



BRUTUS BRAVE LAKE 2020

25 ABRIL 2020

REGULAMENTO

1 - ORGANIZAÇÃO

A BRUTUS BRAVE LAKE é uma prova de corrida com obstáculos, organizada pela Associação Cicloturística do Cabeço de Mira (ACCM), contando com os apoios da Câmara Municipal de Mira, Junta de Freguesia de Mira, Junta de Freguesia da Praia de Mira, Parque de Campismo “Vila Caia”, empreendimento “Herdade do Lago Real” e Hotel Quinta da Lagoa. Num circuito inserido em plena natureza, utilizando o mais possível os recursos naturais da zona em que se insere, inclui obstáculos naturais e estruturas montadas ao longo do percurso por entre floresta e lagoas.

2 – DATA , HORA E LOCAL DA REALIZAÇÃO DA PROVA

A prova realiza-se no dia 25 de Abril de 2020, com início às 15H00, com partida e chegada no Parque de Campismo “Vila Caia”, sito no lugar de Lagoa, concelho de Mira.

Coordenadas: Latitude 40º 26.841’N ; Longitude 8º 45.416’O

3 - PERCURSOS

- O percurso principal terá cerca de 9 Km. Cada participante terá de enfrentar mais de 30 obstáculos montados pela organização e também naturais, com diferentes níveis de dificuldade. Tanto a partida como a chegada será no Parque Campismo “Vila Caia”, com passagem pela “Herdade do Lago Real”, pelo Hotel Quinta da Lagoa, por lagoas e trilhos de mata e pinhal dentro dos limites da freguesia de Mira.

- Existirá um percurso menor, de 5 km, com cerca de 25 obstáculos para iniciação à modalidade.

O percursos só serão divulgados no dia do evento sendo marcado com fitas e setas de sinalização em locais estratégicos. Os obstáculos serão vigiados pelo staff da organização.

Consoante o número de inscrições, as partidas serão realizadas em grupos de atletas em nº a definir pela organização, com intervalos de 10, 15 ou 20 minutos, de forma a garantir a fluidez da prova. Os atletas da LIGA OCR Portugal serão os primeiros a partir seguidos dos ELITE. Os NÃO ELITE partirão por grupos, sempre que possível, por equipas (podendo juntar-se várias equipas num mesmo horário de partida) e os restantes atletas consoante outros critérios a definir pela organização da prova.

Nota: nos dias anteriores à prova serão publicadas listas de partida, com a ordem de partida desejável. No entanto, estes horários serão indicativos, reservando-se a organização a efetuar as alterações

que se verificarem necessárias no decorrer da partida, com vista a atender a quaisquer situações imprevistas, necessidades de melhoria ou imperativos de última hora.

Os atletas da LIGA OCR deverão ter especial atenção às partidas, devendo chegar atempadamente, pois serão os primeiros a partir, e deverão garantir que a sua partida é na caixa reservada ao seu escalão.

4 – CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

É imprescindível ter a condição física adequada às características desta prova. Uma corrida de obstáculos envolve sempre alguns riscos, e é fundamental que o atleta tenha a noção de autogestão do esforço, quer físico, quer mental, perante situações adversas às quais poderá ficar exposto, sem que seja possível ajuda ou resgate imediato. É fundamental o atleta saber como atuar em caso de pequenas lesões, indisposições gástricas, entre outras situações normais, decorrentes da atividade física intensa.

Os participantes devem reunir as condições de saúde necessárias à prática desportiva, pelo que se aconselha que consultem o seu médico antes de realizar a corrida. A partir do momento em que um atleta se inscreve, depreende-se que se sente física e psicologicamente preparado para o esforço físico inerente à prova e que tem noção dos potenciais riscos que a superação de alguns obstáculos podem envolver.

É da responsabilidade do participante procurar notificar um elemento do staff sempre que ocorra qualquer lesão, ferimento ou ameaça à sua integridade física.

Apesar de existirem 2 momentos de fornecimento de hidratação e sólidos, o próprio atleta é responsável por garantir o estado de hidratação e nutrição adequados à realização do esforço necessário para concluir esta prova.

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.

Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais ou de qualquer outra natureza, a si mesmo e/ou a terceiros. A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente, de negligência, ou de roubo de objetos e/ou valores, de cada participante. Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de responsabilidade resultante dos atos acima descritos.

O dorsal atribuído via inscrição é pessoal e intransmissível. Os participantes devem usar o dorsal oficial do evento em sítio visível.

5 – ESCALÕES / CATEGORIAS

- **LIGA OCR PORTUGAL / ELITE** (máx. 250 inscrições)

Competirão em escalão Individual masculino e Individual feminino. Serão os primeiros a partir separadamente (masculinos e femininos) em grupos de número a definir.

Nesta categoria, os atletas deverão OBRIGATORIAMENTE SUPERAR TODOS OS OBSTÁCULOS (OSO) SEM AJUDA, podendo tentar as vezes necessárias para cumprir o objectivo.

Os atletas que não conseguirem superar um obstáculo serão desclassificados e é-lhes retirada a pulseira pelo voluntário fiscalizador do obstáculo (apela-se ao *fair play* do atleta na entrega da pulseira), podendo prosseguir o percurso e finalizar a prova, sendo contudo, excluído da classificação final.

A pulseira será fornecida com o kit de participante apenas para esta categoria e é de uso OBRIGATÓRIO, tendo que estar claramente visível, bem como o dorsal. Sendo frequente acontecer a perda do dorsal é aconselhável escrever o nº do mesmo nos braços ou noutra zona visível.

A inscrição nesta categoria terá direito a classificação final e conta para efeitos de apuramento para o Campeonato da Europa (OCREC), o 1º campeonato do Mundo Federativo (Russia, 17 a 20 de Setembro)

Nota: TIME CAP

Na categoria **LIGA OCR PORTUGAL / ELITE**, além da obrigatoriedade de terminar a prova com pulseira, existe um limite de tempo para a sua conclusão: Time Cap masculino 15 min/km e Time Cap feminino 18 min/km.

- NÃO ELITE

Neste escalão não será obrigatório superar todos os obstáculos, pelo que rastejar, correr, saltar, escalar, passar por cursos de água, poças de lama e areias, serão um desafio pessoal mas ao mesmo tempo uma oportunidade de cooperação em equipa, sendo encorajada a inscrição em equipa e a entreaduda entre os atletas das equipas, a diversão e companheirismo, motivo pelo qual **haverá contagem de tempos e classificações mas não serão atribuídos prémios finais.** Alguns obstáculos poderão não estar ao alcance de todos, daí os participantes desta categoria não serem obrigados a ultrapassá-los se não se sentirem confortáveis. O objetivo para esta categoria não é vencer, mas superar-se, sendo que o atleta deverá tentar superar o máximo de obstáculos que conseguir, tendo que ter, ao mesmo tempo, consciência das suas limitações. **Dentro do espírito OCR, se não conseguirem superar um obstáculo deverão cumprir 10 burpees.**

Serão aceites equipas a partir de 4 elementos, sendo premiada a equipa mais numerosa.

6 – INSCRIÇÕES E VALORES

A idade mínima para participar na corrida é de 16 anos para a categoria LIGA OCR / ELITE e de 12 anos para NÃO ELITE. Em ambas as categorias os menores têm que apresentar um Termo de Responsabilidade, devidamente assinado pelo encarregado de educação e uma cópia do B.I. ou Cartão Cidadão do mesmo, quando procederem à credenciação. No caso dos menores NÃO ELITE apenas poderão participar na prova sendo acompanhados por um responsável maior de idade durante todo o percurso (este acompanhante responsável pode não ser o próprio Encarregado de Educação, mas tal deverá ser especificamente designado por este no Termo de Responsabilidade).

Os montantes pagos pelas inscrições não são devolvidos nem transmissíveis. Em caso de desistência ou não comparência não haverá lugar a reembolso.

Apesar de não existir classificação por equipas, as inscrições em equipa oferecem a possibilidade de usufruir de uma tarifa mais vantajosa a partir de 4 elementos (excepto para atletas da LIGA).

