

Regulamento Corrida do Porto de Sines

A Administração dos Portos de Sines e do Algarve, SA promoverá a realização da “Corrida do Porto de Sines”, no próximo dia 24 de junho de 2017, pelas 09h30m, enquadrada nas comemorações do Dia do Porto de Sines. O evento contará com a vertente de corrida e caminhada.

1. Distâncias

- 1.1. A corrida terá a distância aproximada de 10 km.
- 1.2. A caminhada terá a distância aproximada de 5 km, com andamentos livres.

2. Condições de participação

2.1. A prova decorrerá em diversos tipos de piso, caminhos rurais (com declive; irregular e degraus) e estradas alcatroadas com início e término na Avenida Vasco da Gama em Sines.

Existindo locais com tráfego rodoviário, e não sendo possível cortar o trânsito nas zonas alcatroadas, todos os participantes deverão cumprir as regras de trânsito e circulação rodoviária para peões, sob pena de terem de assumir potenciais danos e/ou indemnizações resultantes do seu incumprimento.

Existirão elementos da organização nos pontos mais movimentados de ambos os percursos de modo a auxiliar e facilitar a passagem dos participantes em prova.

2.1.2. As inscrições na corrida estão abertas a participantes com idade igual ou superior a 18 anos, de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo. Todos os participantes inscritos na caminhada com idade inferior a 18 anos devem preencher o “termo de responsabilidade” e enviar por email para corrida@apsinesalgarve.pt devidamente assinado pelo respetivo encarregado de educação. A idade mínima permitida para inscrição na caminhada é de 15 anos. A falta deste documento implica a não consideração da inscrição.

3. Inscrições

3.2.1. A inscrição deverá ser efetuada através do site www.acorrer.pt não sendo necessário enviar comprovativo de pagamento para a organização.

3.2.2. Processo inscrição - O ato de inscrição pressupõe a total aceitação das regras aqui estabelecidas. - Os pedidos de inscrição devem ser feitos de acordo com os prazos indicados, sendo a data limite 19 de junho de 2017 ou em caso de se atingir o limite de inscrições.

3.2.3. A inscrição é pessoal e intransmissível. - A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro.

3.2.4. Não se aceitam alterações dos dados fornecidos pelos participantes após o término das inscrições (dia 19 de junho de 2017).

4. Valores e condições de inscrição

Inscrição Corrida – o valor da inscrição para a corrida é de € 5 e inclui:

- Seguro;
- Dorsal;
- Abastecimento líquido;
- Camisola técnica;
- Duche.

Inscrição Caminhada – o valor da inscrição para a caminhada é de € 3 e inclui:

- Seguro;
- Dorsal;
- Camisola técnica;
- Abastecimento líquido;
- Duche.

5. Condições físicas

5.1. Para participar é indispensável:

5.1.2. Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e terra batida e encontrar-se adequadamente preparado física e mentalmente.

6. Colocação dorsal

6.1. O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado de forma bem visível.

6.1.2. Não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação.

6.1.3. Se a organização entender afastar um participante devido ao seu estado de saúde, este assim o deve fazer, de modo a garantir o seu bem-estar.

Por motivos de segurança, devido a mau tempo, incêndio, ou outro motivo – a Organização reserva-se o direito de modificar o traçado ou a distância a ser percorrida ou mesmo a cancelar o evento. Os Postos de Controlo serão os postos de informação privilegiados para comunicar aos participantes as decisões técnicas respeitantes ao evento.

7. Postos de controlo

7.1. Existirão postos de controlo ao longo da prova de corrida e caminhada. É obrigatória a passagem dos participantes por todos os postos de apoio e controlo que se situam no seu percurso.

8. Locais de abastecimento

8.1. Durante o percurso existirá **um** posto de abastecimento de líquidos para a corrida. No final da corrida/caminhada existirá abastecimento de líquidos e

sólidos para todos os participantes. Cada participante, ao deixar o posto de abastecimento, é responsável por ter a quantidade de bebida necessária para alcançar o final do percurso.

9. Marcação do Percurso

A marcação principal será constituída por placas com setas de cor amarela. Para além das placas será utilizada outra sinalética como pó de pedra a cortar as estradas e informações diversas para além de indicações por elementos da Organização. Os participantes obrigam-se a percorrer todo o percurso sinalizado o mais perto possível das marcações não devendo atalhar nos pontos em que eventualmente tal seja possível. O não acatamento desta norma pode levar à desclassificação se no entender da organização da prova tal for feito com a intenção de diminuir a distância percorrida ou de diminuir as naturais dificuldades técnicas do percurso. No caso de um participante percorrer alguma parte do percurso sem sinalização, deverá voltar atrás pelo caminho que seguiu e procurar o caminho sinalizado.

10. Material recomendado

Calçado e vestuário adequados;
Telemóvel;
Dorsal (visível e alfinetes para a colocação do mesmo);
Boné;
Protetor solar;
Mochila;
Água (recipiente para água) e alimentos energéticos.

11. Regras de conduta desportiva

Todos os atos do evento deverão ser norteados por um completo fairplay, assumindo a organização e os participantes, pelo fato de aceitarem este regulamento ao inscrever-se, aquilo que é o património cultural deste desporto emergente: respeito pelo desafio, entreatuda e respeito pelos outros participantes, organizadores e colaboradores; respeito pelo ambiente natural em que decorrem, procurando um impacto ambiental nulo. O participante que encontrar um colega a precisar de auxílio, terá que ficar com este, até que o próximo participante chegue, e assim sucessivamente.

12. Responsabilidade ambiental

O participante é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transportá-los até à linha da meta.

13. Secretariado da prova/horários e local

13.1. Quinta e Sexta feira – 22 a 23 de junho de 2017

17h10m - 19h00m: Horário de funcionamento do secretariado da prova situado no Edifício Técnico da APS para entrega de dorsais e camisolas técnicas.

Nota: sugere-se o levantamento dos dorsais e camisola técnica nos dias anteriores à prova.

13.2. Sábado - 24-06-2016

08h00m - Abertura do secretariado, na Av. Vasco da Gama, para entrega de dorsais e camisolas técnicas;

09h10m – Fecho do secretariado, briefing aos participantes;

09h15m – Aula de Aquecimento;

09h30m – Partida da Corrida;

09h35m – Partida da Caminhada;

13h30m – Encerramento de todas as atividades.

13.3. Segunda e terça feira – 26 a 27 de junho de 2017

17h00m - 20h00m: Horário de funcionamento do secretariado da prova situado no Edifício Técnico da APS para entrega de dorsais e camisolas técnicas, dos participantes que não poderão se deslocar à prova.

13.4. Serviços disponibilizados

Balneários com wc e banhos quentes nas instalações do Porto de Recreio.

14. Categorias

Definição de escalões etários/género individuais:

Corrida (10km) masculinos;

Corrida (10Km) femininos;

Caminhada: Sem Escalões

15. Prémios

	Feminino	Masculino
1º Lugar	Cartão Oferta de 50 €	Cartão Oferta de 50 €
2º Lugar	Cartão Oferta de 30 €	Cartão Oferta de 30 €
3º Lugar	Cartão Oferta de 20 €	Cartão Oferta de 20 €

16. Direitos de imagem

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza aos organizadores da prova a gravação total ou parcial da sua participação na mesma, pressupõe também a sua concordância para que a

organização possa utilizar a imagem do atleta para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, internet, cartazes, meios de comunicação social, etc.) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do participante, a receber qualquer compensação económica.

17. Casos Omissos

Os casos omissos serão resolvidos pela Administração dos Portos de Sines e do Algarve, SA.

Sines, 29 de maio de 2017