



## REGULAMENTO

- 2021 -

- I. O **EUROPARQUE BIO RUN®** é um evento desportivo que se realiza no dia 14 de novembro de 2021, organizado pela Associação Obra do Frei Gil em parceria com a Câmara Municipal de Santa Maria da Feira e com o apoio da Run4Feira.
- II. O **EUROPARQUE BIO RUN®** proporciona aos participantes a oportunidade de correr ou andar no Europarque em Santa Maria da Feira, um percurso de 10 km (duas voltas) para a corrida com carácter competitivo e prémios monetários e um percurso de 5 km para a caminhada. O percurso permitirá aos participantes percorrer toda a zona envolvente do Europarque, estradas e trilhos e até entrar no centro de congressos (desde que possível).

Horário	Tipo	Distância
10h00	Caminhada	5 km
11h00	Corrida	10 km

- III. Neste evento podem participar atletas inscritos em qualquer associação do país, organizações populares ou escolas.
- IV. Apenas pessoas com 18 anos ou mais podem participar na corrida.
- V. Na caminhada a participação a menores de 18 anos é apenas permitida sendo acompanhada de um adulto.
- VI. Todos os interessados em participar neste evento têm que fazer as inscrições através do seguinte endereço: <https://lap2go.com/pt/event/europarque-bio-run-2021/inscricao.html>

## KIT DE PARTICIPAÇÃO

T-Shirt Técnica + Saco TNT + Medalha Finisher<sup>1</sup>

Dorsal + Chip<sup>1</sup> + Seguro

Abastecimentos Líquidos

## VALOR DA INSCRIÇÃO



DATA LIMITE	CORRIDA	CAMINHADA
Até <b>10 OUTUBRO</b>	<b>11,00€</b> (inscrição individual)	<b>5,00€</b>
	<b>10,00€</b> (inscrição equipa)*	
De <b>11 OUTUBRO</b> a <b>3 NOVEMBRO</b>	<b>12,00€</b> (inscrição individual)	<b>6,00€</b>
	<b>11,00€</b> (inscrição equipa)*	
De <b>4 a 10</b> <b>NOVEMBRO</b>	<b>14,00€</b> (inscrição individual)	<b>7,00€</b>
	<b>13,00€</b> (inscrição equipa)*	

<sup>1</sup> Exclusivo para os participantes na corrida

\* para formar equipa são necessários no mínimo 5 elementos

## PRÉMIOS CORRIDA

Lugar	Geral F	Geral M	J/S F	J/S M	F40	M40	F50	M50
1º	Troféu + 50€ <sup>2</sup>	Troféu + 50€ <sup>2</sup>	Troféu	Troféu	Troféu	Troféu	Troféu	Troféu
2º	Troféu + 40€ <sup>2</sup>	Troféu + 40€ <sup>2</sup>	Troféu	Troféu	Troféu	Troféu	Troféu	Troféu
3º	Troféu + 30€ <sup>2</sup>	Troféu + 30€ <sup>2</sup>	Troféu	Troféu	Troféu	Troféu	Troféu	Troféu
4º	Troféu + 20€ <sup>2</sup>	Troféu + 20€ <sup>2</sup>						
5º	Troféu + 10€ <sup>2</sup>	Troféu + 10€ <sup>2</sup>						

- VII. **Troféu para o 1º Lugar por Equipas** (ordem inversa à soma dos lugares dos primeiros 3 atletas) e **Troféu para Equipa mais numerosa.**

## VALOR DA INSCRIÇÃO



  		
DATA LIMITE	CORRIDA	CAMINHADA
Até <b>10 OUTUBRO</b>	<b>32€</b> (inscrição individual)	<b>15€</b>
	<b>29€</b> (inscrição equipa)*	
De <b>11 OUTUBRO</b> a <b>3 NOVEMBRO</b>	<b>33€</b> (inscrição individual)	<b>16€</b>
	<b>30€</b> (inscrição equipa)*	
De <b>4 a 10</b> <b>NOVEMBRO</b>	<b>35€</b> (inscrição individual)	<b>18€</b>
	<b>32€</b> (inscrição equipa)*	

<sup>2</sup> Valor em Cartão Pingo Doce (não pode ser trocado por dinheiro)