TARIFAS INSCRIÇÃO							
Fases	NÃO ELITE		ELITE		LIGA OCR	5 KM	TAÇA DE PORTUGAL *
	Individual	Equipa	Individual	Equipa			
1º fase (até 28/02)	17,50 €	15,00 €	20,00 €	17,50 €	16,00 €	15,00 €	17,50 €
2ª fase (01/03 a 05/04)	20,00 €	17,50 €	22,50 €	20,00 €	18,00 €	16,00 €	20,00 €
3ª fase (06/04 a 19/04)	22,50 €	20,00 €	25,00 €	22,50 €	20,00 €	17,50 €	22,50 €

(* A Taça de Portugal é uma competição a decorrer a 26 de Abril, no mesmo local, com um regulamento próprio, disponibilizado na mesma página da inscrição desta prova (em www.lap2go.com). As inscrições nas 2 provas podem ser feitas conjuntamente. A consulta do regulamento próprio da Taça de Portugal é indispensável para quem pretende inscrever-se também nesta prova.)

Para as inscrições em equipa, como bónus adicional, oferecemos uma inscrição em cada 10 participantes (ou seja, ao inscrever uma equipa com 10 ou mais elementos, o valor de uma inscrição é oferta, ao inscrever 20 ou mais participantes 2 inscrições são oferta, etc).

As inscrições serão limitadas a 1000 participantes e a última fase de inscrições termina no dia 19 de abril de 2020.

A inscrição é feita online, no site www.lap2go.com, e o pagamento será feito através da informação que receberá no seu e-mail, com a “Entidade” e “Referência” para pagamento por Multibanco, ou por MBWay. Após a recepção do pagamento, a confirmação da inscrição é enviada para o e-mail indicado na inscrição.

A inscrição pressupõe a total aceitação deste regulamento (ver último ponto do regulamento).

Para os atletas da categoria LIGA OCR este regulamento não dispensa também a leitura do regulamento próprio da LIGA OCR PORTUGAL, disponível em <https://ocrportugal.pt/>.

Uma inscrição compreende o seguinte:

- 01 participação no BRUTUS BRAVE LAKE 2020;
- 01 t-shirt do evento ou outro adereço a designar pela organização;
- 01 uma pulseira (apenas para atletas LIGA OCR e ELITE);
- 01 seguro de acidentes pessoais (com franquia de 60€);
- 01 hidratação e reforço com fruta a meio e no final da prova;
- 01 dorsal;
- 01 chip - a devolver no final da prova (LIGA/ELITE);
- 01 medalha de Finisher a quem completar a prova.

O KIT pode ser levantado mediante apresentação do BI ou CC a partir de Sexta (24/04) das 17h às 23h, ou no dia da prova, a partir das 7h30 no secretariado (que se encontrará junto à zona de partida).

7 – INSTALAÇÕES SANITÁRIAS, BANHOS E VESTIÁRIOS

A organização da prova assegura aos inscritos um seguro de acidentes pessoais, conforme previsto no nº 1 do art.º do D.L. nº 10/2009 de 12 de Janeiro. No entanto, como em todos os seguros, existe uma franquia de 60€ a pagar pelo participante caso seja necessária a sua activação. A organização não se responsabiliza por situações que não estejam abrangidas por este seguro.

8 – INSTALAÇÕES SANITÁRIAS, BANHOS E VESTIÁRIOS

No local de início da prova existem instalações sanitárias (vestiários) com separação para homens e mulheres. Será criada uma zona de banhos, pelo que se aconselha aos participantes trazer uma muda de roupa, calçado e toalha de banho.

9 – PERTENCES PESSOAIS E ESTACIONAMENTO

A organização terá disponível um local para guardar os pertences pessoais dos participantes, incluído as chaves das viaturas. Todos os pertences a guardar deverão ser colocados em mochila ou saco, devidamente acondicionados e identificados.

O local de início da prova dispõe de estacionamento gratuito no local da partida e chegada (condicionado aos lugares existentes), à entrada e saída do Parque de Campismo Vila Caia (no interior apenas é admitido o acesso a veículos autorizados) e também nas imediações do Hotel Quinta da Lagoa (estrada florestal).

10 – DIREITOS DE IMAGEM

Ao participar no evento, o declarante autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional dos direitos de utilização da sua imagem aos organizadores da prova. Estes direitos podem ser cedidos a terceiros, desde que autorizados pela própria organização e incluem vídeos, fotografias, imagens, gravações ou qualquer outro registo deste evento.

