



# ASSOCIAÇÃO 20Kms de ALMEIRIM

Rua do Paço, 29  
Apartado 13, 2081-901 Almeirim  
Fundada em 13 de julho de 1990  
NIF. 502424486

Pessoa Coletiva de Utilidade Pública  
Despacho de S. Ex.<sup>a</sup>. o 1º Ministro de 19 de maio de 2001  
D.R. II Série nº 135 de 11 /06/2001

***BORREGO LEONOR & IRMÃO -20KM DE ALMEIRIM – 36ª EDIÇÃO***

***10KM DE ALMEIRIM – 4ª EDIÇÃO***

***FARMÁCIA MENDONÇA -MINI / CAMINHADA (5 KM)***

**“ROTA DA SOPA DE PEDRA”**

## REGULAMENTO

Artigo 1º

### ORGANIZAÇÃO

A **Associação 20 Kms de Almeirim**, NIPC 502 424 486, com sede em Almeirim, organiza uma corrida pedestre de estrada, no dia 29 de Outubro de 2023, designada “**BORREGO LEONOR & IRMÃO 20KM DE ALMEIRIM**” e em simultâneo a prova “**10 KM DE ALMEIRIM**” e “**FARMÁCIA MENDONÇA MINI/CAMINHADA**” aberta, não competitiva, em circuito urbano.

Artigo 2º

### DISTÂNCIA, PERCURSO E HORÁRIO

#### **Prova competitiva BORREGO LEONOR & IRMÃO 20 Km:**

O percurso, medido por dois oficiais medidores internacionais da WORLD ATHLETICS, terá a extensão exacta de 20.000 metros e consta do itinerário seguinte:

**PARTIDA** – Av.<sup>a</sup>. 25 de Abril - (Fte.); Rua Dr.<sup>o</sup> Mário Soares – (esq.<sup>a</sup>.); Av.<sup>a</sup> D. João I – (Esq.<sup>a</sup>.); Rua de Alpiarça - (Fte.); Rua do Paço - (fte.); Praça da República – (fte); Rua Francisco Nunes Godinho e Largo Manuel Rodrigues Pisco – (esq.<sup>a</sup>.); Rua de Coruche (adega cooperativa) – (esq.<sup>a</sup>.); Rua Padre António Vieira – (esq.<sup>a</sup>.); Rua Condessa da Junqueira – (dt.<sup>a</sup>.); Av.<sup>a</sup> 25 de Abril (Fte.); Rua Dr.<sup>o</sup> Mário Soares – (esq.<sup>a</sup>.); Av.<sup>a</sup> D. João I – (esq.<sup>a</sup>.); Rua de Alpiarça - (Fte.); Rua do Paço - (fte.); Praça da República – (fte); Rua Francisco Nunes Godinho e Largo Manuel Rodrigues Pisco – (dt.<sup>a</sup>.); Largo General Guerra (esq.<sup>a</sup>.); Estrada Nacional 114 (fte); Tapada (fte); Ponte D. Luis I (fte); Ribeira de Santarém (Retorno); Ponte D.Luis I (fte); Tapada (fte); Estrada Nacional 114 (dt.<sup>a</sup>.); Largo General Guerra (esq.<sup>a</sup>.); Rua 5 de Outubro (fte); Rua do Paço (fte); Rua de Alpiarça (dt.<sup>a</sup>.); Av.<sup>a</sup> D. João I – (dt.<sup>a</sup>.); Rua das Milheiras (fte); Rua Bernardo Gonçalves (esq.<sup>a</sup>.); Rua Condessa da Junqueira (esq.<sup>a</sup>.); Av.<sup>a</sup>. 25 de Abril – **META**

### **Prova competitiva de 10 Km:**

O percurso, medido por um oficial medidor internacional da WORLD ATHLETICS, terá a extensão exacta de 10.000 metros e consta do itinerário seguinte:

