

# Regulamento

## CORRIDA DO ADEPTO



### 1. ENQUADRAMENTO

#### 1.1 ORGANIZAÇÃO

A CORRIDA DO ADEPTO é um evento desportivo organizado pela Liga Portugal, com o apoio da Câmara Municipal de Braga e Instituto Português do Desporto e da Juventude. A organização técnica é da responsabilidade da empresa RUN PORTO.

#### 1.2 PROVA | DISTÂNCIA | DATA / HORA / LOCAL

Serão realizadas duas provas: uma corrida de 10km cronometrada e uma caminhada de 5 km, ambas sem fins competitivos.

**Corrida 10 km:** dia 27 de janeiro, sábado, às 10h00, com partida e chegada no Estádio Municipal de Braga

**Caminhada 5 km:** dia 27 de janeiro, sábado, às 10h00, com partida e chegada no Estádio Municipal de Braga

#### 1.3 PARTICIPANTES

A participação poderá ocorrer de forma autónoma e independente ou em grupo / equipa. Na Corrida de 10 km poderão participar os maiores de 18 anos, inclusive. Na Caminhada poderão participar pessoas de todas as classes etárias.

### 2. INFORMAÇÕES GERAIS DA PROVA

#### 2.1 PERCURSO

##### 10 km - Corrida (Prova Principal)

Partida e chegada junto ao Estádio Municipal de Braga  
[Inserir percurso](#)

##### 5 km - Caminhada

Partida e chegada junto ao Estádio Municipal de Braga  
[Inserir percurso](#)

**Nota importante:** os percursos da corrida 10 km e caminhada 5 km poderão ser alterados devido a quaisquer imprevistos.

#### 2.2 BLOCOS DE PARTIDA

Os participantes deverão apresentar-se no local da partida, com os elementos facultados pela organização - dorsal da respetiva prova, em conformidade com o estabelecido pelo presente regulamento.

Por uma questão de organização e facilidade de partida da prova, os participantes serão inicialmente divididos por 2 blocos: corrida e caminhada.

Todos os atletas da corrida devem estar alinhados na partida, obrigatoriamente até às 09h50. Todos os atletas da caminhada deverão estar alinhados até às 09h50.

O tempo será registado quando o atleta passar a linha de chegada, através do chip.

### **2.3 DURAÇÃO DA PROVA**

A prova tem como duração máxima duas horas e trinta minutos após o início, terminando às 12h30. Após esse período, as autoridades competentes restabelecem a circulação automóvel.

### **2.4 SISTEMA DE CRONOMETRAGEM**

A Corrida será cronometrada e haverá classificação final.

A organização garante a todos os inscritos na prova de 10 km, que recolham o seu kit, um sistema de cronometragem através de chip, que deverá ser usado de acordo com as instruções.

A Caminhada não será cronometrada e não haverá classificação.

### **2.5 ABASTECIMENTO**

- **10 km - Corrida (Prova Principal):** a organização providenciará um abastecimento no percurso, aos 5 km, e um abastecimento na meta.
- **5 km- Caminhada:** a organização providenciará abastecimento na meta.

## **3. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO**

### **3.1 PARTICIPANTES**

A participação na corrida e caminhada está aberta a todos os interessados (dentro das idades previstas), sem distinção de nacionalidade ou sexo, desde que se encontrem devidamente inscritos, de acordo com o regulamento e dentro do prazo.

Os participantes deverão utilizar a T-shirt oficial do evento durante a corrida e caminhada.

Não é permitida a participação de atletas sem o respetivo dorsal.

A idade mínima de participação na corrida 10 km é de 18 anos, efetuados até à data da prova segundo as regras da FPA – Federação Portuguesa de Atletismo para provas com distâncias iguais ou superiores a 10 km.

Os participantes devem ser portadores de um documento de identificação (Bilhete de Identidade, Cartão de Cidadão ou Carta de Condução) no qual conste a sua data de nascimento, caso seja necessário confirmar a sua idade.

Para segurança de todos os intervenientes não será permitida a participação de pessoas que se desloquem em bicicletas, acompanhadas por animais, skates, patins e cadeiras de rodas. A organização não aconselha a participação de pessoas com carrinhos de bebé.

### **3.2 LIMITE DE PARTICIPANTES**

A prova tem o limite de três mil participantes.

A organização poderá, a qualquer momento, adicionar ou limitar o número de inscrições previstas na prova em função de necessidades/ disponibilidades técnicas/estruturais, sem aviso prévio.

### **3.3 ALTERAÇÃO DE DADOS**

O participante que ceder o seu dorsal a outra pessoa e não comunicar à organização, até dia 31 de dezembro, formalmente por escrito para [geral@runporto.com](mailto:geral@runporto.com), será responsável por qualquer acidente ou dano que este atleta venha a sofrer, isentando a responsabilidade da organização da prova, seus parceiros, apoiantes e órgãos públicos envolvidos.

