

## **REGULAMENTO**

1- “Os Falta d’Ar” em conjunto da Lap2Go leva a efeito no próximo dia 10 de Maio de 2020, pelas 09h30, a 36ª Meia Maratona de Cortegaça e a 1ª Corrida de 10Km.

2- Poderão participar todos os atletas que gozem de boa saúde e que se encontrem aptos ao desenvolvimento de esforços físicos prolongados. A Organização desta prova não se responsabiliza por quaisquer problemas de saúde resultantes do esforço desenvolvido e aconselha os atletas participantes a fazerem o controlo médico com a devida antecedência.

3- A Organização reserva-se o direito de, por razões de saúde e através do seu departamento médico, obrigar um atleta a abandonar a prova;

4- A Organização, em colaboração com a Polícia de Segurança Pública e a Guarda Nacional Republicana, impedirá o trânsito rodoviário durante a prova e em todo o seu percurso. Esporadicamente, em troços de trânsito condicionado, os atletas deverão efetuar o trajeto pela direita da faixa de rodagem, no sentido da prova. A Organização garante a presença e acompanhamento aos atletas que necessitem de assistência médica/ambulatório, com a presença dos bombeiros locais;

5 – As classificações serão obtidas através de cronometragem eletrónica. Para esse fim os participantes terão de colocar o chip numa das sapatilhas, consoante as regras que serão expostas nos meios de comunicação do evento e conforme está ilustrado no próprio chip. As classificações não contemplarão participantes com tempo oficial superior a 3 horas (Meia Maratona) e 2 horas (10km).

6- Poderão participar atletas com comprovada aptidão física, em função do esforço previsto para a distância de Meia-Maratona ou 10km.

# 36<sup>meia</sup> maratona de cortegaça

7 – A Meia-Maratona de Cortegaça irá realizar-se com o seguinte programa-horário e respetivos escalões etários:

Evento	Escalões	Horário
Meia-Maratona de Cortegaça	Seniores (M/F)	09:30
	Veteranos M40, M45, M50, M55, M60+	
	Veteranas F40, F50+	
10Km	Seniores (M/F)	09:30
Caminhada	Escalao Único	09:35

*Nota: as idades dos veteranos acima mencionadas referem-se ao dia da prova*

8- As inscrições para a prova devem conter os elementos solicitados no formulário de inscrição (Individual e Colectivo), que servirão para identificação de cada participante para o processo de cronometragem, mas também para ativação de seguro (para atletas não federados). As inscrições poderão ser feitas em Lap2Go.com. As inscrições estão limitadas a 2000 atletas na Meia Maratona e 500 nos 10Km

- a) Por definição, cada atleta só pode participar no seu próprio escalão. Os atletas Veteranos que desejem correr no escalão de Sénior terão que efetuar o pedido de alteração de escalão no momento de inscrição. **No dia do evento não serão efetuadas trocas de escalões**

O valor das inscrições e respetivos períodos temporais para efectuar as inscrições será o seguinte:

	<u>De 01/01/2020 a 14/02/2020</u>	<u>De 15/02/2020 a 31/03/2020</u>	<u>De 01/04/2020 a 30/04/2020</u>	<u>De 01/05/2020 a 05/05/2020</u>
<b>Meia Maratona *</b>	<b>10 €</b>	<b>12 €</b>	<b>14 €</b>	<b>16 €</b>
<b>10Km *</b>	<b>8€</b>	<b>10 €</b>	<b>12 €</b>	<b>14 €</b>
<b>Caminhada</b>	<b>5 €</b>	<b>5 €</b>	<b>5 €</b>	<b>6 €</b>

\* Para equipas numerosas haverá oferta de 1 inscrição a cada 10 atletas inscritos para cada distancia, não havendo lugar a junção de distancia para o apuramento da oferta.

# 36<sup>meia</sup> maratona de cortegaça

b) Cada atleta receberá uma referência multibanco que é gerada no momento da inscrição. A referência multibanco tem de ser paga em **72 horas (3 dias)**, regularizando o pagamento. Após este período de 72 horas **a inscrição é anulada**. Quando o pagamento é efetuado (dentro do referido período de 72 horas), o atleta recebe um e-mail a confirmar o pagamento.

