

# Regulamento Geral da Prova



1º - A ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA OMUNDODACORRIDA.COM, APD com o apoio da Câmara Municipal de Portel, as juntas de Freguesias da Amieira e Alqueva, organiza no próximo dia 12 de Outubro de 2008, pelas 10:00 horas, uma corrida pedestre denominada “**I Corrida Terras do Grande Lago**”. Em simultâneo realiza-se uma caminhada de 14 km denominada “**I Caminhada Terras do Grande Lago**”.

2º - PERCURSO

A corrida terá a distância de 25 km, com partida às 10 horas da manhã, na cerca de São Paulo – Jardim de Portel, seguindo pela estrada nacional 384, até ao Miradouro da Barragem do Alqueva (Mira Lagos – Posto de Turismo).

Simultaneamente realiza-se uma caminhada pedestre sem intuítos competitivos, na distância aproximada de 14 km, com partida na freguesia da Amieira, seguindo por caminho de terra batida ao longo do lago, com a meta no mesmo local dos atletas.

3º - PARTICIPAÇÃO

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.

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.

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 35/49 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 - INSCRIÇÕES

As inscrições dos atletas e caminheiros devem indicar nome, data de nascimento, categoria e clube do participante. As inscrições poderão ser enviadas por **correio**, **Fax** ou feitas **on-line** através do site [www.associacaomundodacorrída.com](http://www.associacaomundodacorrída.com).

O pagamento da taxa de inscrição poderá ser enviado por **correio** (cheque), ou efectuado através de **transferência bancária** para:

**NIB 001000004120559000133** do BPI. (Conta BPI nº 6-4120559.000.001)

**IBAN:** PT50 0010 0000 4120 5590 0013 3 - **BIC:** BBPIPTPL

(neste caso, será necessário a apresentação do recibo de transferência no levantamento do dorsal).

As inscrições feitas por correio devem ser enviadas para:

**ASSOCIAÇÃO OMUNDODACORRIDA.COM**

Rua Hugo Casaes, 3 - 1º Dto. - Quintinhas - 2815-603 Charneca da Caparica

Telef. 210 831 827 - [associacao.omundodacorrída@gmail.com](mailto:associacao.omundodacorrída@gmail.com)

### - De 1 de Junho a 31 de Julho

Caminhada – 3 €

Corrida – 7,5 €

### - De 1 de Agosto a 30 de Setembro

Caminhada – 3 €

Corrida – 10 €

### - De 1 a 10 de Outubro

Caminhada – 3 €

Corrida – 15 €

- **Almoço** – 6 € / pessoa

- As inscrições sem meio de pagamento ou efectuadas depois das datas referidas não serão aceites.
- Não haverá inscrições no dia da prova;

#### 5º - SECRETARIADO

A funcionar a partir das 15 horas de Sábado no Auditório Municipal de Portel (Rua dos Bombeiros Voluntários 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.

#### 6º - 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 aos atletas nos locais indicados pela Organização, a cada 5 kms da prova.

#### 7º - SANÇÕES

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

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.

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.

Todos os casos omissos neste regulamento serão resolvidos, pela Organização, dos quais não haverá recurso.

#### 8º - 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.

#### 9º - PRÉMIOS

Prémios monetários aos cinco primeiros da geral masculina e feminina, e aos três primeiros de todos os escalões de seniores masculinos a veteranos de 1 a 7 e femininos, segundo grelha a publicar brevemente.

1) T-Shirt, foto-diploma digital (oferta da Espiralphoto.com), troféu 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 18:00 horas, e só o próprio poderá levantar.*

**10° - TRANSPORTE E DUCHE**

A Câmara Municipal de Portel disponibiliza transporte de Alqueva para Portel, aos atletas que o necessitem (devem mencionar esse facto, juntamente com a inscrição).

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

**11° - DORMIDA**

A Câmara Municipal disponibiliza o Ginásio para pernoita dos atletas de 11 para 12 de Outubro. (Será necessário o uso de sacos cama e colchões)

**12° - SEGURO**

A organização fará um seguro abrangendo todos os participantes

**13° - ALMOÇO**

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

**14° - ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO**

Todos os participantes, pelo facto de efectuarem a sua inscrição na **1ª Corrida Terras do Grande Lago**, aceitam o presente Regulamento

*Nas terras do Grande Lago a vida renasce*

*Venha senti-la*