### **3.3 CEDÊNCIA DOS DADOS DE INSCRIÇÃO**

A Liga Portugal não irá partilhar a base de dados com elementos preenchidos pelos participantes com empresas externas, podendo utilizá-la para comunicação/partilha de informação relacionada com eventos de carácter desportivo que organize.

### **3.4 SEGURO**

Os participantes devem reunir condições de saúde necessárias à prática desportiva. Após a inscrição assumem que se sentem física e psicologicamente preparados para o esforço físico inerente à prova em que irão participar.

Todos os participantes, sem exceção, devem reunir as condições de saúde necessárias à prática desportiva, isentando a organização da prova, seus parceiros, apoiantes e órgãos públicos envolvidos de quaisquer responsabilidades.

A organização da prova assegura aos inscritos um seguro de acidentes pessoais.

## **4. INSCRIÇÕES**

### **4.1 PRAZO E VALOR DE INSCRIÇÃO**

A inscrição em qualquer uma das provas é obrigatória.

Inscrições serão realizadas online através do site da RUN PORTO: [www.runporto.com](http://www.runporto.com)

Valores de inscrição:

Corrida - 8€ até 31 dezembro / 10€ de 1 a 22 janeiro

Caminhada – 5€ até 31 dezembro / 7€ de 1 a 22 janeiro

Inscrições de última hora – 12€

Última hora desde que o limite definido pela organização não tenha sido ultrapassado

Parte do valor da inscrição reverterá a favor de duas Instituições de carácter social local (tendo em conta o número de participantes inscritos).

A organização poderá, a qualquer momento, suspender ou prorrogar os prazos, ou ainda adicionar ou limitar o número de inscrições na prova em função de necessidades/disponibilidades técnicas/estruturais, sem aviso prévio.

### **4.2 MÉTODO DE INSCRIÇÃO**

Só serão aceites inscrições online através do site oficial: [www.runporto.com](http://www.runporto.com)

Ao se inscreverem, os participantes declaram, sob sua responsabilidade, que reúnem as condições de saúde necessárias à participação na prova e que se irão abster de participar caso tais condições se alterarem.

### **4.3 MÉTODO DE PAGAMENTO**

Só serão aceites os pagamentos efetuados através dos dados fornecidos pela RUN PORTO, disponibilizado através do site das inscrições.

#### **4.4 CANCELAMENTO DE INSCRIÇÃO**

Tratando-se de uma corrida com fins solidários, cuja parte dos fundos reverte a favor de instituições de Caráter Social, em caso de cancelamento de inscrição não haverá lugar à restituição do valor pago.

Até dia 31 de dezembro, qualquer inscrito poderá ceder a sua participação a outro atleta, desde que o comunique à organização através do e-mail: geral@runporto.com

### **5. KIT DE PARTICIPAÇÃO**

#### **5.1 O KIT DE PARTICIPAÇÃO**

##### **10 km - Corrida (Prova Principal)**

O kit do atleta é constituído por uma t-shirt e um dorsal.

##### **5 km - Caminhada**

O kit do atleta é constituído por uma t-shirt e um dorsal.

Os tamanhos disponíveis para a corrida 10 km e caminhada 5 km serão: S, M, L e XL. Os tamanhos serão distribuídos conforme os pedidos efetuados no momento da inscrição, na altura de recolha do kit.

A partir de dia 15 de janeiro deixará de ser possível efetuar o pedido do tamanho e Equipa da t-shirt no momento da inscrição, sendo estas inscrições inseridas na Equipa "FairPlay" e sujeitas ao stock disponível.

Caso se verifique rutura de stock em algum dos tamanhos, a organização proporá ao atleta um tamanho alternativo.

#### **5.2 LEVANTAMENTO DO KIT DE PARTICIPAÇÃO**

Os Kits poderão ser levantados no dia 26 de janeiro das 14h às 19h e no dia 27 de janeiro das 8 às 10 h, no Quartel do Batalhão de Sapadores de Bombeiros de Braga (junto ao Estádio Municipal de Braga)

A recolha do kit de participação pode suceder desde que sejam apresentados os seguintes elementos:

- Confirmação da inscrição com o número de dorsal fornecido no momento da inscrição on-line e documento de identificação pessoal: Bilhete de Identidade;
- Cartão de Cidadão ou Carta de Condução.

A recolha do kit de participação em nome de outro participante pode suceder desde que sejam apresentados os seguintes elementos:

- Confirmação de inscrição do atleta detentor do dorsal recebida na caixa de e-mail após o pagamento.