**PARTIDA** – Av<sup>a</sup>. 25 de Abril - (Fte.); Rua Dr<sup>o</sup> Mário Soares – (esq<sup>a</sup>.); Av<sup>a</sup> D. João I – (Esq<sup>a</sup>.); Rua de Alpiarça - (Fte.); Rua do Paço - (fte.); Praça da República – (fte); Rua Francisco Nunes Godinho e Largo Manuel Rodrigues Pisco – (esq<sup>a</sup>.); Rua de Coruche (adega cooperativa) – (esq<sup>a</sup>.); Rua Padre António Vieira – (esq<sup>a</sup>.); Rua Condessa da Junqueira – (dt<sup>a</sup>.); Av<sup>a</sup> 25 de Abril (Fte.); Rua Dr<sup>o</sup> Mário Soares – (esq<sup>a</sup>.); Av<sup>a</sup> D. João I – (esq<sup>a</sup>.); Rua de Alpiarça - (Fte.); Rua do Paço - (fte.); Praça da República – (fte); Rua Francisco Nunes Godinho e Largo Manuel Rodrigues Pisco – (dt<sup>a</sup>.); Largo General Guerra (esq<sup>a</sup>.); (Retorno); Rua de Coruche (Adega Cooperativa) – (Esq<sup>a</sup>.); Rua Padre António Vieira – (Esq<sup>a</sup>.); Rua Condessa da Junqueira – (Dt<sup>a</sup>.); Av<sup>a</sup> 25 de Abril – **META**.

### **Farmácia Mendonça MINI / caminhada, não competitiva de (cerca de 5 Km)**

**PARTIDA** – Av<sup>a</sup>. 25 de Abril - (Fte.); Rua Dr<sup>o</sup> Mário Soares – (Esq<sup>a</sup>.); Av<sup>a</sup> D. João I – (Esq<sup>a</sup>.); Rua de Alpiarça - (Fte.); Rua do Paço - (Fte.); Praça da República – (Fte); Rua Francisco Nunes Godinho e Largo Manuel Rodrigues Pisco – (Esq<sup>a</sup>.); Rua de Coruche (Adega Cooperativa) – (Esq<sup>a</sup>.); Rua Padre António Vieira – (Esq<sup>a</sup>.); Rua Condessa da Junqueira – (Dt<sup>a</sup>.); Av<sup>a</sup> 25 de Abril – (Dt<sup>a</sup>.); Rua Moinho de Vento – **META**.

### **A partida para todos os atletas será dada às 10:00 horas**

**Salvo situações que possam justificar alguma alteração, o controlo de chegada encerrará às 12h 30m.**

A partir dessa hora os atletas poderão ser transportados em viatura da organização (ambulância) para o local da meta ou em caso de não-aceitação, a organização não será responsável por qualquer acidente ou lesão que eventualmente possa surgir.

### **Artigo 3º**

### **INSCRIÇÕES**

#### **- BORREGO LEONOR & IRMÃO 20 KM DE ALMEIRIM e - 10 KM DE ALMEIRIM**

1. A prova é aberta a todos, podendo participar atletas nacionais de ambos os sexos, que gozem de boa saúde, em representação de colectividades, organizações populares, grupos desportivos de empresas, outros organismos e pessoas individuais, federados ou não federados.
2. Em conformidade com o disposto na regra 12<sup>a</sup> da WA, os atletas estrangeiros só poderão participar legalmente desde que convidados pela Organização e as Federações de origem desses atletas emitam por escrito a sua aprovação, certificando que os atletas são elegíveis e indicando o número de dias em que os atletas permanecem em Portugal;
3. Essas aprovações escritas devem ser enviadas pelas Federações nacionais de origem dos atletas para a Federação Portuguesa de Atletismo, competindo a esta aprovar a participação dos atletas.
4. As inscrições para a prova 20KM ficam limitadas a 1 000 atletas.
5. As inscrições para a prova 10KM ficam limitadas a 500 atletas.

#### **FARMÁCIA MENDONÇA MINI/CAMINHADA**

Em simultâneo, realizar-se-á a prova Farmácia Mendonça MINI/caminhada com cerca de 5 Km, não competitiva, aberta a atletas de ambos os sexos.

- § 1º - O percurso desta Farmácia Mendonça MINI/caminhada será o descrito no Artº. 2º Deste Regulamento;
- § 2º - As inscrições serão limitadas a 500 atletas.

## INSCRIÇÕES

As inscrições para os eventos deverão ser todas realizadas online, em;

<https://lap2go.com/20-km-de-almeirim-2023>

ou

Na sede da Associação 20 Kms de Almeirim

ou

No Posto de Turismo na Arena de Almeirim

No momento da inscrição, o candidato a participar na corrida deve obrigatoriamente responder a um formulário onde constem os dados pessoais e contactos: Nome, Nº Cartão Cidadão, Data Nascimento, localidade de residência, E-mail, Contacto telefónico e como nos conheceu.

No caso de ser atleta do concelho deverá indicar o código postal da sua residência no ato da inscrição.

Ao inscrever-se 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).

## Artigo 4º

### Valor de inscrições

A Organização proporciona **uma inscrição gratuita** a qualquer equipa ou grupo que no conjunto das 3 provas obtenha 10 inscrições e a partir daí 1 por cada 10 inscritos, (10=1, 20=2, 30=3, etc.)

