



REGULAMENTO

II CORRIDA VERDE DO MONDEGO

Vai realizar-se no próximo dia 5 de Junho de 2016 a **II Corrida Verde do Mondego**, organizada pela Escola de Atletismo de Coimbra / A. R. Casaense, com o seguinte regulamento:

1 – PROGRAMA-HORÁRIO, ESCALÕES E DISTÂNCIAS:

SÁBADO 04/06/2016

- 15:00H** **ABERTURA DO SECRETARIADO**
(Sede da União das Freguesias de São Martinho do Bispo e Ribeira de Frades – Bencanta)
- ENTREGA DE DORSAIS/CHIPS (14KM E CAMINHADA)**
- 20:00H** **ENCERRAMENTO DO SECRETARIADO**

DOMINGO 05/06/2016

- 08:30H** **ABERTURA DO SECRETARIADO**
(Sede da União das Freguesias de São Martinho do Bispo e Ribeira de Frades – Bencanta)
- ENTREGA DE DORSAIS/CHIPS (14KM E CAMINHADA)**
- 09:30H** **ENCERRAMENTO DA ENTREGA DE DORSAIS/CHIPS**
- 10:00H** **AULA DE ZUMBA – FISICAMENTE HEALTH CLUB**
- 10:30H** **PARTIDA DA CORRIDA DOS 14KM**



ESCALÃO	ANO NASCIMENTO / IDADE
JUNIORES M/F	1997-1998
SENIORES M/F	1996 e anteriores
VETERANOS (M40)	40 aos 44 anos
VETERANOS (M45)	45 aos 49 anos
VETERANOS (M50)	50 aos 54 anos
VETERANOS (M55)	Mais de 55 anos (inclusive)
VETERANAS (F40)	40 aos 49 anos
VETERANAS (F50)	Mais de 55 anos (inclusive)

10:31H **PARTIDA DA CAMINHADA DA FAMÍLIA**

11:45H **ENTREGA DE PRÉMIOS**

a) Com partida/chegada à Alameda da Feira (junto à Fundação Bissaya Barreto – Bencanta – São Martinho do Bispo), a Corrida tem um percurso de 14 Km e está aberta aos escalões etários masculinos e femininos (atletas nascidos em 1996 e anos anteriores). Um evento paralelo, a **Caminhada da Família** (para todas as idades), será realizado na distância de 5 Km.

b) Os atletas masculinos e femininos correm juntos mas com classificações separadas por género.

2 - Nesta prova podem participar atletas inscritos em qualquer Associação do país, organizações populares ou escolas e atletas individuais.

3 - Todos os atletas interessados em participar nesta prova, têm que enviar as inscrições para:

- **Online (recomendado)**

Para realizar a inscrição online bastará aceder a <http://lap2go.com/corrida-verde-mondego-2016> e optar por uma inscrição individual (se não possuir clube e quiser correr sem equipa) ou por uma inscrição coletiva (se quiser participar através de algum clube ou integrar uma equipa de 6 elementos). A inscrição será aceite até **29 de Maio 2016** (até às **23:59**), com o pagamento realizado por referência multibanco gerada individualmente. O comprovativo de pagamento, bem como a confirmação de inscrição, deverão ser guardadas até ao momento de levantamento do kit de inscrição, antes do evento.



- **Manual**

A organização irá disponibilizar panfletos de inscrição em alguns locais de promoção do evento, onde será possível fazer-se a inscrição no momento. Os mesmos formulários acompanhados de pagamento poderão ser entregues/enviados até 29 de Maio de 2016 (data de registo do correio ou em mão) para a União das Freguesias de São Martinho do Bispo e Ribeira de Frades. A morada que deve ser considerada é:

Rua Principal – Bencanta
3045-382 Coimbra

4 - A Organização celebrou um seguro de Acidentes Pessoais para o dia da prova que cobre qualquer acidente de atletas não abrangidos pelo Seguro Desportivo ou Seguro Escolar (Decreto-Lei n.º 146, de 26 de Abril de 1993).

5 - O custo de cada inscrição (**Corrida 14km e Caminhada “Família”**) encontra-se fixado em função de prazos, conforme tabela seguinte. Qualquer inscrição só é válida mediante o seu pagamento, servindo o comprovativo de pagamento como prova.