- Documento de identificação da pessoa que recolhe o kit: Bilhete de Identidade, Cartão de Cidadão ou Carta de Condução.

Após o período definido, a organização entregará todos os kits de participação não recolhidos a uma instituição de carácter social.

As ofertas de final de prova são exclusivas para os participantes que concluíam o percurso, ativessem a meta, com o dorsal oficial.

### **5.3 KIT FINAL DE PARTICIPAÇÃO**

O atleta com inscrição válida que termine a prova terá direito a uma oferta. Estará disponível no site da prova um diploma eletrónico de participação para todos os atletas que terminem a corrida 10 km.

## **6. SEGURANÇA E CONDIÇÕES DO PERCURSO**

### **6.1 SEGURANÇA E ASSISTÊNCIA MÉDICA NO PERCURSO**

É da responsabilidade das forças policiais a gestão, planeamento, controlo e eliminação do trânsito não autorizado no decorrer das provas, bem como a garantia da segurança dos participantes.

O trânsito automóvel será cortado, em toda a extensão do percurso, 15 minutos antes da partida. A reabertura do trânsito automóvel será feita duas horas e trinta minutos após a partida.

A organização da prova disponibilizará aos participantes da CORRIDA DO ADEPTO apoio médico com ambulância de pronto atendimento durante percurso, partida e chegada das provas.

Caso haja necessidade de continuidade do atendimento médico de emergência, este será efetuado no serviço nacional de saúde, sob a responsabilidade do mesmo.

A equipa médica terá autoridade para retirar da CORRIDA DO ADEPTO qualquer participante que não se revele apto a participar ou que tenha recebido cuidados médicos vitais no momento.

### **6.2 CONDIÇÕES DO PERCURSO**

A organização compromete-se a escolher sempre as melhores vias possíveis, de modo a não colocar em risco os participantes. No entanto, a mesma não se responsabiliza pelas condições do piso ou pelos defeitos/obstáculos apresentados no trajeto das provas.

Os percursos são aprovados pelas respetivas entidades municipais.

### **6.3 CANCELAMENTO DA PROVA**

O cancelamento da prova pode ocorrer devido a fatores externos à organização, nomeadamente: catástrofes naturais, greves, manifestações, impossibilidade de usar as vias de circulação de trânsito, impossibilidade de usar telecomunicações, restrições do governo, nova legislação.

## **7. TERMO DE RESPONSABILIDADE**

### **7.1 ACEITAÇÃO DO TERMO DE RESPONSABILIDADE**

#### **Individual - Corrida 10 km / Caminhada 5 km**

Ao inscreverem-se, todos os participantes aceitam o presente regulamento e, em caso de dúvida ou no surgimento de uma situação não contemplada no mesmo, devem informar a organização.

Estou de acordo com o termo de responsabilidade e declaro que:

- a) Li e concordo com o regulamento da CORRIDA DO ADEPTO, disponibilizado no site [www.ligaportugal.pt](http://www.ligaportugal.pt) e [www.runporto.com](http://www.runporto.com);
- b) Estou consciente do meu estado de saúde e confirmo possuir todas as condições físicas e psicológicas para participar na CORRIDA DO ADEPTO;
- c) Assumo que não irei participar na CORRIDA DO ADEPTO se as minhas condições de saúde se alterarem após a inscrição;
- d) Tenho conhecimento do teor da apólice de seguro em vigor e li as especificações da mesma, constantes no regulamento da prova;
- e) Ao participar na CORRIDA DO ADEPTO, autorizo gratuita e incondicionalmente a Liga Portugal e os parceiros da prova a utilizarem a minha imagem. Como tal, cedo todos os direitos de utilização da minha imagem, nomeadamente captada em fotografias e filmagens que terão lugar durante a realização das provas, renunciando ao recebimento de qualquer quantia que venha a ser auferida com a sua divulgação em peças comunicacionais de apoio;
- f) Participo na CORRIDA DO ADEPTO de livre e espontânea vontade, isentando a Liga Portugal, parceiros, diretores, colaboradores e outras empresas ligadas à organização do evento de qualquer responsabilidade resultante da minha participação, antes, durante e depois da mesma (como por ex. perda de objetos pessoais por roubo ou por outras circunstâncias).

### **Equipas –Corrida 10 km**

O responsável ao inscrever os membros da equipa, assume que todos eles aceitam o presente regulamento, em caso de dúvida ou surgimento de uma situação não contemplada no mesmo, devem informar a organização.

