



regulamento

1. Evento

- a) O evento "Light Run em Família" é uma corrida/ caminhada, organizado pela Comissão de Protecção de Crianças e Jovens de Reguengos de Monsaraz e pelo Município de Reguengos de Monsaraz.
- b) Este evento visa assinalar e comemorar o Dia Internacional da Família e também tem como objetivo ajudar a equipar o Cantinho da Amamentação da Unidade de Cuidados da Comunidade do Centro de Saúde de Reguengos de Monsaraz. Com os fundos obtidos através das inscrições, esta Comissão irá doar esses fundos para o projeto Cantinho da Amamentação.

1.1. Inscrição

- a) A inscrição é feita online em www.acorrer.pt.
- b) A inscrição inclui t-shirt + kit luminoso e tem um valor mínimo de 4 € por cada participante.

1.2. Distâncias

Corrida/Caminhada 5,5km

2. Horário

Dia 13 de Maio (sexta-feira)

9h00 às 12h00/ 14h00 às 17h30 – Abertura do Secretariado nas instalações da CPCJ de Reguengos de Monsaraz, sitas no edifício da antiga estação da CP, na Avenida Dr. Joaquim Rojão, em Reguengos de Monsaraz

Dia 14 de Maio (sábado)

17h30 às 20h00– Abertura do Secretariado no Parque da Cidade

19h30 - Aquecimento – Aula de zumba no Parque da Cidade

21h00 - Início da corrida Light Run em Família - Corrida/Caminhada

Chegada – Parque da Cidade de Reguengos de Monsaraz com Animação

3. Controlo de Tempos

Corrida/caminhada sem carácter competitivo, sem registo de tempos e sem classificações.

O percurso vai estar sinalizado com placas e fitas, ficando ao critério de cada participante o ritmo a impor.

4. Abastecimentos

Haverá abastecimento de água no final da Light Run em Família.

5. Kit Atleta

T-Shirt Técnica e Kit Luminoso (pinturas pela organização).

6. Local da prova



- a) A prova irá decorrer nas Ruas de Reguengos de Monsaraz, (mapa em anexo).
- b) Os participantes devem respeitar a sinalização, orientações da Organização e GNR.
- c) Durante o percurso não é permitido a utilização de bicicletas.

7. Seguro

Todos os inscritos terão direito a seguro de acidentes pessoais.

8. Casos Omissos

Os casos omissos serão decididos pela Organização.

Contactos - cpcj.reguengosmonsaraz@gmail.com.

9. Percurso

