



# 10K Avintes/caminhada

## REGULAMENTO

### 1 – DATA E HORA DA REALIZAÇÃO

Realiza-se no dia 18 de fevereiro de 2024 pelas 09h30, na Vila de Avintes, com partida e chegada na Escola Fernando Guedes, Rua Pe. Araújo, s/n - 4430-878 Avintes, a 11ª prova denominada de 10 Km de Avintes, na qual se integrará uma Caminhada com a distância de 5 km.

### 2 – A CORRIDA E CAMINHADA

Serão duas as corridas: uma caminhada na distância de 5 km destinada a todas as classes etárias e sem fins competitivos e uma corrida com distância de 10 km para atletas federados e não federados nascidos em 2005 e anteriores.

### 3 – OS PERCURSOS

#### Corrida 10 km:

Partida e chegada: Escola Fernando Guedes; Rua Pinhal do Lima, virar esquerda Rua Adriano Correia de Oliveira, virar esquerda Rua 5 de outubro, virar direita, Rua Escola Central, passar cruzeiro, virar esquerda, Rua 5 de outubro, virar direita Rua Poeta Mesquita e Melo, virar esquerda Rua Castanheira do Ribatejo, seguir Rua Pinhal do Lima, passagem pela meta, seguir Rua Adriano Correia de Oliveira, virar à direita Rua 5 de outubro, Pinhais Bastos, virar esquerda Rua dos Metalúrgicos, virar à direita Rua 5 de outubro(ascendente), virar esquerda Rua São Julião, Zona industrial de Avintes, Rua Inocêncio L Gondim, virar esquerda Rua S. Julião, virar direita Rua 5 de outubro(descendente), virar direita, Rua do Regedor seguir Rua Santa Isabel, virar esquerda Rua do Padrão Vermelho, seguir em frente, rua Adriano Correia de Oliveira, virar esquerda Rua Pinhal do Lima, Meta.

Nota: Abastecimento no cruzamento da rua Adriano Correia de Oliveira aos 5K.

#### Caminhada 5 km:

Partida e chegada: Escola Fernando Guedes; Rua Pinhal do Lima, virar esquerda Rua Adriano Correia de Oliveira, virar esquerda Rua 5 de outubro, virar direita, Rua Escola Central, passar cruzeiro, virar esquerda, Rua 5 de outubro, virar direita Rua Poeta Mesquita e Melo, virar esquerda Rua Castanheira do Ribatejo, seguir Rua Pinhal do Lima, Meta:

### 4 – ORGANIZAÇÃO

É uma organização da Associação Cultural e Musical de Avintes - ACMA, com sede na Rua C Nº 150, 4430 – 776, em Avintes Portugal, com o apoio das seguintes entidades:

- Câmara Municipal de Gaia
- Junta de Freguesia de Avintes
- Associação de Atletismo do Porto
- Conselho Regional de Arbitragem da AAP
- Guarda Nacional Republicana
- Bombeiros Voluntários de Avintes
- Corpo de Escuteiros de Avintes

## **5 – ABASTECIMENTOS**

Segundo as normas da WA haverá abastecimentos ao km 5 e no final, e caso seja necessário, em função da temperatura que se fizer sentir, os abastecimentos poderão aumentar.

## **6 – INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES**

### **6.1 – PREÇO DE INSCRIÇÃO:**

#### **Corrida | 10 km**

- Até 15 de janeiro de 2024 – 10.00€
- De 16 de janeiro a 14 de fevereiro 2024– 12.00€
- Última hora dias 15 e 18 de fevereiro 2024– 15,00€ e no local da prova

Nota: Inscrições limitadas.

#### **Caminhada | 5 km**

- Até 15 de janeiro 2024 – 6,00€
- De 15 janeiro a 17 de fevereiro 2024 – 7.50€

Nota: Inscrições limitadas.

### **6.2 – LOCAIS DE INSCRIÇÃO**

- Inscrições On-line em Lap2Go

6.3 – As inscrições são limitadas. A organização poderá a qualquer momento encerrar as inscrições.

### **6.4 – OS KITS DE PARTICIPANTE SERÃO ENTREGUES:**

No local de início e chegada da prova

- 17 de fevereiro das 10h00 às 19h30

No local da de início e chegada da prova

- 18 de fevereiro das 08h00 às 09h30

Não serão entregues kits em nenhum outro momento para além dos designados anteriormente.

