



## Regulamento

### 3ª São Silvestre Solidária da Póvoa de Lanhoso



#### 1. DATA E HORA DA REALIZAÇÃO

Realiza-se, no dia 5 de janeiro de 2020, a 3ª São Silvestre Solidária da Póvoa de Lanhoso, a qual integrará uma Corrida de 10kms e uma Caminhada de 5kms, com início previsto para as 10:00 horas

#### 2. A CORRIDA E A CAMINHADA

Corrida: com distância de 10kms, destinada a atletas de todos os âmbitos desportivos (federados, não federados, para atletas) e idade igual ou superior a 18 anos.

Caminhada: com distância de 5kms, destinada a toda a população em geral, não havendo limite de idades, nem fins competitivos.

#### 3. LOCAIS DA COMPETIÇÃO

A prova irá realizar-se nas principais ruas da vila da Póvoa de Lanhoso. A partida e chegada da corrida e caminhada acontece na Avenida 25 de Abril, junto ao Pavilhão Municipal. O mapa / perfil altimétrico será divulgado na página do evento.

#### 4. ORGANIZAÇÃO E OBJETIVOS

É uma organização conjunta entre o Clube de Adoção e Proteção de Animais (CAPA) e o Município da Póvoa de Lanhoso e conta com a parceria da Associação Desportiva Recreativa Gonçalo Sampaio.

Tem como objetivos principais angariar fundos para o CAPA, dar a conhecer o Município da Póvoa de Lanhoso e promover estilos de vida saudáveis. Para além disso, 1€ de cada inscrição reverterá a favor de duas Associações de carácter social e humanitário do Município: Bombeiros Voluntários da Póvoa de Lanhoso e Cruz Vermelha Portuguesa da Póvoa de Lanhoso.

#### 5. INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES

##### 5.1 PREÇO DE INSCRIÇÃO:

Até às 24h do dia 08/12/2019 - Corrida 6€ e Caminhada 4€

De 09/12/2019 até às 24h de 22/12/2019 - Corrida 8€ e Caminhada 6€

De 23/12/2019 a 03/01/2020 (não se garante o KIT de participação) - 8€ para a Corrida e 6€ para a Caminhada

De 04/01/2020 a 05/01/2020 (não se garante o KIT de participação e apenas por mail ou no secretariado) - 8€ para a Corrida e 6€ para a Caminhada

Para grupos de 10 participantes, a organização oferece mais uma inscrição (de menor valor). Sendo as inscrições realizadas online, os participantes devem entrar em contacto com a organização através de mail para informarem do desconto de equipa. O pagamento será feito diretamente com a organização através de nib disponibilizado e as inscrições validadas após envio/ receção do comprovativo.

## 5.2 LOCAIS DE INSCRIÇÃO

As inscrições deverão ser realizadas online ([link disponível na página do evento no facebook "São Silvestre Solidária da Póvoa de Lanhoso"](#)). Também poderão ser realizadas nas instalações das Piscinas Municipais cobertas, dentro do horário de funcionamento (de terça a sexta 8:30h-22h; sábado 9h-18:30h). O valor de inscrição inclui: seguro de acidentes pessoais, abastecimentos, banho (Pavilhão Municipal), t-shirt, medalha de participação e outras ofertas que a organização venha a conseguir. As inscrições para a prova são pessoais e intransmissíveis. A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de seguro. Caso um participante não possa participar e/ou as condições climatéricas não permitirem a realização do evento ou obriguem ao seu cancelamento, a organização não se vê no dever de devolver o valor das inscrições, assim como o reembolso aos patrocinadores.

## 5.3 KITS E DORSAIS SERÃO ENTREGUES:

Dia 4 de janeiro, entre as 14h00 e as 20h00 no Pavilhão Municipal 25 de Abril.

Dia 5 de janeiro, entre as 07h30 e as 09h30 no Pavilhão Municipal 25 de Abril

Os atletas devem ser portadores de 4 alfinetes para colocação do respetivo dorsal.

O dorsal é pessoal, intransmissível e deve estar em local facilmente visível aos elementos da organização e demais entidades que apoiam e/ou colaboram com a mesma. Em caso de desistência, o atleta deverá entregar o dorsal à organização no secretariado da prova, comunicando dessa forma a sua desistência.

## 6. ESCALÕES / CLASSIFICAÇÕES / PRÉMIOS

Na corrida, serão apuradas classificações individuais considerando os diferentes géneros e escalões, tendo em conta os melhores tempos obtidos pelos atletas. Sobem ao palco os três primeiros classificados masculino e feminino dos respetivos escalões considerados pela organização.

