



DESAFIO NOS ARROZAI

ARROZAI, MUSEU E CORRIDA NA NATUREZA

08
JUNHO
2025
10:00H

**PARTIDA E META:
ESTEIRO DE ESTARREJA
JUNTO À ESTAÇÃO DA CP**

- CORRIDA 12 KM
- CAMINHADA 7 KM
- 16 PÓDIOS EM DISPUTA



SGRANOS BH



INSOBRICOES BH



CONSIDERAÇÕES GERAIS

O Desafio Nos Arrozaís (DNA) é uma competição de Atletismo que será realizada dia 08 de junho de 2025, em Estarreja.

A corrida será disputada em terra batida nas margens do Rio Antuã, junto aos terrenos do cultivo de arroz e na parte final, o regresso, será ao longo da linha do Norte da CP, em piso rápido de asfalto, ao lado do BioRia.

O objetivo do evento é associar a prática desportiva da corrida à natureza, percorrendo as zonas de cultura de arroz no concelho de Estarreja, que pretendemos divulgar, contribuindo para a sua sustentabilidade.

O DNA tem, também, como propósito ser sustentável e daí

- a aquisição da t-shirt do evento ser opcional;
- os troféus serem produzidos por artesanato local, com materiais naturais;
- o Kit e os prémios serem valorizados com produtos autóctones (arroz/trigo/artesanato/mel);
- o percurso ser na natureza, ser ecológico (não se deve deixar lixo ao longo do percurso);
- o contato direto com a cultura tradicional do arroz e com as suas receitas;
- potenciar o uso de transporte ferroviário, dado que a partida e a meta do DNA serão junto da Estação da CP de Estarreja;
- promover a ligação com a comunidade e com a sua história, devido à proximidade com o “ museu Fábrica da História ”, antiga fábrica de descasque do arroz, e com Escolas de Samba de Estarreja.

1. ORGANIZAÇÃO

O DNA é um evento organizado pela Associação de Moradores da Urbanização da Póvoa de Baixo (AMUPB), em parceria com o Centro Recreativo de Estarreja (CRE), com os apoios da Câmara Municipal de Estarreja, Ricardo Esteves – assessoria desportiva, Associação de Atletismo de Aveiro, Conselho Regional de Arbitragem da Associação de Atletismo de Aveiro, Bombeiros Voluntários de Estarreja, Guarda Nacional Republicana, Indústria e Comércio Local.

2. DATA/ HORA/ LOCAL

O evento será realizado no dia 08 de junho de 2025, às 10:00H, com partida e chegada no “Esteiro de Estarreja”, situado no lado poente da estação da CP de Estarreja, lado oposto ao “museu Fábrica da História”. Do centro do evento à estação da CP distam 300 metros.

- **Levantamento de kits:**

- ✓ **07-04-2024** - O levantamento dos kits poderá ser feito na Sede da AMUPB, das 09:30H às 22:00H; (Urbanização da Póvoa de Baixo, lote 250, 3860-350 Estarreja)
- ✓ **08-04-2024** - O levantamento dos dorsais poderá ser feito junto ao local de partida / chegada da prova, das 08:00H às 09:30H.

Hora:	Escalão:	Idade (dia da prova):	Distância
10:00H			12 Km
	Seniores (F/M)	Sub 35	
	VETERANOS I (F/M)	35/39	
	VETERANOS II (F/M)	40/44	
	VETERANOS III (F/M)	45/49	
	VETERANOS IV (F/M)	50/54	
	VETERANOS V (F/M)	55/59	
	VETERANOS VI (F/M)	60 ou mais	
09:30H	Caminhada		7 Km

3. PERCURSOS

A corrida DNA será realizada pelos caminhos do BioRia, entre Estarreja, Salreu e Canelas, cujo trajeto estará assinalado ao longo do percurso, numa distância total aproximada de 12Km para a corrida e de 7Km para a caminhada. Para evitar dúvidas também haverá marcação no solo com inerte branco.

- ✓ Corrida DNA – 12 km;
- ✓ Caminhada DNA – 7 km.

4. ABASTECIMENTO

Haverá abastecimento de água na meta e no Esteiro de Salreu mas se a temperatura for superior a 20°C, haverá mais pontos de abastecimento intermédios.

5. DURAÇÃO

O controlo de tempos na meta encerra às 11:45H, limite após o qual a Organização não se responsabiliza por qualquer praticante que se encontre no percurso.

6. INSCRIÇÕES

- As inscrições para o DNA terão de ser feitas em “Lap2Go timing solution” (<https://lap2go.com>);
- Data limite: 03-06-2025;
- Limite do n.º de inscrições: 300 participantes para a corrida de 12 Km e 100 para a caminhada;
- Valor da corrida: 7 € em Fevereiro, 8€ em março, 9€ em abril, 10€ em maio e 12€ até 4 de junho.
- Valor da caminhada: 5€ em Fevereiro, 6€ em março, 7€ em abril, 8€ em maio e 9€ até 4 de junho.

7. CONSTITUIÇÃO DO KIT/ ENTREGA DO KIT

Para corrida e caminhada, o valor de inscrição inclui:

- dorsal;
- 1Kg de arroz, produzido e embalado em Estarreja (agricultura tradicional biológica);
- brochura com receitas tradicionais de arroz e trigo;
- seguro de acidentes pessoais;
- t-shirt alusiva ao evento (opcional);
- água e reforço alimentar na meta.

8. DORSAL

A utilização do dorsal é obrigatória e o dorsal oficial deve ser colocado de forma visível à frente, sendo pessoal e intransmissível.

