

# Regulamento Geral da Prova



- 1º - A ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA OMUNDODACORRIDA.COM, APD organiza no dia 24 de Maio de 2009, pelas 9:30 horas, uma competição em areia denominada "**I MEIA MARATONA NA AREIA**", a efectuar no areal da Costa da Caparica. Em simultâneo realiza-se uma caminhada/Mini de 10 km denominada "**I CAMINHADA NA AREIA**".
- 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 - 20/34 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 35/44 anos
- VFII - 45 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 só serão aceites se forem enviadas por escrito e acompanhadas do respectivo pagamento, para:

ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA O MUNDO DA CORRIDA  
Rua Padre Cruz a Vale Cavala, nº 3 - 2820-408 Charneca da Caparica  
Telef./fax 210 831 827 - [associacao.omundodacorrída@gmail.com](mailto:associacao.omundodacorrída@gmail.com)

- No acto da inscrição cada atleta terá de pagar 10 € de dia 1 de Janeiro até ao dia 30 de Abril de 2009;
  - De 1 a 17 de Maio a inscrição será de 15 €;
  - A caminhada terá o valor de 5 € de 1 de Janeiro até 28 de Fevereiro.
  - De 1 de Março a 17 de Maio a inscrição será de 6 €;
  - As inscrições são limitadas a 500 participantes na Meia-Maratona e a 300 na caminhada e terminam no dia 17 de Maio 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** - Todos os atletas devem de proceder ao levantamento dos dorsais, no dia anterior á prova, das 10 às 20:00, ou no próprio dia da prova das 7 às 8:45.
- 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 termina às 18:00 horas do dia da prova, e só o próprio poderá levantar.
- 15º** - A prova terá o seguinte percurso:  
Partida na junto ao paredão da Nova Praia, defronte dos Bombeiros Voluntários da Costa da Caparica 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.

# Prémios



## **Classificação Geral**

Troféus aos 3 primeiros atletas Masculinos e Femininos

## **Taças ou Troféus**

Às 5 primeiras Equipas Masculinas

Às 3 primeiras Equipas Femininas

## **Para todos os atletas que terminem a prova:**

Recordação alusiva à prova, T-Shirt

Mochila e Foto-diploma.

Água. Ofertas Diversas

Foto-diploma para as Equipas ganhadoras.

## **Para todos os caminhantes que terminem a prova:**

T-Shirt. Água. Ofertas Diversas