\* para formar equipa são necessários no mínimo 5 elementos

- VIII. A distribuição de dorsais e kit de participante será feita em horário e local a designar pela organização.
- IX. A organização tem seguro desportivo a favor de todos os participantes inscritos.
- X. Os atletas participantes devem assegurar-se que não existe qualquer contra-indicação médica para a prática da corrida ou caminhada.
- XI. Na corrida compete aos fiscais de percurso, juízes de partida e de chegada e organização anotarem e desclassificarem os atletas que desrespeitarem o percurso.
- XII. Qualquer reclamação e protesto têm que ser apresentado por escrito, juntamente com a quantia de 50€ (cinquenta euros), a qual será devolvida se o protesto for considerado procedente.
- XIII. Haverá cronometragem eletrónica por chips. O chip deverá ser colocado e não poderá ser retirado durante o decorrer da prova. Os atletas que não entreguem o seu chip no final da prova têm que efetuar o pagamento à organização no valor de 10€ (dez euros).
- XIV. Reservamos-mos o direito de cancelar, antecipar ou adiar o evento devido a circunstâncias imprevistas ou inevitáveis, alheias à vontade da organização. Nestes casos, a organização informa os participantes o mais atempadamente possível.
- XV. Caso o evento seja cancelado, antecipado, adiado e alteração dos horários das provas, devido a circunstâncias alheias à vontade da organização (como por exemplo, condições meteorológicas adversas, alertas da Proteção Civil ou pandemias), a organização não deve ser responsabilizada por qualquer inconveniente, despesas, custos, perdas ou danos sofridos pelos participantes.
- XVI. Ao participar no evento, o participante autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional dos direitos de utilização da sua imagem à organização da prova. Estes direitos podem ser cedidos a terceiros, desde que autorizados pela própria organização, e incluem desde vídeos, fotografias, imagens, gravações ou qualquer outro registo deste evento.
- XVII. Todos os casos omissos neste regulamento serão apreciados pela organização.
- XVIII. A organização está disponível para o esclarecimento de dúvidas, através dos contactos disponíveis no final deste documento.

# PLANO DE SEGURANÇA

## ANTES DO EVENTO

### - AS INSCRIÇÕES -

As inscrições para o **EUROPARQUE BIO RUN®** ou para o **3RACE CHALLENGE (EUROPARQUE BIO RUN + TRILHOS TERMAIS + CORRIDA URBANA)** deverão ser todas realizadas online, através do site da organização.

No momento da inscrição, o candidato a participar na corrida ou na caminhada deve obrigatoriamente responder a um formulário onde constem os dados pessoais e contactos: Nome, nº cartão cidadão, data nascimento, morada, e-mail, contacto telefónico.

Ao se inscrever está a aceitar o código de conduta no qual é assumido o compromisso pelo cumprimento das medidas de prevenção e controlo da infeção por SARS-CoV-2, bem como o risco de contágio por SARS-CoV-2 durante a prática desportiva (Orientação nº36/2020 da DGS).

### - LEVANTAMENTO DO KIT DE PARTICIPAÇÃO -

**Para que a distribuição do Kit de Participação e dorsais ocorra com a devida segurança, a organização definirá as seguintes regras:**

- a) Nas filas de acesso aos balcões todos atletas são obrigados a cumprir a distância de segurança;
- b) O uso de máscara é obrigatório (e o uso de viseira facultativo) para os atletas e para os elementos da organização no momento do levantamento do Kit de Participação;
- c) Os elementos da organização que não apresentarem o Certificado Digital válido serão testados;
- d) O stock de t-shirts é distribuído mediante a disponibilidade. Caso se verifique rutura de stock em algum tamanho a organização proporá ao participante um tamanho alternativo.
- e) Em caso de rutura total do stock de t-shirts, a organização compromete-se a enviar à posteriori as respetivas t-shirts aos participantes.
- f) Não serão aceites devoluções ou trocas de equipamento após o abandono do local de entrega do Kit de Participação.
- g) Os participantes deverão ter em conta o que está prescrito nas leis, no que concerne o combate ao COVID-19, sendo da responsabilidade de cada um o conhecimento das mesmas e as consequências dos seus atos contrários às mesmas. Um termo de responsabilidade terá que ser entregue devidamente preenchido e assinado no momento do levantamento do Kit de Participação.

