



# ARENA BEACH RUN



FIGUEIRA  
BEACH SPORTS CITY



**Beach Run**  
10km & 5km

**Caminhada**  
5km

**Fitness FunZone**

**FIGUEIRA DA FOZ - BUARCOS**

**24 OF AUGUST**

+INFO [WWW.FIGUEIRABEACHSPORTSCITY.COM](http://WWW.FIGUEIRABEACHSPORTSCITY.COM)

PROMOTOR

ORGANIZAÇÃO

MAIN SPONSOR

SPONSORS

SOCIAL PARTNER

MEDIA PARTNERS

figueira  
do desporto

FIGUEIRA  
BEACH SPORTS CITY

DOCTOR  
SPORT

Foz Plaza  
SHOPPING CENTER

HOSPITAL  
DA LUZ  
COIMBRA

Litocar

SAGRES  
CERVEJA

Agua de Figueira, S.A.

as beiras  
o meu jornal, a minha região

Diário de Coimbra

# REGULAMENTO DO BEACH RUN FIGUEIRA DA FOZ

## CAPÍTULO I - PROVAS

1. O 2ª BEACH RUN FIGUEIRA DA FOZ será realizada no sábado dia 24 de Agosto de 2019 a sua 2ª edição, na Praia da Claridade, independente da condição climática, com a participação de pessoas de ambos os sexos devidamente inscritos.
2. No sábado dia 24 de Agosto às 17:00 (dezassete horas) com ponto de largada e chegada na pista de Atletismo da Praia da Claridade em frente à Piscina de Mar, daremos início a Corrida com DISTÂNCIA de 10km, uma segunda corrida de 5km tal como a caminhada.
3. A vitória por equipa será apurada pelos 3 primeiros atletas a chegar de uma equipa máxima de 5 elementos.
4. A prova terá a DURAÇÃO até 2 hora e 30 minutos para os percurso de 10 km. O atleta que em qualquer dos trechos não estiver dentro do tempo projetado, será convidado a se retirar da prova. A supervisão técnica e organização são da Empresa Santos Gonçalves & Valente Simões, Lda denominada como Arena Fitness.
5. A prova terá a DURAÇÃO até 1 hora para os percurso de 5km. O atleta que em qualquer dos trechos não estiver dentro do tempo projetado, será convidado a se retirar da prova.
6. Todos participantes na corrida terão direito a medalha de participação.
7. A caminhada tem um carácter não competitivo. Qualquer das formas os participantes não deverão interferir nas corridas que estarão a decorrer. Esta é gratuita. São pagaram se assim desejarem a camisola ou saco de reforço.

## CAPÍTULO II – PERCURSO

1. O percurso da Corrida é em realizar em areia, com a exceção da partida e largada que se acontecem na pista de atletismo da Praia da Claridade, maioritariamente decorre em zonas planas, praias e passadiços, sendo de vital importância que o Atleta siga com bastante atenção ao balizamento (através de cones e bandeiras ou fitas), respeitando as instruções dos staffs e sinalização específica (placas indicativas de quilometragem e acessos).
2. OS PERCUROS das provas serão amplamente divulgados no site [www.arenafitness.pt](http://www.arenafitness.pt), [www.figueirabeachsportscity.com](http://www.figueirabeachsportscity.com) e [www.acorrer.pt](http://www.acorrer.pt), e nas redes sociais após a liberação total por parte dos órgãos de trânsito.

### Coordenadas:

40.15188278162646  
-8.87094497680664



## **PROGRAMA HORÁRIO**

**15h:30** Check In Corrida

**16h:18.30** Fitness - Zumba, Salsa, CX Works, Attack, Yoga

**16h:30** Corrida de 10km, seguida de corrida de 5km e caminhada

**19h.30** - Entrega de Prémios e Sunset Drink @Mercure RoofTop

O KIT somente poderá ser retirado pelo atleta inscrito mediante apresentação do documento de confirmação de inscrição (inscrições realizadas pelo site) ou o respectivo recibo de pagamento (inscrições presenciais).

No momento da retirada do kit o responsável deverá CONFERIR os seus dados e o número de peito. Não serão aceitas reclamações cadastrais após a retirada do kit.

## **CAPÍTULO III – PARTICIPANTES**

A idade MÍNIMA para atletas se inscreverem e participarem desta corrida de praia é de 16 (dezasseis) anos para corrida as corridas, com as seguintes restrições:

## **CAPÍTULO IV – CATEGORIAS**

O 1º BEACH RUN FIGUEIRA DA FOZ é composto pelas seguintes categorias:

1º, 2º e 3º, Masculino 10 km e 5km

1º, 2º e 3º Feminino 10 km e 5km

1º, 2º e 3º Equipas 10 km e 5km (3 a 5 atletas)

## **CAPÍTULO V – ENTREGA DE PRÉMIOS**

1. Todos os atletas que terminarem o percurso dentro do tempo máximo estabelecido para a prova após a largada receberão MEDALHA de participação.

2. A entrega de medalhas e troféus será realizada logo após o final das provas.

3. Receberão TROFÉUS aqueles que se classificarem da 1ª a 3ª colocação nas modalidades em ambos os sexos (feminino e masculino) e equipas.