Até 31-07-2023	De 01-08-2023 até 31-08-2023	De 01-09-2023 até 18-10-2023	De 19-10-2023 até 22-10-2023	Ultima hora
<b>9,00 €</b>	<b>10,00 €</b>	<b>12,00 €</b>	<b>15,00€</b>	<b>20,00€</b>

**Menores até 10 anos** à data da prova, beneficiam de inscrição com o valor apenas de 3,00€ na Farmácia Mendonça Mini/Caminhada (5Km)

O prazo para inscrições TERMINA a **22 de Outubro de 2023**

### **Não serão aceites inscrições no dia da Prova.**

### **Não são permitidas trocas de prova, atleta ou escalão no dia da Prova**

- **O valor de inscrição inclui o pagamento do seguro desportivo de atletas não federados, de acordo com o estabelecido na Portaria n.º. 757/93, de 26 de agosto.**

A Organização proporcionará a cada participante;

- **Voucher no valor de 5,00€** que proporcionará o desconto equivalente numa refeição efetuada num dos restaurantes indicados no mesmo, válido por um período de 60 dias contados a partir da data da prova

- T-shirt técnica alusiva à prova e personalizada a cada participante

- Saco mochila

-Troféu alusivo à 36ª edição da prova

- Sumo, Sumol+Compal

- Voucher para levantamento de Garrafa de vinho da Adega Cooperativa de Almeirim, a levantar na loja da Adega.

Inclui 10% de desconto em compra a efectuar na Loja da Adega Cooperativa de Almeirim.

As inscrições apresentadas fora dos prazos ou sem pagamento da importância devida serão rejeitadas.

§ - PACK Empresas, proporcionando divulgação da empresa aderente nas redes sociais.

- Por cada 10 inscrições..... desconto de 10%
- Por cada 20 inscrições..... desconto de 15%
- Por cada 30 ou mais inscrições... desconto de 20%

## ESCALÕES

Poderão participar todos os atletas de qualquer nacionalidade, integrando os escalões seguintes:

### Prova 10KM

## MASCULINOS

Escalão Único, a partir de 18 anos de idade

## FEMININOS

Escalão Único, a partir de 18 anos de idade

### Prova 20KM

## MASCULINOS

<b>ESCALÕES</b>	
<b>M 18-34</b>	De 18 a 34 anos de idade
<b>M 35</b>	De 35 a 39 anos de idade
<b>M 40</b>	De 40 a 44 anos de idade
<b>M 45</b>	De 45 a 49 anos de idade
<b>M 50</b>	De 50 a 54 anos de idade
<b>M 55</b>	De 55 a 59 anos de idade
<b>M 60</b>	De 60 a 64 anos de idade
<b>M 65</b>	65 ou mais anos de idade

## FEMININOS

ESCALÕES	
F 18-34	De 18 a 34 anos de idade
F 35	De 35 a 39 anos de idade
F 40	De 40 a 44 anos de idade
F 45	De 45 a 54 anos de idade
F 55	55 ou mais anos de idade

DEFICIENTES	
Deficientes II	Atletas de ambos os sexos, de qualquer idade a partir dos 18 anos, cuja locomoção seja a pé e a sua deficiência seja devidamente comprovada.

Todos os atletas participantes serão agrupados nos respectivos escalões consoantes a idade exacta no dia da prova, devendo as inscrições dos atletas de ambos os sexos, dos escalões "M" e "F", serem acompanhadas de documento comprovativo de identificação válido.

Os atletas masculinos e femininos poderão competir em qualquer escalão anterior ao correspondente à sua idade, desde que no acto da inscrição manifestem por escrito essa intenção.

Em caso de dúvidas ou reclamações, qualquer atleta ficará obrigado a proceder à sua identificação e comprovação da idade, mediante a exibição do respetivo documento de identificação válido, com fotografia e que o Director de Competição ou Júri de Apelo considere aceitável.

Caso se verifique irregularidade o atleta será desclassificado.

## Artigo 5º

### IDENTIFICAÇÃO INDIVIDUAL

Todos os atletas, até controlo final da prova, deverão ser portadores do dorsal numérico e "chip".

O dorsal será obrigatoriamente colocado em local visível **na frente** ao nível do tronco.

O Incumprimento desta norma implicará a desclassificação do atleta infractor.

## Artigo 6º

### ABASTECIMENTOS

A organização garantirá o abastecimento de água e eventualmente outros produtos aos atletas:

- Farmácia Mendonça MINI/CAMINHADA – no início, (junto com dorsal) e final do percurso.
- 10 KM – aos 5km e final do percurso.
- BORREGO LEONOR & IRMÃO-20 KM - aos 5, 10, 15 Km e final do percurso.