#### **6.4.1 – Documentação necessária para levantamento do dorsal:**

- Confirmação da inscrição com o número de dorsal.
- Documento de identificação pessoal, Bilhete de Identidade, Cartão de Cidadão ou Carta de Condução.

6.5 – Tendo em conta a segurança dos participantes não será permitida a participação de atletas em bicicletas, acompanhados por animais, skates ou patins.

6.6 – A organização poderá a qualquer momento suspender ou prorrogar os prazos ou ainda adicionar ou limitar o número de inscrições disponíveis em função das disponibilidades técnicas/questões de segurança ou necessidades estruturais, sem aviso prévio.

6.7 – A organização poderá a qualquer momento realizar campanhas promocionais que tenham influência direta ou indireta no preço da inscrição. Estas inscrições podem ter características especiais de fidelização do titular, locais de realização de inscrição e períodos onde a campanha esteja disponível.

6.8 – Extras – Durante o processo de inscrição poderão estar disponíveis alguns produtos e/ou serviços complementares à participação no evento. Estes produtos e/ou serviços, que serão cobrados à parte do valor da inscrição, estarão acessíveis de acordo com o stock disponível e com os prazos necessários para sua correta implementação.

### **7 – IDADES MÍNIMAS DE PARTICIPAÇÃO**

Corrida | 10 km | Nascidos 2005 e anteriores | Hora: 10h00m

Caminhada | 5 km | Para todas as idades | Hora: 10h00m

### **8 – KIT DE PARTICIPANTE**

8.1 – Os kits de participante serão entregues única e exclusivamente nos locais e horários previstos no número 6 do presente regulamento.

8.2 – 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. A organização solicita o tamanho pretendido na ficha de inscrição.

### **9 – ZONA DE CHEGADA**

9.1 – A zona técnica na chegada do evento onde se realiza a receção aos atletas, será apenas acessível aos participantes que cumprirem o presente regulamento, e tal como previsto no número 15 do presente documento, tenham efetuado a totalidade do percurso da prova em que se inscreveram.

9.2 – Nesta zona de chegada será disponibilizado um abastecimento e podem ser entregues brindes comemorativos do evento. Caso estes brindes comemorativos tenham tamanhos, estes serão distribuídos conforme solicitados neste local sendo que o stock é distribuído mediante a disponibilidade. Caso se verifique rutura de stock em algum tamanho a organização proporá ao participante um tamanho alternativo.

9.3 – Esta é uma zona exclusiva dos participantes do evento e não será permitido o acesso de acompanhantes ou familiares.

## **10 – CLASSIFICAÇÕES**

A Caminhada de 5 km, Dia de Avintes, não tem classificações, é de puro convívio e lazer.  
A Corrida 10 km de Avintes: Classificações individuais e coletivas para atletas e equipas: geral individual e coletiva masculinos e femininos. Contam apara a classificação coletiva masculina e feminina os quatro primeiros atletas chegados à linha de meta de cada equipa.

Esta prova será cronometrada com o sistema eletrónico de alta precisão. Chip – Sistema eletrónico de deteção.

Todos os atletas inscritos na Corrida 10 km de Avintes devem utilizar o chip fornecido no kit do atleta. O chip encontra-se codificado para o atleta, é pessoal e intransmissível. A leitura do chip apenas ocorrerá se este for colocado conforme as instruções. A organização não se responsabiliza pela falha da apresentação de resultados resultante da má colocação do chip.

A organização desclassificará todos os atletas que efetuem a prova com:

1. Mais do que um chip
2. Um chip de outro atleta
3. Incorram em alguma das infrações previstas neste regulamento.

## **12 – JÚRI**

O Júri da prova é da responsabilidade do Conselho Regional de Arbitragem da Associação de Atletismo do Porto.

## **13 – ACOMPANHAMENTO**

13.1 – Assistência médica será colocada à disposição durante o percurso, partida e chegada da prova.

13.2 – Só poderão acompanhar as provas as viaturas que tenham identificação da organização e as viaturas da G.N.R.

