

“ 2ª CORRIDA E CAMINHADA SOLIDÁRIA +”

Regulamento

1. Numa organização conjunta da ATIVA+ e da ADERCUS, realiza-se, no dia 07 de Setembro de 2014, com início às 09:45 a CORRIDA DO PEQUENO SOLIDÁRIO e às 10:00 horas a CORRIDA E CAMINHADA SOLIDÁRIA +.

2. Percursos e distâncias:

2.1. A Corrida do Pequeno Solidário realiza-se num percurso de aproximadamente 500 metros a Corrida Solidária realiza-se num percurso de aproximadamente 10 quilómetros e, em simultâneo, a Caminhada, com percurso de aproximadamente 5km.

2.1.2. Percurso da Corrida Pequeno Solidário: : Partida (Rua Celestino Neto) - Rua Luís de Camões - Praça da Republica - Rua Vasco da Gama – Rua Celestino Neto.

2.1.2. Percurso da Corrida: Partida (Rua Celestino Neto) - Avenida 25 de Abril - Rotunda do Paulicea - Avenida 25 de Abril - Rua Fernando Caldeira - Rua José Sucena - Rua Comandante Pinho e Freitas - Largo António Breda - Rua Dionísio Pinheiro - Rua Engenheiro Bastos Xavier - Rua 8 de Setembro - Rua José Pimenta - Rua Doutor Manuel Alegre - Largo António Breda - Avenida Doutor Eugénio Ribeiro - Rua José Sucena - Rua Fernando Caldeira - Rua Luís de Camões - Praça da Republica - Rua Vasco da Gama – Rua Celestino Neto a numa distância de 5 quilómetros.

2.1.3. Percurso da Caminhada: Partida (Rua Celestino Neto) - Avenida 25 de Abril - Rotunda do Paulicea - Avenida 25 de Abril - Rua Fernando Caldeira - Rua José Sucena - Avenida Doutor Eugénio Ribeiro - Rua Luís de Camões - Largo Doutor Elísio Sucena - Rua 5 de Outubro - Juntas Nacional dos Vinhos - Rua 5 d Outubro - Largo Doutor Elísio Sucena - Rua Vasco Da Gama - Praça 1º de Maio - Rua Celestino Neto.

2.2. O local de partida e chegada da prova será na rua Celestino Neto, na baixa da cidade de Águeda.

2.3. O mapa dos percursos pode ser consultado nos anexos ao regulamento e no *site* oficial da prova, alojado no portal www.atleta-digital.com.

3. Escalões Etários

3.1. Serão considerados os seguintes escalões etários na Corrida:

- **Seniores masculinos e femininos** – nascidos em 1993 e anos anteriores, até à idade de 39 anos - (M Sen) e (F Sen).
- **Veteranos femininos** - com 40 anos ou mais - (F40).
- **Veteranos 1 masculinos** - Dos 40 aos 44 anos - (M40-44).
- **Veteranos 2 masculinos** - Dos 45 aos 49 anos - (M45-49).
- **Veteranos 3 masculinos** - Dos 50 aos 54 anos - (M50-54).



- **Veteranos 4 masculinos** – Dos 55 aos 59 anos - (M55-59).
- **Veteranos 5 masculinos** – Com 60 anos ou mais - (M60).

3.2. Para o apuramento dos escalões etários - é considerada a idade do indivíduo à data de realização da prova.

4. Corrida do Pequeno Solidário

4.1. A Corrida do Pequeno Solidário não tem carácter competitivo, pelo que não será cronometrada;

4.2. Podem participar na Corrida crianças com idades compreendidas entre os 6 e os 12 anos, com e sem deficiência física ou intelectual, mesmo em cadeira de rodas, ou carrinhos de bebé, desde que acompanhadas por um adulto.

5. Caminhada

5.1. A Caminhada não tem carácter competitivo, pelo que não será cronometrada;

5.2. Podem participar na Caminhada pessoas de todas as idades, com e sem deficiência física ou intelectual, mesmo em cadeira de rodas, ou carrinhos de bebé, desde que acompanhadas por um adulto, devendo ser realizada a caminhar.

6. Inscrições

6.1. As inscrições poderão ser feitas *online*, no *site* do evento, alojado no portal www.atleta-digital.com, estando sujeitas às seguintes taxas de inscrição:

a) Até ao dia 31 de Agosto de 2014:

- Corrida: 7 euros/pessoa.
- Caminhada: 4 euros/pessoa.

6.2. O pagamento das inscrições é feito através de depósito ou transferência bancária, sendo os dados fornecidos automaticamente após a submissão *online* da inscrição. No caso da inscrição ser realizada na Junta de Freguesia de Recardães (sede da Ativa+) o pagamento poderá ser feito em numerário ou por transferência bancária.

6.3. Não serão aceites inscrições por *email* ou telefone.

6.4. Não serão permitidas inscrições no dia da prova.

6.5. As inscrições são pessoais e intransmissíveis.

6.6. Em caso de desistência da participação na prova só é devolvido o dinheiro da inscrição por motivo justificado por atestado médico.

13.1. Todos os participantes podem usufruir gratuitamente de:

- a) Balneários;

13.2. Haverá um abastecimento líquido e sólido aos 5 quilómetros e, caso as condições climatéricas o justifiquem será feito um reforço a cerca de metade de prova de Caminhada.

14. Contactos

Para mais informações podem os interessados contactar com a organização da CORRIDA E CAMINHADA SOLIDÁRIA + através dos seguintes meios:

- a) *Site* oficial, alojado em www.atleta-digital.com;
- b) Contacto telefónico: 913391028; 916698127;
- c) Email: associacaoativamais@gmail.com (apenas para informações. Não serão aceites inscrições via email).