**Formulário do Termo de Responsabilidade disponível para download neste link:**

[https://www.europarquebiorun.com/termo\\_de\\_responsabilidade.pdf](https://www.europarquebiorun.com/termo_de_responsabilidade.pdf)

## **NO DIA DO EVENTO**

### **- CHEGADA AO LOCAL DO EVENTO -**

**No dia do evento, a organização pretende que sejam executadas as seguintes recomendações.**

- a) A organização aconselha que os participantes (corrida/caminhada), ou outros, com tosse, febre, dificuldade respiratória, diarreia ou outros sinais/sintomas do COVID-19, não se desloquem até ao local da corrida: é um dever de cidadania a denúncia destas pessoas;
- b) Os elementos da organização e os participantes devem chegar ao local do evento com as máscaras colocadas na face, cobrindo o nariz e a boca;
- c) Durante o aquecimento realizado antes da partida da corrida é obrigatório o uso de máscara. No entanto, aconselha-se algum distanciamento no sentido de evitar o contacto físico;
- d) Garantir a ausência de público colocando vaia metálicas nas zonas mais sensíveis como da partida e chegada.
- e) Será criada uma zona de isolamento localizada junto da partida e meta da corrida. Esta zona será utilizada para colocar todos os indivíduos que apresentem sintomas a aguardar pelo transporte e tratamento apropriados;
- f) Solicita-se a todos os participantes a maior atenção aos conselhos que serão frequentemente transmitidos pelo speaker da prova.

### **- A PARTIDA -**

**No momento da partida da corrida serão implementadas as seguintes normas alinhadas com as recomendações da World Athletics:**

- a) É obrigatório o uso de máscara, a qual poderá ser retirada durante a corrida apenas quando houver distanciamento físico entre os participantes (mínimo 200 metros após a linha de partida).
- b) A abertura das câmaras de chamada para a partida da corrida será feita quando faltarem apenas 10 minutos para o tiro de partida. Segundo o Centro Europeu de Prevenção e Controlo das Doenças existe um maior risco de contágio quando uma pessoa infetada está a menos de

2 metros de distância por um período superior a 15 minutos. Caso contrário o risco é considerado baixo;

- c) Distanciamento físico: serão formadas separações intermédias para fracionamento de grupos de participantes.

#### - DURANTE O EVENTO -

**Depois da partida, a distância entre os participantes será maior. No entanto, mesmo durante a corrida, a organização definirá as seguintes regras:**

- a) As máscaras poderão, sob responsabilidade individual, ser removidas quando houver distanciamento físico entre os participantes, mas nunca nos primeiros 200 metros (haverá indicação desta marca). Os participantes podem levar as máscaras num dos braços para no final, a 200 metros da meta, as voltarem a colocar no rosto;
- b) Os elementos de apoio no fornecimento de água garantem não estar infetados ou terem contactado com pessoas infetadas nos últimos 14 dias, assim como devem usar luvas, máscaras e viseiras; estes elementos caso não tenham um Certificado Digital válido deverão ser testados;
- c) Os elementos de apoio médico e socorristas, os motociclistas e outros elementos de apoio à corrida garantem não estar infetados ou terem contactado com pessoas infetadas nos últimos 14 dias e devem usar luvas e máscaras/viseiras na abordagem das vítimas e/ou participantes;
- d) Todos os elementos da organização que não tenham o Certificado Digital válido deverão ser testados.

#### - APÓS CORTAR A META -

**O local onde será instalada a meta da corrida também terá regras de segurança bastante restritas para evitar a aglomeração de participantes.**

- a) Todos os participantes devem dispersar imediatamente, após passarem a linha da meta, com exceção dos que necessitarem de apoio médico;
- b) Os participantes que irão ao pódio serão orientados para área reservada e é obrigatório o uso de máscara;
- c) Não são permitidas entrevistas ou pequenos comentários à imprensa ou outro nos primeiros cem metros após a linha de chegada;
- d) Imediatamente após a passagem da linha da meta, os participantes deverão colocar novamente as máscaras;

- e) Os colaboradores para a entrega de medalhas ou outros produtos garantem não estar infetados ou terem contactado com pessoas infetadas nos últimos 14 dias e devem usar luvas e máscaras/viseiras;
- f) Todos os elementos da organização que não tenham o Certificado Digital válido deverão ser testados;
- g) Ao contrario das edições anteriores não haverá duches;
- h) Aconselha-se a audição das instruções do speaker da prova.