9. PRÉMIOS

- Haverá um sorteio de produtos utilitários entre todos os participantes:
 - ✓ estarão expostos na chegada com os números correspondentes aos dorsais contemplados;
 - ✓ o sorteio será realizado na Sede da AMUPB no dia 6 de junho às 21:00H. O levantamento é feito na chegada perante a confirmação com o número do dorsal;
 - ✓ a caminhada, apesar do carácter recreativo e lúdico, também entra no sorteio.

- Corrida DNA: serão premiados com troféus os 3 primeiros classificados individuais, masculinos e femininos, de cada escalão. Haverá ainda prémios de acordo com o previsto na tabela.

Tabela de Prémios para os 3 primeiros classificados, por escalão:

Escalão:	Idade (dia da prova):	1.º	2.º	3.º
Seniores (F/M)	Sub 35	Troféu + 2 Kg arroz	Troféu + 1Kg de arroz	Troféu + 1Kg de farinha de trigo
VETERANOS I (F/M)	35/39	Troféu + 2 Kg arroz	Troféu + 1Kg de arroz	Troféu + 1Kg de farinha de trigo
VETERANOS II (F/M)	40/44	Troféu + 2 Kg arroz	Troféu + 1Kg de arroz	Troféu + 1Kg de farinha de trigo
VETERANOS III (F/M)	45/49	Troféu + 2 Kg arroz	Troféu + 1Kg de arroz	Troféu + 1Kg de farinha de trigo
VETERANOS IV (F/M)	50/54	Troféu + 2 Kg arroz	Troféu + 1Kg de arroz	Troféu + 1Kg de farinha de trigo
VETERANOS V (F/M)	55/59	Troféu + 2 Kg arroz	Troféu + 1Kg de arroz	Troféu + 1Kg de farinha de trigo
VETERANOS VI (F/M)	60 ou mais	Troféu + 2 Kg arroz	Troféu + 1Kg de arroz	Troféu + 1Kg de farinha de trigo

10. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

A participação na corrida está aberta a todos os interessados, sem distinção de nacionalidade ou género, desde que estejam devidamente inscritos, de acordo com o regulamento, dentro do prazo e sejam detentores da condição física adequada à opção de prova.

11. DESQUALIFICAÇÃO

A organização desqualificará qualquer atleta que:

- falsifique qualquer elemento relativo à sua inscrição;
- não se apresente no local da partida e durante a competição, com o dorsal da prova devidamente visível;
- não cumpra a totalidade do itinerário do percurso da respetiva prova;
- não respeite as instruções da organização;
- manifeste comportamento antidesportivo.

12. ASSISTÊNCIA MÉDICA

Será disponibilizado aos participantes apoio médico, com meios necessários definidos pelos Bombeiros, de acordo com o plano de segurança do evento, a disponibilizar na zona de partida/ meta, e de vigilância/ resgate, em vários pontos ao longo do percurso.

13. ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO DE PROVA

No ato de inscrição, os participantes aceitam o respetivo regulamento de prova.

14. SEGURO

A Organização da prova assegura aos inscritos um seguro de acidentes pessoais.

15. CEDÊNCIA DE IMAGEM

Os participantes, ao procederem à inscrição, autorizam de forma gratuita, a cedência à Organização dos direitos de captação da sua imagem, durante o evento, sem fins comerciais.

16. POLÍTICA DE PRIVACIDADE

Ao proceder à sua inscrição, tendo em conta a sua política de confidencialidade de dados, a Organização manterá a informação que é solicitada no momento da inscrição em total confidencialidade. Os dados pessoais recolhidos não serão utilizados para outra finalidade, senão para a inscrição e o seguro de acidentes pessoais, não sendo transmitidos a qualquer outra entidade, de acordo com a legislação em vigor.

17. JURISDIÇÃO

A jurisdição do evento estará a cargo do Conselho Regional de Arbitragem da Associação de Atletismo de Aveiro.

O Júri decidirá sobre todos os assuntos relacionados com o evento e que não foram objeto de regulamentação, ou sobre más interpretações do presente regulamento. Os casos omissos no presente regulamento, serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

18. ENTREGA DE PRÉMIOS

A cerimónia de entrega de prémios realizar-se-á no local de partida/ chegada (Esteiro de Estarreja) pelas 11:45H. Nesta cerimónia faremos uma homenagem ao presidente da junta de Salreu que conclui 12 anos de mandato na Freguesia.

Haverá possibilidade de utilização dos balneários do Pavilhão Municipal de Estarreja, desde as 11:00H às 12:30H.

19. EVENTO VIRTUAL NO STRAVA

O DNA 2025 através do Strava está em funcionamento de 1 de maio a 3 de junho. De 1 de abril a 30 de abril decorrem as inscrições e validação das mesmas. As inscrições e validação é gratuita, mas requer que se adira à equipa (Clube), no Strava, DNA2025. Após este passo a validação é efetiva quando aparecer um registo no segmento que será igual ao de 2021. Todo o percurso está sinalizado com placas. Este ano iremos reactivar o percurso Standard com 7800 metros, com espelhos de água deslumbrantes bem como com um piso extraordinário.

A classificação é gerida na plataforma Strava pela Organização e após decorrido o tempo estabelecido, 30 dias, divulgar-se-ão as respectivas classificações a 5 de junho.

Estamos a contar com as dinâmicas de passagem e com as respetivas fotos.

No final haverá surpresas para os melhores tempos por escalão do Strava e também para os mais apelativos momentos digitais, na perspetiva da organização do DNA 2025.

O link da página é DNA 2025:

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100063617470474>

Outros links:

AMUPB: <https://www.facebook.com/profile.php?id=100083505482822>

CRE:

<https://www.facebook.com/search/top?q=centro%20recreativo%20de%20estorreja>

AAA: <https://www.aaaveiro.pt/>