

13 MAIO 2018  
DOMINGO



cazulo designers.pt

HERDADE DO FREIXO DO MEIO // FOROS VALE FIGUEIRA  
MONTEMOR-O-NOVO  
INFO & INSCRIÇÕES

[WWW.QUEROIR.PT/MONTADO-RUNING](http://WWW.QUEROIR.PT/MONTADO-RUNING) OU [ACMONTEMOR.PT/EVENTOS/](http://ACMONTEMOR.PT/EVENTOS/)

ORGANIZAÇÃO



HERDADE  
FREIXO  
DO MEIO



COMUNICAÇÃO

CAZULO  
DESIGNERS®

AFERUS



MONTEMOR O NOVO câmara municipal



VALE FIGUEIRA câmara municipal

## Regulamento

“Montado Running” pretende ser um evento de Corrida/caminhada organizado em conjunto pelo Atlético Clube de Montemor e pela Herdade Freixo do Meio. O objetivo será a criação de mais duas atividades que irão integrar o Encontro de Primavera organizado pela Herdade Freixo do Meio – Foros de Vale Figueira,

com este evento pretendemos dinamizar através da corrida/caminhada a prática de atividade física e desportiva promovendo o convívio entre os participantes.

## 1. Organização

Uma organização do Atlético Clube de Montemor e Herdade Freixo do Meio que conta com os seguintes parceiros na sua organização:

- CazuloDesigners®;
- Junta de Freguesia dos Foros de Vale Figueira;
- Câmara Municipal de Montemor-o-Novo;
- Bombeiros Voluntários de Montemor-o-Novo;

## 2. Programa

A corrida irá realizar-se no dia 13 de Maio de 2018, a partir das 10h00, com a partida e chegada na Herdade Freixo do Meio- Foros de Vale Figueira.

Programa previsto:

**7h30-9h30** – Funcionamento do secretariado

**10h00** – Início da Corrida e Caminhada

**12h00** – Entrega dos prémios

## 3. Percurso

Existem dois tipos de percursos, com diferentes níveis de dificuldade e com duas distâncias distintas. Uma caminhada de aproximadamente 6 km, destinado a todos os que queiram ter um contacto com a atividade de caminhada num espaço ao ar livre.

Duas corridas com:

**Um percurso de 12 km** destinado a praticantes com um nível médio na corrida, pessoas ativas e habituadas a correr. Neste percurso só se poderão inscrever atletas com mais de 18 anos.



**Um percurso de 6 km** destinado a praticantes com um nível iniciado, pessoas ativas e habituadas a correr. Neste percurso só se poderão inscrever atletas com mais de 16 anos.

A Caminhada decorre no percurso dos 6km e é aberto à população em geral.

Com partida e chegada na Herdade Freixo do Meio a corrida irá desenrolar-se em diferentes ambientes e terrenos, proporcionando diferentes experiências aos participantes. O percurso estará balizado, marcado com setas e com fita sinalizadora, existirão voluntários que indicarão o caminho a seguir em caso de dúvidas.

#### 4. Condições de participação

A participação neste tipo de eventos envolve riscos, que não podem ser totalmente eliminados. Não obstante, serão adotadas todas as medidas de modo a garantir a segurança de todos os participantes neste evento, minimizando os riscos de possíveis lesões. É recomendado o aconselhamento médico antes da realização da prova. É da inteira responsabilidade dos intervenientes certificarem-se que estão em perfeitas condições físicas e psíquicas para a realização da corrida. A organização reserva-se ao direito de evitar a participação, incluindo a expulsão no decorrer da corrida de qualquer participante que se demonstre incapaz de realizar a mesma.

Devido a questões de segurança não será permitido, a utilização de bicicletas, patins, skates, ou qualquer tipo de acompanhamento animal. Todos os participantes que não cumprirem o estipulado serão impedidos de realizar a prova.

#### 5. Inscrições

As inscrições são limitadas a 500 participantes (6km e 12km). A idade mínima para a prova de 12km é de 18 anos e na corrida de 6km é de 16 anos.

A caminhada de 6km será aberta à população em geral.

Os participantes com idade inferior a 18 anos que participem na caminhada têm que apresentar um termo de responsabilidade, devidamente assinado e apresentar o documento de identificação, quando procederem à credenciação. O mesmo deverá ser assinado pelos encarregados de educação.

**Valores de taxas de inscrição Corrida e Caminhada** (até 30 de Abril)

**Caminhada – 4€** (dorsal, seguro, abastecimento)



**Corrida 6km – 5€** (dorsal, seguro, abastecimento, cronometragem tempo)

**Corrida 12km – 7€** (dorsal, seguro, abastecimento, cronometragem tempo)

Os valores mantêm-se até ao final de Abril. A partir de 1 Maio de 2018 os preços sobem 1€ em todas as provas.

**Opções para inscrições:** (soma ao valor da corrida ou caminhada)

**COZIDO BIO – 7€**

**T-SHIRT EVENTO – 5€**

**Nota:** A partir de 6 de Maio não haverá a opção de T-shirt do Evento

As inscrições terminam a 10 de Maio de 2018

**Nota:** Crianças até aos 5 anos não pagam para participarem na caminhada, os Enc. De Educação terão que preencher um termo de responsabilidade para que os mesmos possam participar na caminhada

Os dorsais, t-shirts e senhas Cozido Bio deverão ser levantados no dia da prova no horário de funcionamento do secretariado.