## **14 – INFRAÇÕES**

- Não efetuem o controlo de partida
- Não cumpram o percurso na sua totalidade
- Não levem o dorsal ao peito e bem visível durante a prova
- Falsifiquem qualquer elemento relativo à sua inscrição
- Corram com o dorsal em termos incorretos
- Não respeitem as instruções da organização
- Corram por cima dos passeios – quando não autorizados pela organização
- Sejam ajudados por terceiros
- Utilizem algum meio de transporte

## **15 – REGULAMENTOS**

Os casos omissos no presente regulamento, serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

## **16 – RECURSOS**

Apresentação de protestos - Qualquer reclamação terá de ser apresentada por escrito em papel timbrado do clube, ao júri da prova até 10 minutos depois de terminada a corrida, juntamente com a importância de €100,00 (Cem euros), a qual será devolvida se o protesto for deferido (de acordo com a normativa da WA World Athletics e da FPA, Federação Portuguesa de Atletismo)

## **17 – SEGURO**

A organização da Prova, fará um seguro desportivo nominal a todos os participantes de acordo com o regime jurídico de seguros desportivos obrigatórios – decreto lei nº10/2009.

Em caso de sinistro o atleta deverá contactar a organização do evento para que esta diligencie o encaminhamento para a seguradora. Para dar início a um processo é necessário que o atleta seja atendido pela equipa que faz o acompanhamento médico durante o evento, sem prejuízo de o atleta ser mais tarde encaminhado para outra unidade de emergência médica.

É reservada à seguradora a averiguação dos factos apresentados e respetiva atuação em conformidade no diferimento ou não do pedido de ativação do seguro.

## **18 – DURAÇÃO**

A prova principal e a caminhada terão uma duração máxima de 2 horas.

## **19 – ACEITAÇÃO**

19.1 – É reservado o direito à organização a aceitação das inscrições.

19.2 – Ao inscreverem-se, todos os participantes aceitam o presente regulamento e, em caso de dúvida ou surgimento de uma situação não contemplada no mesmo, devem informar a organização.

## **20 – CONTROLO ANTIDOPPING**

Os participantes poderão estar sujeitos a efetuar uma análise de controlo de dopagem.

## **21 – PROTEÇÃO 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.

Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais enviando e-mail para suporte@lap2go.com.

## **22 – 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.

## 23 – CANCELAMENTO, CEDÊNCIA E ALTERAÇÃO DA INSCRIÇÃO

### 23.1 – CANCELAMENTO

Serão aceites pedidos de cancelamento de inscrição até dia 15 de fevereiro não havendo lugar a reembolso do valor da inscrição.

### 23.2 – CEDÊNCIA

O pedido de cedência da inscrição a um terceiro participante tem de ser efetuado por e-mail para suporte@lap2go.com, através do mesmo endereço de e-mail que consta no login.

### 23.3 – ALTERAÇÃO

Serão aceites pedidos de alteração de prova dentro do programa da Corrida 10 Km de Avintes (10k, 5k) até 15 de fevereiro, não havendo lugar a reembolso por parte da organização caso a inscrição a alterar seja mais cara do que a inscrição na prova pretendida.

Caso a prova pretendida tenha um valor superior à inscrição anteriormente efetuada, ao participante será solicitado o valor da diferença entre o preço da inscrição, à data deste pedido, e o valor pago.

## 24 – TABELA DE PRÉMIOS

### 24.1 - Individuais

Júnior Mas.	Júnior Fem.	Absoluto Mas.	Absoluto Fem.	Veter. Mas. I	Veter. Mas. II	Veter. Mas. III	Veter. Mas. IV	Veter. Mas. V	Veter. Fem. 40-50	Veter. Fem. ≥ 50
1º 30€	1º 30€	1º 150 €	1º 150 €	1º 60 €	1º 40 €	1º 30 €	1º 20 €	1º 20 €	1º 50 €	1º 30 €
		2º 90 €	2º 90 €	2º 40 €	2º 30 €	2º 20 €	2º 10 €	2º 10 €	2º 30 €	2º 20 €
		3º 60 €	3º 60 €	3º 20 €	3º 20 €	3º 10€	3º 10 €	3º 10 €	3º 20 €	3º 10 €
		4º 40 €	4º 40 €	4º 10 €	4º 10€					
		5º 30 €	5º 30 €							

### 24.2 Coletivos

Lugar	Masculino (mínimo, 4 primeiros atletas)	Femininos (mínimo, 4 primeiros atletas)
1º	60.00€	60.00€
2º	40.00€	40.00€
3º	30.00€	30.00€

**Os prêmios não são acumuláveis, isto é, será sempre entregue o prêmio com maior valor.**

## **25 – CANCELAMENTO DO EVENTO**

O cancelamento do evento pode ocorrer devido a fatores externos à organização: catástrofes naturais, greves, manifestações, impossibilidade de usar as vias de circulação de trânsito, impossibilidade de usar telecomunicações, restrições do governo, nova legislação, etc. 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.