Estamos de acordo com o termo de responsabilidade e declaramos que:

- a) Lemos e concordamos com o regulamento da CORRIDA DO ADEPTO, disponibilizado no site [www.ligaportugal.pt](http://www.ligaportugal.pt) e [www.runporto.com](http://www.runporto.com);
- b) Estamos conscientes do nosso estado de saúde e confirmo possuir todas as condições físicas e psicológicas para participar na CORRIDA DO ADEPTO;
- c) Cada elemento da equipa assume que não irá participar na CORRIDA DO ADEPTO se as suas condições de saúde se alterarem após a inscrição;
- d) Tenho conhecimento do teor da apólice de seguro em vigor e li as especificações da mesma, constantes no regulamento da prova;
- e) Ao participar na CORRIDA DO ADEPTO, autorizo gratuita e incondicionalmente a Liga Portugal e os parceiros da prova a utilizarem a minha imagem. Como tal, cedo todos os direitos de utilização da minha imagem, nomeadamente captada em fotografias e filmagens que terão lugar durante a realização das provas, renunciando ao recebimento de qualquer quantia que venha a ser auferida com a sua divulgação em peças comunicacionais de apoio;
- f) Participo na CORRIDA DO ADEPTO de livre e espontânea vontade, isentando a Liga Portugal, parceiros, diretores, colaboradores e outras empresas ligadas à organização do evento de qualquer responsabilidade resultante da minha participação, antes, durante e depois da mesma (como por ex. perda de objetos pessoais por roubo ou por outras circunstâncias).

## **7.2 OBRIGATORIEDADE**

### **Corrida 10 km - (Prova Principal)**

- É obrigatória o uso do dorsal, de forma visível e nos locais especificados pela organização;
- O dorsal é pessoal e intransmissível;
- O dorsal deve ser colocado na parte frontal da t-shirt, utilizando os alfinetes;
- Os dorsais dos participantes na corrida serão diferenciados dos da caminhada;
- O dorsal encontra-se codificado para o atleta inscrito, logo é pessoal e intransmissível;
- A leitura do chip só ocorrerá se este for colocado conforme as instruções;
- A organização não se responsabiliza pela falha da apresentação de resultados resultante da má colocação do dorsal.

### **Caminhada - 5 km:**



- É obrigatório o uso do dorsal da prova, de forma visível e nos locais especificados pela organização;
- O dorsal é pessoal e intransmissível;
- O dorsal deve ser colocado na parte frontal da t-shirt utilizando os alfinetes fornecidos pela organização;

Todos os participantes deverão igualmente:

- Cumprir integralmente o percurso estabelecido;
- Ocupar sempre a direita da faixa de rodagem;
- Cumprir as indicações da organização da prova;

### 7.3 DESCLASSIFICAÇÃO DE PARTICIPANTES

A organização não permitirá a participação na prova/desqualificará qualquer atleta que:

- Falsifique qualquer elemento relativo à sua inscrição;
- Não se apresente na partida, como indicado neste Regulamento;
- Não respeite as instruções da organização;
- Não se encontre em condições físicas e psicológicas para participar;
- Não possua dorsal;
- Não apresente o dorsal na parte frontal da t-shirt e bem visível nos locais especificados pela organização;
- Utilize o dorsal de outro atleta;
- Dobre ou manipule a publicidade do dorsal;
- Utilize inadequadamente o dorsal fornecido;
- Não cumpra a sinalização colocada pela organização e salte as grades para a partida;
- Não cumpra completamente o percurso estabelecido;
- Manifeste comportamento antidesportivo (por exemplo: empurrões e obstruções que prejudiquem de forma intencional os outros atletas)
- Não respeite os restantes participantes, a própria organização e os agentes de segurança e outros intervenientes de apoio à prova.

### 7.4 PRÉMIOS FINAIS

**Os três primeiros classificados**, masculinos e femininos, da corrida de 10 km, receberão dois bilhetes para o jogo da final da TAÇA CTT, entregue no final da prova, assim como uma t-shirt oficial do seu clube.

Cada participante da CORRIDA DO ADEPTO 10 km poderá obter, através do site da RUN PORTO, um diploma eletrónico de participação.

### 7.5 PRÉMIOS POR ESCALÃO

Não existem prémios por escalão.

## 8. OUTRAS INFORMAÇÕES

### **8.1 JÚRI DA PROVA**

O Júri da prova é da inteira responsabilidade da organização. Casos omissos ocorridos durante a prova serão resolvidos de acordo com o regulamento de competição.

### **8.2 RECLAMAÇÕES**

Qualquer reclamação terá de ser apresentada por escrito à organização, no local do evento ou depois da prova, para o e-mail: [geral@runporto.com](mailto:geral@runporto.com)

### **8.3 CONTATOS**

Para quaisquer informações ou esclarecimentos adicionais, os interessados deverão contactar a organização da CORRIDA DO ADEPTO através de:

- [geral@runporto.com](mailto:geral@runporto.com)
- Tel/FAX.: +351 220304726

Contactos telefónicos disponíveis de 2ª a 6ª feira, das 10h às 18h00.