

Alfama Xtreme

Corrida de Obstáculos

Regulamento

1. Organização

A corrida de obstáculos Alfama **Xtreme** é uma prova que combina corrida urbana (em escadas e ruas típicas de Alfama) com obstáculos, promovida pela **Junta de Freguesia de Santa Maria Maior**, com a organização do **Grupo Sportivo Adicense e do Grupo Alfama PowerTeam**, e com a parceria do **Espaço LX-EG6**.

2. Data e hora da realização da Prova

A prova realiza-se no dia **16 de Outubro de 2016, Domingo**, às **15h00**, com partida no Largo do Chafariz de Dentro (Junto ao Museu do Fado), em Alfama, e final no Beco de São Miguel, também em Alfama.

3. A prova

3.1 - Rastejar, correr, saltar e escalar são alguns dos desafios que farão parte deste evento. Não sendo apenas uma corrida, a prova pretende ser uma aventura e um desafio pessoal que terá muita diversão e entreajuda.

3.2 - Não haverá contagem de tempos e/ou classificações.

3.3 – Os obstáculos são de natureza adequada e com o grau de segurança exigido, estando ao alcance de todos. Contudo, os participantes não são obrigados a ultrapassá-los, podendo prosseguir o percurso.

3.4 - Haverá um apoio constante por parte do Staff da organização.

4. Percurso

4.1 - O percurso terá cerca de 2 km percorridos por Alfama, tendo cada participante que enfrentar obstáculos naturais e artificiais com diferentes níveis de dificuldade. Com partida no Largo de Chafariz de Dentro e chegada no Beco de São Miguel, a corrida passará pelas escadarias, becos e ruelas que caracterizam o bairro de Alfama.

4.2 - O percurso só será divulgado no dia do evento e será sinalizado em locais estratégicos.

4.3 – Os obstáculos serão vigiados pelo Staff da organização.

4.4 - Consoante o número de inscrições, as partidas dos participantes serão realizadas em grupos de atletas com intervalos de 5 minutos, de forma a garantir a fluidez da prova.

4.5 - Sensivelmente a meio do percurso haverá um ponto de abastecimento onde será fornecida uma hidratação.

5. Inscrições e Valores

5.1 - A idade mínima para participar é de **18 anos**.

5.2 - As inscrições poderão ser realizadas através do site **www.acorrer.pt** .

5.3 - O valor da inscrição é **de 7,50€**.

5.4 - Cada inscrição efectuada garante o seguinte:

- Participação no Alfama Xtreme
- Oferta Camisola Técnica
- Seguro de prova
- Uma hidratação
- Lanche convívio

5.5 - O prazo das inscrições termina a **12 de Outubro de 2016**.

5.6 - A inscrição pressupõe a total aceitação de todo o conteúdo deste regulamento.

6. Entrega da Camisola Técnica

6.1 – A Camisola Técnica é levantada no local da partida da prova, no Largo do Chafariz de Dentro.

6.2 -Aconselha-se que os participantes efectuem o levantamento da camisola técnica **1h30m** antes do começo da prova, viabilizando o natural aquecimento antes do seu começo.

7. Condições de participação

7.1 - Os participantes devem reunir as condições de saúde necessárias à prática desportiva e estar clinicamente aptos, reconhecendo os riscos associados à prova e assumindo toda a responsabilidade da sua participação.

7.2 – A participação na prova é da responsabilidade de cada participante, assim como qualquer lesão provocada durante o evento.

7.3 - Todos os participantes devem seguir as instruções do Staff da organização.

7.4 - Todos os participantes devem dar prioridade ao uso da camisola Técnica durante a participação na prova, exceptuando aqueles que participam em representação de um clube/grupo desportivo.

7.5 - Aconselha-se que os participantes usem roupa e calçado adequados à prática de corrida, considerando todas as características que distinguem este evento.

7.6 – Não haverá bengaleiro ou centro de depósito de bens no evento, não assumindo a organização qualquer responsabilidade em caso de perda/danos provocados nos bens dos participantes.

8. Desclassificação da corrida

A organização reserva o direito de recusar/cancelar a participação de qualquer participante, no início ou no decorrer do evento, sempre que o seu comportamento for considerado inadequado.

9. Seguro

9.1 - Todos os participantes da corrida estarão abrangidos por um seguro com cobertura de Acidentes pessoais, estando o mesmo incluído no valor da inscrição.

9.2 - A organização da prova não se responsabiliza por toda e qualquer situação que não esteja abrangida pelo âmbito do Seguro.

10. Assistência Técnica e Médica

10.1 - A prova contará com apoio de assistência Médica.

10.2 – Todos os participantes podem esclarecer qualquer questão com os membros da organização presente na prova.

11. Direitos da Organização

A organização poderá adiar a data do evento caso se verifiquem circunstâncias que impossibilitem o sucesso da prova.

12. Omissões

Os casos omissos a este regulamento ficarão sob critério e decisão da organização.

Lisboa, 30 de Setembro de 2016

A Organização