9- Os clubes/atletas são responsáveis pela veracidade das suas declarações;

10- **Não serão aceites inscrições após o dia 05/05/2020 - 23:59:59 (hora de Portugal Continental)**;

11- O secretariado funcionará em local a anunciar. **Encerrará 1 hora antes do início da competição.**

12- A prova terá abastecimentos em suficiência, segundo as regras internacionais para provas de meia-maratona. Por esse motivo o abastecimento dos atletas fora das zonas demarcadas implica a sua desclassificação;

13- Para que possam ser classificados, os atletas deverão competir com dorsal no peito (de forma visível) e transportando o chip na sapatilha ou outro sistema equivalente. Qualquer dúvida na colocação do chip deverão entrar em contacto com algum membro da organização.

# 36<sup>meia</sup> maratona de cortegaça

14- A Organização atribui prémios pecuniários, com a seguinte distribuição

	SEN MASC	SEN FEM	M40	M45	M50	M55	M60	F40	F50
1º	300,00 €	300,00 €	100,00 €	100,00 €	50,00 €	50,00 €	50,00 €	100,00 €	75,00 €
2º	250,00 €	250,00 €	75,00 €	75,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €	75,00 €	50,00 €
3º	200,00 €	200,00 €	50,00 €	50,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €	50,00 €	40,00 €
4º	150,00 €	150,00 €	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----
5º	120,00 €	120,00 €	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----
6º	80,00 €	80,00 €	-----	<b>Equipas (10 atletas)</b>		-----	<b>10Km</b>	<b>Fem.</b>	<b>Masc.</b>
7º	50,00 €	50,00 €	-----	1º	150,00 €	-----	1º	100,00 €	100,00 €
8º	30,00 €	30,00 €	-----	2º	100,00 €	-----	2º	75,00 €	75,00 €
9º	30,00 €	30,00 €	-----	3º	75,00 €	-----	3º	50,00 €	50,00 €
10º	30,00 €	30,00 €	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

Haverá classificações individuais, coletivas e por estafetas (ver lista de prémios). Na classificação colectiva sairá vencedora a equipa que obtiver menor somatório de pontos, contando para o efeito os dez (10) primeiros atletas de cada equipa. Em caso de empate sairá vencedora a que tiver o oitavo atleta melhor classificado. A pontuação é gerada pela classificação final do atleta. (ex. 1º classificado= 1 ponto... 4º classificado=4 pontos) Na classificação das duplas de estafeta, sairá vencedora a equipa que, cumprindo todo o percurso, com troca obrigatória de atleta na zona de transmissão, chegue primeiro ao local de meta.

15 – Os prémios não reclamados aquando da cerimónia de entrega não serão atribuídos. Os prémios serão pagos até 30 dias depois do evento, quando acompanhados dos respetivos elementos pessoais e fiscais do atleta premiado (BI/CC,NIF).

a) **Os prémios estão sujeitos à retenção de IRS à taxa em vigor.**

16- A entrega dos prémios será feita apenas aos atletas premiados, mediante a apresentação obrigatória de um documento de identificação (Bilhete de Identidade ou Cartão de Cidadão e Cartão de Contribuinte);

17- É rigorosamente proibido o acompanhamento de atletas por qualquer veículo com ou sem motor. A não observância desta determinação implicará a imediata desclassificação do atleta. O mesmo acontece com os que durante a sua prova sejam acompanhados por um técnico, dirigente ou entidade relacionada ao próprio atleta, que não se encontrem inscritos no evento;

18- Qualquer comportamento incorrecto da parte de um atleta para com a organização, adversário ou público em geral, implicará a sua imediata desclassificação;

19- Controlos espalhados ao longo do percurso permitirão à organização desclassificar atletas que procurem, voluntariamente, encurtar a distância da prova ou pratiquem qualquer outra falta punível;

20- É expressamente vedada a troca de dorsais entre atletas, sejam ou não da mesma equipa, bem como a inscrição pontual de um atleta numa equipa diferente daquela em que se encontra federada;

21- Qualquer reclamação ou protesto, têm que ser apresentadas por escrito, obrigatoriamente feito em papel timbrado do clube, ao júri da prova, até 15 minutos após o final da mesma, juntando a quantia de 100€ (cem euros), a qual será devolvida se o protesto for considerado procedente.