## **CAPÍTULO VI – INSCRIÇÃO**

A INSCRIÇÃO para o 2º BEACH RUN FIGUEIRA DA FOZ terá início no dia 17 de Maio de 2019, somente através do Site [www.acorrer.pt](http://www.acorrer.pt).

Corrida 5 km e 10 Km : 12 € até 20 de Junho // 15 € a partir do dia 20 de Junho

Eco Caminhada : Gratuita s/ Tshirt // 5 € com Tshirt

A Inscrição na corrida 5km, 10km, e Eco - Caminhada c/ Tshirt Inclui :

- Dorsal com chip incluído na Corrida 5 km e 10 km
- Dorsal sem chip na Eco-Caminhada
- Seguro desportivo
- Uma T-shirt para todos os participantes
- Apoio logístico e técnico
- Primeiros socorros
- Abastecimentos líquidos nas zonas de assistência/abastecimento no final da prova
- Massagem Desportiva no final da prova
- Outros brindes que a organização possa angariar
- Sunset Cocktail no Mercure Hotel
- Acesso à Fitness Fun Zone do Evento

O dinheiro da inscrição não será devolvido, caso o participante desista da prova.

As inscrições serão limitadas ao número máximo de 400 (quatrocentos) ATLETAS. Estas poderão ser encerradas a qualquer momento, caso seja alcançado o número de vagas.

A ORGANIZAÇÃO poderá a qualquer tempo, sem aviso prévio, suspender ou prorrogar prazos e limitar o número de inscrição do evento em função de necessidades e disponibilidades técnicas ou estruturais. Principalmente em virtude de indisponibilidade de hospedagem e meio ambiente.

## **CAPÍTULO VIII - SISTEMA DE CRONOMETRAGEM**

1. O uso do dorsal é OBRIGATÓRIO e sua utilização inadequada acarretará a não marcação do tempo do atleta, o que isenta a Comissão Organizadora na divulgação dos resultados.

## **Capítulo VIII - INSTRUÇÕES E REGRAS PARA CORRIDA**

Serão disponibilizados postos de HIDRATAÇÃO para os atletas ao longo do trajecto.

1. Ao inscrever-se o ATLETA disponibiliza seus dados e autoriza aos organizadores, patrocinadores e realizadores, para que em qualquer tempo enviem em seu nome, no endereço eletrónica ou físico (ou qualquer outro fornecido) informativos ou qualquer outro tipo de correspondência.

2. O PARTICIPANTE da prova cede todos os direitos de utilização de sua imagem, inclusive direito de arena, renunciando ao recebimento de qualquer renda que vier a ser auferida com direitos a televisão ou qualquer outro tipo de transmissão e/ou divulgação, promoções, internet e qualquer mídia em qualquer tempo.

3. O participante assume que é conhecedor de seu estado de saúde e capacidade técnica e treinou adequadamente para a PROVA. Recomenda-se rigorosa avaliação médica, inclusive a realização de teste ergométrico prévio para todos os participantes.

4. A ORGANIZAÇÃO não tem responsabilidade sobre o atendimento médico. Haverá, no entanto, apoio de emergência aos corredores, serviço móvel para remoção e serviço de apoio com socorrista e transporte.

5. O participante tem a obrigação de conhecer, defender e respeitar o meio ambiente onde se realiza o EVENTO. O mau trato ou a falta de respeito pode ser motivo de desclassificação, podendo ocasionar a expulsão da competição.
6. Haverá postos de controle nos postos determinados pela ORGANIZAÇÃO, quando necessários. Serão monitorados por fiscais responsáveis por registar a passagem dos ATLETAS. Quem sair do percurso será imediatamente desclassificado.
7. Na hipótese de desclassificação dos primeiros colocados, serão chamados os classificados com melhor tempo, sucessivamente.
8. Os atletas não devem, em caso algum, abandonar pelos seus próprios meios a zona de Prova.
9. A desistência tem obrigatoriamente de ser comunicada ao colaborador do Posto de Controlo da todos os Atletas estão cobertos por um Seguro de Acidentes Pessoais, de acordo com a Lei em vigor.
10. Os serviços médicos estão autorizados a retirar da competição qualquer atleta que manifeste sinais de incapacidade física ou psicológica para continuar a corrida, ou necessidade de receber assistência médica vital.
11. A Organização recomenda a utilização de roupa e calçado adequado, óculos de sol, chapéu e protetor solar.

## **CAPÍTULO IX - DISPOSIÇÕES FINAIS**

1. As dúvidas ou omissões deste regulamento serão dirimidas pela Comissão Organizadora.
2. Ao se inscrever nesta prova, o atleta assume automaticamente o conhecimento de todos os termos deste Regulamento, ficando de acordo com todos os itens supracitados.

### **Contactos:**

Organização, Arena Fitness: 233 096 693 / 911786200 ou 966476345, Paulo Simões

Email: [geral@arenafitness.pt](mailto:geral@arenafitness.pt)

### **Hotéis Parceiros:**

#### **Mercure Hotel**

**Endereço:** Av. 25 de Abril 22, 3080-086 Figueira da Foz

**Telefone:** [233 403 900](tel:233403900)

#### **Hotel Wellington**

**Endereço:** R. Dr. Calado 25, 3080-153 Figueira da Foz

**Telefone:** [233 426 767](tel:233426767)