## Artigo 7º

### DISPOSITIVO DE ARBITRAGEM

O Dispositivo de arbitragem será assim composto:

*a) **Júri de Apelo**, que tratará de todos os recursos apresentados durante a realização da competição e que lhe sejam apresentados para decisão, da qual não haverá apelo.*

*b) **Director de Competição;***

*c) **Juiz Árbitro;***

*d) **Juizes de Chegada;***

*e) **Cronometristas;***

*f) **Fiscais de Percurso.***

## Artigo 8º

### DISPOSITIVO TÉCNICO

Um **Director Técnico**, em sintonia com o Director de Competição, coordenará toda a organização técnica da prova.

## Artigo 9º

### DISPOSITIVO DE SEGURANÇA E TRÂNSITO

Um **Director de Segurança e Trânsito**, em sintonia com o Director Técnico e Director de Competição e bem assim as autoridades legais envolvidas na prova, coordenará a organização de segurança e do trânsito da competição.

O percurso será encerrado ao trânsito, permitindo-se apenas a circulação de viaturas indispensáveis a condução da prova, assistência e informação, devidamente autorizadas e identificadas de forma inequívoca e visível.

A prova realizar-se-á sob protecção policial.

Todos os atletas participantes não federados competirão a coberto de seguro de acidentes pessoais efetuado pela organização.

Os atletas federados competirão a coberto do respectivo seguro federativo.

Em caso de acidente, a correspondente participação ao seguro só será aceite até uma hora após final da prova, devidamente observada e atestada pela equipa médica da prova.

Falsas declarações conducentes à inscrição de atletas como federados, não o sendo, desobrigam a organização de quaisquer responsabilidades.

## Artigo 10º

### DISPOSITIVO DE ASSISTÊNCIA MÉDICA E PARAMÉDICA

Um **Director de Assistência** coordenará toda a actuação das equipas médica, de enfermagem e de socorro.

## Artigo 11º

### CONTROLOS

1. Diversos controlos situados ao longo do percurso permitirão aos Fiscais de percurso e Dispositivo de Arbitragem, desclassificar ou penalizar os atletas que procurem voluntariamente encurtar a distância da prova ou pratiquem qualquer outra falta punível nos termos deste Regulamento ou normativos da FPA ou WA.
2. Na zona de retorno a organização procederá ao controlo electrónico da passagem dos atletas.
3. Deverão obrigatoriamente sujeitar-se ao controlo do "Doping" os atletas que no final da prova sejam notificados.

## Artigo 12º

### CLASSIFICAÇÕES

Serão efetuadas as seguintes classificações:

#### **Individual:**

Geral de todos os atletas não desclassificados que concluírem a prova até ao encerramento do controlo de chegada;

#### **Colectiva:**

Por Escalões conforme o estabelecido no Artigo 4º do presente Regulamento;

Por Equipas, com um mínimo de quatro atletas, pontuando os quatro atletas da equipa melhor classificados na classificação geral individual.

A classificação da equipa far-se-á pela soma algébrica dos lugares obtidos pelos respectivos atletas, classificando-se em 1º lugar a equipa que obtiver menor pontuação e assim sucessivamente.

Em caso de empates, ficará melhor classificada a equipa cujo quarto atleta esteja melhor posicionado na Classificação Geral.

§ Únicos – Não serão classificados os atletas estrangeiros cujas inscrições não estejam em conformidade com as normas referidas no art.º 3º do presente regulamento.

## Artigo 13º

### PRÉMIOS

Além de outros que a organização poderá instituir a todo o tempo, serão atribuídos prémios aos atletas melhor classificados conforme o estabelecido no Artigo 12º deste Regulamento e ainda aos recordistas de percurso (havendo-os), nos sectores masculino, feminino e deficiente II.

Serão ainda atribuídos prémios de presença de idêntico valor e qualidade a todos os atletas que concluírem a prova, sem desclassificação.

§ - Os prémios não entregues na cerimónia de pódio, poderão ser reclamados no prazo de 30 dias após dia da prova, revertendo a partir desse momento para posse da organização.

#### **PROVA 10KM**

##### **Masculinos e Femininas**

- Aos primeiros três atletas serão atribuídos medalhões dourados, prateados e bronzeados, respetivamente

#### **PROVA 20KM**

- **Troféu Gabriel Duarte:**
  - A Associação 20 Kms de Almeirim, institui o prémio “Troféu GABRIEL DUARTE”, de acordo com as seguintes normas:

- 1 - O “Troféu Gabriel Duarte” será atribuído ao primeiro atleta classificado da Geral Masculino e Geral Feminina;
- Aos primeiros três atletas de cada escalão serão atribuídos medalhões dourados, prateados e bronzeados, respectivamente;
- Serão ainda atribuídos prémios às três equipas melhores classificadas.