11 – RESERVA DO DIREITO DE ADMISSÃO

À organização é reservado o direito à aceitação ou não das inscrições. A inscrição na prova pressupõe que cada participante aceita o presente regulamento e, em caso de dúvida ou situação não contemplada no mesmo, deverá contactar a organização. A NÃO ACEITAÇÃO DAS CONDIÇÕES DO PRESENTE REGULAMENTO DEVERÁ SER MOTIVO PARA NÃO SE INSCREVER.

É ainda reservado o direito a recusar a participação na prova de qualquer indivíduo que se apresente em condições que possam causar motivo de preocupação, para si próprio e/ou para os outros, ou cujo comportamento possa ser considerado inapropriado, ofensivo ou seja motivo de ameaça à integridade física e/ou moral de outros participantes, espetadores ou elementos do staff e organização.

12 – CANCELAMENTO DO EVENTO

Reservamo-nos o direito de cancelar, antecipar ou adiar o evento devido a circunstâncias imprevistas ou inevitáveis alheias à vontade da organização. Nestes casos a organização não deve ser responsabilizada por qualquer inconveniente, despesas, custos, perdas ou danos sofridos pelos participantes. Se o evento tiver que ser cancelado, atrasado ou adiado devido a circunstâncias causadas pela organização, assumiremos toda a responsabilidade.

11 – MEDIDAS DE SEGURANÇA E ASSISTÊNCIA MÉDICA

Estará disponível desde o início e durante o decorrer de toda a prova um ou mais veículos dos Bombeiros Voluntários de Mira para prestar a Assistência Médica eventualmente necessária aos atletas.

12 - OMISSÕES

Os casos omissos a este Regulamento, serão decididos e resolvidos pela organização, **ACCM - Associação Cicloturística do Cabeço de Mira**. À organização reserva-se o direito de realizar alterações ao presente regulamento antes da prova, caso necessário.

13 – ACEITAÇÃO DAS CONDIÇÕES E RESPONSABILIDADE

A participação na BRUTUS BRAVE LAKE 2020 implica a aceitação das condições de participação e do presente regulamento, devendo ser lido do início ao fim.

Ao efetuar a inscrição e concordar com o presente regulamento está a admitir que:

- tem noção de que numa prova deste tipo, envolvendo atividade física em geral, corrida e superação de obstáculos de maior ou menor complexidade, poderão existir alguns riscos potenciais associados ao esforço e destreza física exigidos e de que deverá tomar as medidas de prevenção necessárias para minimizar esses possíveis riscos;
- está física e psicologicamente apto a realizar esta prova;
- não existe qualquer impedimento de ordem médica ou lesão prévia que condicione a sua participação.



Regulamento Geral

Taça de Portugal OCR

Lagoa de Mira

(Vila Caia Camping)

26 de Abril de 2020

1 - Competição Taça de Portugal OCR

1) A Taça de Portugal OCR 2020 é uma prova organizada pela APOCR-Associação Portuguesa de Corridas de Obstáculos e a Associação Cicloturística do Cabeço de Mira (ACCM).

2) Taça de Portugal OCR é uma competição por equipas Mistas, que tem como objetivo a competição entre equipas reservada a atletas associados na APOCR- Associação Portuguesa de Corridas de Obstáculos. Todas as equipas participantes vão correr com o objetivo de chegarem ao fim com todos os atletas juntos e no menor tempo possível. Estará em disputa um trofeu único e personalizado a “Taça de Portugal OCR”, que será entregue à equipa vencedora.

2 - Data/Hora/Local

1) A prova será realizada no dia 26 de Abril de 2020 a partir das 09:00H.

2) A prova realiza-se na Lagoa de Mira com partida e chegada no Vila Caia Camping.

3 - Inscrições

Para realizar a sua inscrição deve aceder à nossa página de internet www.ocrportugal.pt, ir ao nosso separador “Taça de Portugal” e realizar o procedimento indicado ou através do evento criado pela BRAVE LAKE.

4 - Cancelamento das inscrições

A organização não procede ao reembolso de qualquer valor de inscrições.