PRAZO	VALOR
Até 30/04/2016	7,00 €
Até 22/05/2016	9,00 €
Até 29/05/2016	10,00€

- a) As crianças até aos 10 anos de idade que pretendam participar na Caminhada da Família, terão inscrição gratuita, só não recebendo prémio de participação (T-shirt e Medalha).
- b) As inscrições coletivas beneficiarão de igual preço das inscrições individuais, exceto em equipas maiores ou iguais a 6 membros. Por cada 6 inscritos, na Corrida 14Km ou Caminhada, a equipa beneficiará de uma inscrição gratuita (exemplo: numa equipa de 12 elementos, 2 inscrições serão gratuitas). Só serão consideradas inscrições gratuitas em inscrições coletivas feitas de uma só vez na plataforma de inscrições Lap2Go (não serão consideradas as inscrições em acumulado feitas ao longo do tempo).
- c) Por definição cada atleta só pode participar no seu próprio escalão. Os atletas Veteranos que pretendam correr no escalão de Sênior terão que efetuar o pedido de alteração de escalão no momento da inscrição.



6 – O levantamento dos dorsais e chips será feito contra a apresentação do comprovativo do pagamento da inscrição, nos seguintes dias e horários:

DIA	HORÁRIO	LOCAL
SÁBADO 04/06/2016	15:00H - 20:00H	Sede da União das Freguesias de São Martinho do Bispo e Ribeira de Frades – Bencanta
DOMINGO 05/06/2016	08:00H - 9:30H	

NOTA: a não devolução dos chips obriga a um pagamento de 5,00 €. Todos os chips serão entregues junto com um envelope RSF, para permitir eventual entrega por correio, caso levante o seu kit, mas não participe no evento.

7 – Haverá força de ordem pública (PSP), para disciplinar o trânsito no decorrer das provas.

8 - O seguro de provas desportivas cobre os riscos de morte ou invalidez permanente e despesas de tratamento constantes na respetiva apólice.

9 - A Organização da prova não se responsabiliza pelos atletas não federados que tenham qualquer contra indicação médica para a prática da corrida.

10 - Os atletas que prejudiquem intencionalmente os seus adversários com empurrões, obstruções, serão imediatamente desclassificados, bem como os que durante a sua prova sejam acompanhados pelo seu técnico ou dirigente.

11 - Compete aos fiscais de percurso, juízes de partida e chegada, anotarem e desclassificarem os atletas infratores.

12 - O Júri da prova será da inteira responsabilidade da Organização.

13 - Haverá classificações individuais e coletivas na corrida dos 14km.

14 - Os participantes da Corrida dos 14km e Caminhada da Família (exceto crianças até aos 10 anos) recebem os seguintes prémios:

- T-shirt Técnica, Medalha e Saco com Lembranças (água, fruta, queque, barra energética e outros brindes) e Dorsal Personalizado (Só para as inscrições pagas até 29 de Maio 2016).
- Oferta FÍSICAMENTE HEALT CLUB (um dia de utilização), na apresentação do dorsal.



- Estão previstos Prémios para os melhores da Classificação Geral Masculina e Feminina; Prémio para o 1º Classificado dos Júniores M/F, Prémios para os Veteranos M/F de cada escalão, como também para as três melhores Equipas da Classificação Geral.
- Haverá Prémio para a equipa com mais elementos classificados na Corrida dos 14km, qualquer que seja o escalão e género.

15 – As classificações coletivas serão apuradas pelas regras da IAAF, ou seja, tendo em conta a classificação de cada elemento que somará a sua classificação em função do lugar da classificação geral (prevalece a equipa com menor número de pontos somados). Uma equipa só assim é considerada se fechar a prova com, pelo menos, 5 elementos. Em caso de empate é analisado o fecho da equipa (pela melhor classificação do 5º elemento de cada equipa).

16 - Quaisquer reclamações ou protestos têm de ser apresentados por escrito, obrigatoriamente feita em papel timbrado do clube, ao Júri da prova, até 10 minutos após o termo da mesma, juntamente com a quantia de 50€ (euros), a qual será devolvida se o protesto for considerado procedente.

17 - Os atletas deverão ser portadores da sua licença desportiva ou Bilhete de Identidade/ Cartão do Cidadão para qualquer verificação solicitada pelo Júri. Torna-se indispensável a apresentação destes documentos, sempre que solicitados.

18 - Os atletas deverão apresentar-se 15 minutos antes das respetivas provas, no local de partida, com o respetivo dorsal colocado na camisola (peito) e o chip colocado corretamente nos ténis de corrida, conforme instruções publicadas na página do evento ou no local.

19 - Todos os casos omissos neste Regulamento serão apreciados pela Organização e julgados pelo júri, com base no regulamento da F.P.A. e Comissão Nacional de Estrada e Corta-Mato.

20 - Para mais informações deve contactar o responsável do evento, **Luis Gaspar (917543780)** ou **Lap2Go** para o e-mail, suporte@lap2go.com