A entrega de prémios deverá fazer-se aos próprios atletas, podendo estes fazer representar-se por outra pessoa, desde que seja portadora de documento de identificação com fotografia, válido do premiado.

- **Troféu Delfim Ribeiro:**

- A Associação 20 Kms de Almeirim, institui o prémio “Troféu Delfim Ribeiro”, de acordo com as seguintes normas:
  - 1 - O “Troféu Delfim Ribeiro” será atribuído à equipa que concluir a prova da distância de 20 quilómetros com o maior número de atletas classificados;
  - 2 – Em caso de empate, o troféu será atribuído à equipa que se desloque de maior distância.

- **Troféu Rutis**

- A Associação 20 Kms de Almeirim, institui o prémio “Troféu Rutis”, de acordo com as seguintes normas:
  - 1 – O “Troféu RUTIS – Rede de Universidades Seniores” será atribuído ao atleta de idade mais elevada que termine a prova de acordo com o regulamento

- **Prémio para Atletas do Concelho:**

- A Associação 20 Kms de Almeirim, institui o prémio “Atletas do Concelho”, de acordo com as seguintes normas:
  - 1 – Os prémios para os primeiros classificados do concelho, serão atribuídos aos atletas residentes no concelho, inscritos individualmente ou em equipas do concelho (No caso de dúvida poderá ser solicitado documento comprovativo de residência)

## Artigo 14º

### CASOS OMISSOS E RECURSOS

Quaisquer casos omissos ou situações de dúvida não especialmente previstas neste Regulamento serão apreciados e resolvidos na altura própria pela Organização e Dispositivo de Arbitragem, tendo em conta as normas e regulamentos da FPA e IAAF. Tais decisões serão susceptíveis de recurso para o Júri de Apelo.

Apenas serão admitidos recursos desde que apresentados até 30 minutos após a chegada do 1º atleta e mediante o pagamento de uma caução de 250,00 €, que será integralmente restituída se o recurso obtiver provimento total.

## Artigo 15º

### DIVERSOS

A organização proporcionará a todos os atletas interessados a possibilidade de banho (duche) em instalações balneárias próximas da meta.

**A organização aconselha todos os atletas participantes a efectuarem um exame médico antes da competição.**

**Da sua aptidão física serão responsáveis os Clubes ou entidades que procederem á sua inscrição ou os próprios atletas.**

## Artigo 16º

### ENCERRAMENTO

Será efetuada entrega dos prémios de acordo com o estabelecido no paragrafo 13º,

## Artigo 17º

### CANCELAMENTO DO EVENTO

Os eventos organizados pela Associação 20 Kms de Almeirim poderão não se realizar devido a fatores externos à vontade da organização, designadamente, mas não só, por ocorrência de catástrofe natural, distúrbios, greves, manifestações, impossibilidade de usar as vias de circulação de trânsito, impossibilidade de utilizar as telecomunicações, determinação de autoridade, nova legislação, exigências de saúde ou segurança pública e outras causas de força maior não imputável à organização. Nestes casos a organização não está obrigada a restituir aos atletas o valor da inscrição efetuada nem qualquer outro valor, seja a que titulo for. A organização reserva-se, contudo, o direito de adiamento do evento para data oportuna a designar valendo, neste caso, a inscrição anteriormente efetuada. A organização pode ainda designar um local, dias e horário específico para os atletas inscritos levantarem o dorsal da inscrição e eventuais brindes associados ao evento.

**Nota:** O regulamento da prova assim como as informações gerais sobre o evento estão em revisão e podem ser alvo de mudanças de fruto do contexto pandémico verificado em Portugal

## Artigo 18º

### PROTECÇÃO DE DADOS

Todos os dados recolhidos no processo de inscrição são mantidos e tratados de uma forma segura e destinam-se ao desenvolvimento natural do evento nomeadamente; validação do seguro nominal efetuado para todos os participantes no evento, lista de inscritos e elaboração de tabelas de resultados/classificações. Adicionalmente serão enviadas informações importantes sobre a participação no evento bem como comunicações de eventos futuros.

Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais enviando e-mail para [20kms.almeirim@gmail.com](mailto:20kms.almeirim@gmail.com)

## Artigo 19º

### DIREITOS DE IMAGEM

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