5 - Inscrição dos Clubes/Equipas

1) Os Clubes podem inscrever várias equipas na categoria Mista, sendo necessário identificar a equipa pelo nome. Se um clube inscrever mais de uma equipa, a identificação será feita da seguinte forma: (nome do clube + número da equipa). Ex: Team Brave Lake 1 e Team Brave Lake 2.

2) As equipas têm de ser constituídas por 3 atletas (2 femininos, 1 masculino ou 2 masculinos e 1 Feminino).

3) Os atletas só se podem inscrever por uma equipa.

4) É obrigatório os clubes indicarem um elemento responsável pelo Clube.

Todas as comunicações que feitas pela organização, serão enviadas diretamente ao responsável do Clube e o levantamento dos KITS só poderá ser feito pelo responsável do mesmo, ou em caso de impossibilidade alguém nomeado em sua substituição.

6 - Encerramento de inscrições

O período de inscrições encerra dia 12 de Abril de 2020.

7 - Cedência da inscrição

Até dia 12 de Abril de 2020, caso algum, atleta da equipa não possa utilizar a sua inscrição, poderá transferir a sua inscrição para outro atleta. Para tal, solicita-se que nos contacte via e-mail (direcao@ocrportugal.pt ou aliriocaiado@gmail.com) até à data indicada, informando-nos a sua intenção para que seja possível realizar a alteração dos dados pessoais.

8 - Regulamento técnico da Taça de Portugal OCR

O regulamento técnico da Taça de Portugal OCR 2020 será enviado a todos Clubes no mês anterior ao da realização da Taça, nesse regulamento serão referenciadas todas as normas técnicas específicas da Taça de Portugal OCR 2020

9 - Valor de Inscrição

A organização considerou diferentes preços para a prova de acordo com a data de aquisição da inscrição, de acordo com a tabela seguinte:

	1ª Fase	2ª Fase	3ª Fase
	01/01/2020	29/02/2020	06/04/2020
	A	A	A
	28//02/2020	05/04/2020	19/04/2020
	Individual	Individual	Individual
Taça de Portugal	17.5€	20€	22.5€

10 - Dorsal de prova

- 1) A participação na prova carece obrigatoriamente da colocação do colete da Liga OCR Portugal ou T-shirt da Equipa com o número de dorsal da Liga OCR Portugal.
- 2) Os atletas que utilizem o número de dorsal de outro atleta, serão automaticamente desqualificados da prova pela organização.

11 - Sistema de cronometragem

- 1) A prova será cronometrada de forma manual.
- 2) A organização assegura que a cronometragem será realizada como maior dos cuidados.
- 3) Os resultados serão divulgados página de internet do evento nos dias seguintes.

12 - Balneários

No recinto do evento existe um balneário Masculino e um Feminino com sanitários e duchas que serão disponibilizados aos participantes, mas devido ao número alargado de atletas não conseguimos garantir água quente para todos.

13 - Condições de participação

- 1) A participação na prova é reservada a atletas associados na Associação Portuguesa de Corridas de Obstáculos, devidamente inscritos, com as quotas em dia e que respeitem o regulamento.
- 2) Não é permitida a participação de elementos não inscritos na prova que participem com os dorsais de outros elementos inscritos.
- 3) Participantes com idade superior a 70 anos, carecem de uma confirmação por parte da organização, por motivos de seguro desportivo obrigatório.

14 - Partida por grupos

- 1) De forma a evitar congestionamento ao longo do percurso, em especial nos obstáculos, as partidas vão ser realizadas por equipas.

2) Na semana antes da corrida, a organização da prova, informará via e-mail a hora da partida das equipas e a hora a que se devem apresentar no local da prova.

15 - Percurso

1) A organização terá como prioridade escolher sempre os caminhos mais adequados, no entanto, dado que a prova vai decorrer por caminhos fora de estrada, os riscos de serem encontrados obstáculos como pedras ou buracos é maior, solicitando assim uma maior atenção por parte dos participantes ao longo de todo o percurso.

2) O percurso estará todo identificado e contará com pessoas da organização em pontos estratégicos que permitam um controlo do percurso ao longo de toda a prova.

3) O percurso está definido para ter uma distância de 8Km+

16 – Abastecimentos

Na prova vão existir 2 abastecimentos, um durante o percurso e um no final da prova.