A Organização constituirá um júri de recurso para apreciação das possíveis reclamações, devendo ser composto por elementos do Conselho de Arbitragem da Associação de Atletismo de Aveiro.

22 – O participante, ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada nas fotografias/filmagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

22 - O cancelamento do evento pode ocorrer devido a fatores externos à organização: Catástrofes naturais, greves, manifestações, impossibilidade de usar as vias de

# 36<sup>meia</sup> maratona de cortegaça

circulação de trânsito, impossibilidade de usar telecomunicações, restrições do governo, nova legislação. Nestes casos a organização reserva-se no direito de nos 30 dias seguintes à data prevista para a realização do evento emitir um parecer acerca das ações a serem tomadas resultantes da gravidade do cancelamento.

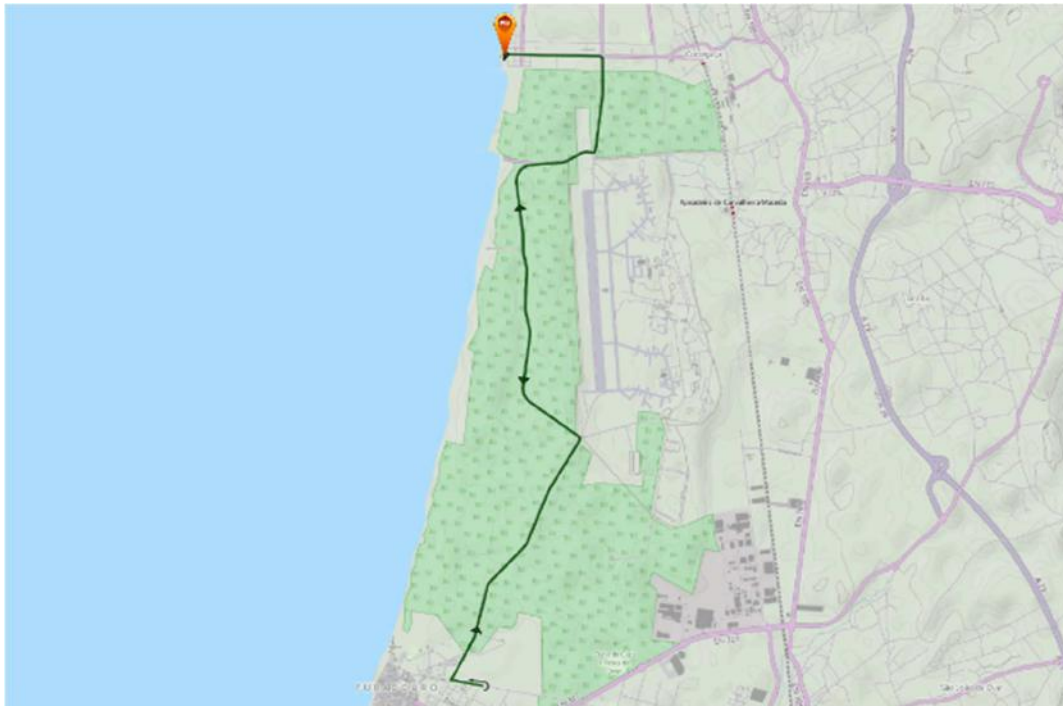
24 - Todos os casos omissos serão resolvidos pela organização da prova de acordo com os regulamentos da IAAF.

Meia-Maratona Cortegaça  
Janeiro 2020

# 36<sup>meia</sup> maratona de cortegaça

## PERCURSO

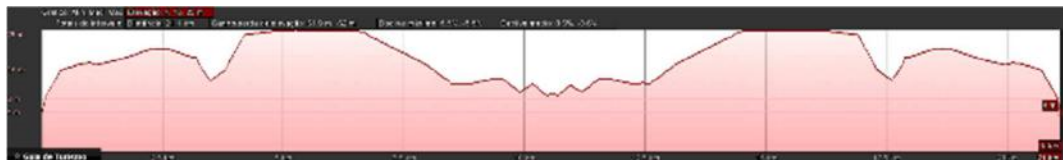
Percurso Meia Maratona em formato de ida e volta com partida e chegada na Praia de Cortegaça e regresso no furadouro, conforme ilustração.



## Altimetria

Min: 4m / Max: 25m

Partida/Meta: 4m



Meia-Maratona Cortegaça  
Janeiro 2020