova, T-Shirt, Foto diploma digital e outros artigos que a organização possa angariar

Para todos os caminhantes que terminem a prova:

T-Shirt