17 - Duração

1) A partida da primeira vaga de equipas está programada para as 09H00, contudo a organização em caso de necessidade poderá alterar a hora do começo da corrida.

2) A prova está prevista terminar ao final de 2h após a partida da última vaga de equipas.

3) Caso se verifiquem atrasos criados pela organização, o final da prova será também proporcionalmente adiantado.

18 - Comportamentos antidesportivos

1) A organização rejeita qualquer tipo de comportamentos antidesportivos, desqualificando qualquer participante que pratique algum dos seguintes atos:

a) Não respeite os outros atletas;

- b) Apresente comportamentos incorretos (exemplos: empurrões ou obstruções intencionais que prejudiquem os outros atletas.);
- c) Não respeite as indicações dadas pelos membros da organização;
- d) Não cumpra o percurso na totalidade;
- e) Não cumpra a sinalética colocada pela organização;
- f) Utilize um dorsal de outro atleta;
- g) Não tenha dorsal;
- h) Apresente mau estar físico.

19 - Bengaleiro

- 1) No recinto do evento vai estar uma zona devidamente identificada que servirá de bengaleiro.
- 2) No bengaleiro poderá deixar de forma acondicionada a sua mochila, saco ou bolsa, contudo, a organização não se responsabiliza por bens de grandes valores.

20 - Segurança e assistência médica no percurso

- 1) A organização tem previsto um plano de segurança e de assistência médica ao longo do percurso, permitindo uma rápida e eficaz chegada dos meios de assistência a qualquer ponto do percurso.
- 2) Todos os elementos da organização têm conhecimento desse plano, em caso de necessidade devem contactar de imediato qualquer membro da organização que fará chegar ao local os meios necessários de assistência médica e de segurança.

21 - Termo de responsabilidade

- 1) Para participar na Taça de Portugal OCR, será obrigatório entregar-nos um termo de responsabilidade devidamente preenchido e assinado.
- 2) O termo de responsabilidade poderá ser descarregado no site da prova.

22 - Protestos

- 1) Qualquer protesto deverá ser apresentado via e-mail para o seguinte endereço: direcao@ocrportugal.pt
- 2) Depois de analisar o protesto, a organização apresentará por escrito a sua resposta, no prazo de 15 dias úteis.

23 - Aceitação

Ao realizarem a inscrição os participantes declaram estar de acordo com o presente regulamento e com o termo de responsabilidade disponibilizado no site da prova.

24 - Seguros

A organização da prova assegura aos inscritos um seguro de acidentes pessoais, conforme previsto Decreto-lei 10/2009 de 12 de Janeiro, com as coberturas mínimas necessárias.

25 - Cedência dos direitos de imagem

O participante ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, à APOCR - Associação Portuguesa de Corridas de Obstáculos aos seus parceiros os direitos de utilização da sua imagem captada nas filmagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças publicitárias, organizadas pela APOCR - Associação Portuguesa de Corridas de Obstáculos.

27 - Cedência dos dados de inscrições

- 1) A APOCR - Associação Portuguesa de Corridas de Obstáculos, reserva-se no direito utilizar a base de dados com elementos preenchidos pelos participantes nas suas ações de promoção.
- 2) É concedida aos participantes a hipótese de não autorizar a cedência dos dados pessoais recolhidos no ato de inscrição, devendo para tal selecionar a opção disponibilizada no formulário.

28 - Políticas de cancelamento do evento

O cancelamento da prova pode ocorrer no seguimento de fatores externos à organização: Catástrofes naturais, greves, manifestações, impossibilidade de utilizar as vias de trânsito, impossibilidade de utilizar as telecomunicações, restrições do governo, restrições da autarquia local, nova legislação, entre outras situações não previstas.

Caso alguma destas situações se verifiquem a organização irá emitir um parecer sobre as ações a serem tomadas resultantes da gravidade do cancelamento nos 30 dias seguintes ao cancelamento.

29 - Apoio aos participantes

Para qualquer situação que seja necessário a organização tem à disposição os seguintes contactos:

Entidade: APOCR - Associação Portuguesa de Corridas de Obstáculos

Web: www.ocrportugal.pt

Email: direcao@ocrportugal.pt