### - O PÓDIO -

**O momento da cerimónia de pódio também vai sofrer alterações ao seu normal protocolo.**

- a) Todos os participantes na cerimónia do pódio, corredores ou entidades oficiais, devem usar máscara, mesmo no momento da receção da medalha ou outro prémio;
- b) Não são permitidos cumprimentos “clássicos” de felicitação (que envolvam contacto físico direto) no ato de entrega das medalhas;
- c) São permitidas fotos ou entrevistas com máscara se houver condições no local e com distanciamento mínimo de 2 metros entre corredor e o profissional de imagem/som ou outros;
- d) Os assistentes à cerimónia do pódio devem guardar algum distanciamento e é obrigatório o uso de máscara;
- e) Após a cerimónia do pódio e para proteção dos atletas, recomenda-se o respeito pelo seu espaço físico de segurança, não sendo permitidos contactos físicos para cumprimentos.

### A IMPRENSA

**A interação entre os elementos da imprensa, os patrocinadores/parceiros e os atletas também será condicionada por normas segurança.**

- a) Os repórteres de som e imagem devem respeitar o espaço físico de segurança dos corredores e de outros;
- b) É obrigatório o uso de máscara;
- c) Nas entrevistas gravadas, aconselha-se o uso de microfone extensível para minimizar o contacto;
- d) Os microfones devem ser previamente e regularmente desinfetados;
- e) Só são permitidas fotos ou gravações com corredores com máscara se houver distanciamento físico de pelo menos 2 metros;
- f) As entrevistas devem ocorrer em local próprio, afastado dos assistentes e familiares.

## - O REGRESSO A CASA -

Os atletas, a imprensa, convidados e elementos da organização devem usar máscara até abandonarem o local do evento.

Depois de terminarem a prova, os participantes deverão abandonar o local do evento o mais rapidamente possível.

## RECOMENDAÇÕES GERAIS

A COVID-19 é uma doença provocada pelo vírus SARS-CoV-2, cujos sintomas principais são: febre, tosse e sensação de falta de ar. Outros sintomas habituais são fraqueza generalizada, dores musculares e dores de cabeça.

As principais recomendações da Organização Mundial de Saúde (OMS) e das autoridades de saúde locais quanto às precauções básicas de controlo da infeção são as seguintes: AQUI

### 1. Recomendações básicas de higiene e segurança:

- a) Caso tenha sintomas de infeção, fique em casa e isole-se da restante família;
- b) Mantenha uma distância social de 2 metros;
- c) Lave as mãos frequentemente e de forma meticulosa com água e sabão (ou, em alternativa, com uma solução de gel alcoólico);
- d) Evite tocar os olhos, nariz e boca;
- e) Adote medidas de etiqueta respiratória: tape o nariz e a boca quando espirrar ou tossir (com lenço de papel ou com o braço, nunca com as mãos, deite o lenço de papel no lixo).

### 2. Medidas preventivas:

- a) Pessoas diagnosticadas com COVID-19, mesmo que assintomáticas, não podem competir sem a necessária alta médica;
- b) Recomenda-se aos atletas a auto monitorização diária de sintomas (nomeadamente o controlo diário da sua temperatura corporal), abstendo-se de participar em caso Covid-19 guia de procedimentos para a organização de competições de atletismo 4 de suspeita de infeção ou de ter estado em contato com uma pessoa suspeita de infeção (nesses casos deve ligar para a linha SNS 24 **808 24 24 24**);
- c) Recomenda-se também a não participação de pessoas com histórico de saúde envolvendo outros fatores de risco que possam agravar as consequências de infeção por SARS-CoV-2;

- d) Os atletas não devem compartilhar material pessoal, nem bebidas, alimentos ou quaisquer outros produtos (particular atenção às garrafas de água);
- e) Haverá uma limitação ao número de atletas em competição;
- f) Os atletas não devem cumprimentar-se nem abraçar-se.

## RESPONSABILIDADE INDIVIDUAL

Todos os participantes devem ter presente que o risco de contágio é uma possibilidade latente e que apesar do atletismo ser uma modalidade individual e praticamente sem contacto físico, mesmo que a organização cumpra com todos os procedimentos de prevenção no sentido de reduzir essa possibilidade ao mínimo, não é possível garantir a total ausência de risco de contágio, pelo que os participantes devem conhecer e assumir esse risco que é inerente a qualquer prática desportiva.

Ao decidir participar no **EUROPARQUEU BIO RUN®** (corrida ou caminhada) os atletas fazem-no de livre vontade e assumindo os riscos inerentes à própria competição.

## RESPONSABILIDADE AMBIENTAL

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de água, géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no local destinado a esse fim.

## CONTACTOS DA ORGANIZAÇÃO

Website Oficial [www.europarquebiorun.com](http://www.europarquebiorun.com)

Email [geral@europarquebiorun.com](mailto:geral@europarquebiorun.com)