## 6. Aceitação

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

## 7. Cancelamento/Alteração da Inscrição

Até 15 de Abril serão aceites pedidos de alteração de inscrição.

O cancelamento da inscrição deverá ser realizado por escrito para o contacto da Organização do evento, não havendo lugar a qualquer reembolso.

## 8. Seguro

Todos os participantes da corrida e caminhada “Montado Running” são abrangidos por um seguro com cobertura de Acidentes pessoais, realizado pela organização da prova.

## 9. Acompanhamento e assistência



Na partida da prova, percurso e chegada da mesma, estará disponível assistência de primeiros socorros a todos os participantes. Só poderão acompanhar a prova as viaturas que tenham a identificação da Organização e Bombeiros.

## 10. Direito de imagem

Todos os participantes ao formalizarem a inscrição autorizam a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem aos organizadores da prova. Estes direitos podem ser cedidos a terceiros, desde que autorizados pela própria organização, e incluem desde vídeos, fotografias, imagens, gravações ou qualquer outro registo do evento.

## 11. Duração da prova

**A corrida/Caminhada** inicia-se às 10h00 e deverá estar concluído às 12h00, haverá partidas separadas por evento (Corrida 12km, Corrida 6km e Caminhada).

## 12. Desclassificação da corrida

Será desclassificado o participante que não respeite as seguintes indicações:

- ✓ O dorsal é pessoal e intransmissível e será desclassificado caso não seja utilizado pelo atleta inscrito, em caso de dúvida será solicitada a apresentação de documento identificativo;
- ✓ Não cumpra o percurso estipulado;
- ✓ Não siga as indicações dos elementos da organização ou colaboradores.
- ✓ Reservamo-nos o direito de recusar a participação de qualquer indivíduo, no início ou no decorrer do evento, se o seu comportamento for considerado inadequado, causar motivo de preocupação ou ainda que possa ser ofensivo a espetadores, participantes ou elementos da organização.

## 13. Cancelamento do evento

Reservamo-nos no direito de cancelar, antecipar ou adiar o evento devido a circunstâncias imprevistas ou inevitáveis alheias à vontade da Organização. Nestes casos, a organização tentará informar os participantes atempadamente.

Caso a corrida seja cancelada, antecipada ou adiada devido a circunstâncias alheias à vontade da organização, a organização da corrida “Montemor Solidário” não deverá ser responsabilizada por qualquer inconveniente, despesas, custos, perdas ou danos sofridos pelos participantes.

Se o evento tiver que ser cancelado, adiado devido a circunstâncias causadas pela organização, assumiremos toda a responsabilidade em relação a qualquer



inconveniente, despesas, custos, perdas ou danos sofridos pelo participante. O reembolso será limitado ao valor pago na participação do evento, à qual será deduzida uma taxa de administração de 50% ao valor pago.

## 14. Prémios

### Prémios prova de Corrida/Trail 12km e 6km

Prémios para os primeiros cinco classificados Absolutos e por género

## 15. Regras de Conduta Desportiva

Deverá existir um espírito de fair-play no decorrer da prova, assumido pela organização e pelos atletas, pelo facto de aceitarem o regulamento no acto da inscrição. O respeito pelo desafio, o espírito de entreajuda, respeito pelos outros atletas, público, organizadores e colaboradores deverá ser acima de tudo um modo de estar em competição, respeitando o ambiente natural tendo em vista um impacte ambiental nulo.

## 16. Controlo de Tempos

As classificações/contagens e registo de tempos serão realizados através de cronometragem manual pela organização, sendo distribuído um dorsal com um respetivo número a cada atleta no acto da inscrição.

Existirão alguns postos de controlo para a passagem dos atletas;

## 17. Abastecimentos

A Organização disponibiliza pontos de abastecimento sólidos e líquidos no decorrer da prova.

Por motivos ambientais, a prova decorrerá em semi-auto-suficiência com enchimento de recipientes. Não serão distribuídas garrafas de água aos atletas, estes devem encher o seu reservatório nas zonas de abastecimento, ou, em alternativa, beber água no local.

Os pontos de abastecimento previstos são:

- Prova de 12km: 1 ponto de abastecimento de líquidos e sólidos à chegada, 1 ponto intermédio de abastecimento líquido (água).

- Corrida 6km e Caminhada: 1 ponto de abastecimento de líquidos e sólidos à chegada;



A localização dos vários pontos de abastecimento será divulgada futuramente. A Organização reserva-se ao direito de alterar as zonas de abastecimento até ao dia da prova, caso a situação salvguarde a segurança dos atletas.

## 18. Declaração de exoneração de responsabilidade

Os participantes aceitam que a corrida é apenas orientada para indivíduos com bom nível de condição física. É da inteira responsabilidade do inscrito procurar aconselhamento médico apropriado, antes de participar na corrida.

A participação na prova é inteiramente por conta e risco dos participantes que reconhecem que a organização não deve ser responsabilizada pela morte, ferimento, perda ou dano de propriedade (t-shirt, ténis, calções, relógios, telemóveis ou outros) decorrentes da participação no evento, salvo na medida que ela for causada por negligência da organização.

## 19. Percursos e altimetria

### **Caminhada**

Brevemente

### **Corrida**

Brevemente