ESCALÕES MASCULINOS:

Seniores (18 a 39 anos)

Veteranos M40 (40 a 49 anos)

Veteranos M50 (50 a 59 anos)

Veteranos M60 (60 anos ou mais)

ESCALÕES FEMININOS:

Seniores (18 a 39 anos)

Veteranos F40 (40 a 49 anos)

Veteranas F50 (50 a 59 anos)

Veteranas F60 (60 anos ou mais)

Sobem também ao palco os três primeiros classificados da Geral masculino e feminino, os três primeiros classificados para-atletas. E, por fim, sobem ao palco a Equipa mais bem classificada da corrida (primeiros três atletas de equipa a chegarem à meta) e a Equipa mais numerosa do evento (em número, independentemente da classificação).

Todos os atletas inscritos na Corrida devem utilizar o chip fornecido pela organização. O chip encontra-se codificado para o atleta, é pessoal e intransmissível. A leitura do chip apenas ocorrerá se for colocado conforme as instruções. A organização não se

responsabiliza pela falha da apresentação de resultados resultante da má colocação do dorsal. A organização desqualificará todos os atletas que efetuarem a prova com: (1) Mais do que um chip; (2) Um chip de outro atleta.

A Caminhada de 5 kms - não terá classificações (prova sem espírito competitivo).

## **7. MARCAÇÃO E CONTROLOS**

O percurso estará marcado com grades e fitas de cor viva, sendo obrigatória a passagem pelos controlos estabelecidos.

## **8. ABASTECIMENTOS**

Será fornecida água aos participantes, no meio e fim da prova.

## **9. COMPORTAMENTO DESPORTIVO**

O comportamento inadequado, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou de qualquer outra espécie, será comunicado às autoridades sempre que o ato seja merecedor de tal.

Os atletas devem:

- assegurar que se encontram física e psicologicamente aptos a participarem na prova em que se inscrevem;
- ser portadores da sua identificação (caso haja necessidade de esclarecer dados pessoais);
- correr com o dorsal que lhe foi atribuído no momento da inscrição;
- tomar devida nota do seu dorsal, para eventual indicação na chegada em caso de inutilização respetiva;
- cumprir integralmente o percurso da prova e não obstruir intencionalmente outros atletas;
- ocupar sempre a direita da faixa de rodagem a fim de facilitar o ordenamento do trânsito.

## **10. JÚRI**

O Júri da prova é da inteira responsabilidade da organização, cabendo-lhe realizar toda a parte técnica da prova (ajuizamento e classificações finais). Os casos omissos na prova serão resolvidos pela Organização, de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

## **11. ACOMPANHAMENTO**

Assistência médica será colocada à disposição durante o percurso, partida e chegada da prova.

Só poderão acompanhar as provas as viaturas que tenham identificação da organização e as viaturas da GNR.

## **12. INFRAÇÕES**

- Não efetuarem o controlo de partida.
- Não cumpram o percurso na sua totalidade.
- Não levem o dorsal ao peito e bem visível durante a prova.
- Falsifiquem qualquer elemento relativo à sua inscrição.
- Não respeitem as instruções da organização.

## **13. REGULAMENTOS**

Os casos omissos no presente regulamento serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

#### **14. RECURSOS**

Qualquer reclamação ou protesto tem de ser apresentado por escrito ao Júri da Prova até 30 minutos após a divulgação dos resultados, juntamente com a quantia de 20€ a qual será devolvida se o protesto for considerado procedente.

#### **15. SEGURO**

Os participantes encontram-se abrangidos por um seguro de acidentes pessoais de acordo com o definido para este tipo de provas.

#### **16. DURAÇÃO**

A prova terá uma duração máxima de 2 horas.

#### **17. ACEITAÇÃO**

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

#### **18. CANCELAMENTO / ALTERAÇÃO DO EVENTO**

A organização reserva-se ao direito de realizar as modificações que considere necessárias, dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova, se as condições meteorológicas assim o obrigarem, ou por motivos de força maior.

#### **19. 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 atleta, a receber qualquer compensação económica.

#### **20. PROGRAMA** (Horários sujeitos a alterações)

##### Dia 04/01/2020

14h00 – Abertura do secretariado (Pavilhão Municipal)

20h00 – Encerramento do secretariado (Pavilhão Municipal)

##### Dia 05/01/2020

07h00 – Abertura do secretariado (Pavilhão Municipal)

09h30 – Encerramento do secretariado (Pavilhão Municipal)

09h45 – Aquecimento

10h00 – Partida da corrida (10km)

10h05 – Partida da caminhada (5km)

11h30 – Cerimónia de entrega de prémios

12h00 – Fim da prova