



MARGINAL DO RIO AZUL

4 DE JULHO DE 2015

REGULAMENTO

1. Condições de participação

1.1. Idade de participação

Só poderão participar atletas com mais de 18 anos de idade, inclusive.

1.2. Inscrição

A inscrição só será válida se for efectuada por escrito através do mail lebresdosado.geral@gmail.com e acompanhadas do comprovativo de pagamento da taxa de inscrição.

1.3. Condições físicas

Os atletas devem reunir as condições de saúde favoráveis à prática desportiva, não se responsabilizando a organização por qualquer tipo de consequências provocadas pela sua participação, aconselhando os participantes a testarem a sua condição física pelas vias médicas adequadas.

1.4. Regras conduta desportiva

Será desclassificado todo o atleta que não cumpra rigorosamente o itinerário ou que prejudique o normal funcionamento da prova, assim como se demonstrar atitudes de anti desportivismo.

1.5. Colocação dorsal

O dorsal deve estar correctamente colocado e visível durante toda a prova sob pena de desclassificação do atleta.

2. Prova

2.1. Apresentação da prova / Organização

A Marginal do Rio Azul é uma prova noturna de atletismo de carácter competitivo que se realiza em ruas e avenidas junto ao Rio Sado em Setúbal e resulta da organização conjunta do programa Jogos do Sado e da A. A. Lebres do Sado. Será realizada a 4 de Julho de 2015, às 21h e tem partida em frente à Praia da Saúde na Rua da Saúde próximo do bar Rockalot Praia. Coordenadas GPS do local da partida:

38°31'02.79"N

08°54'20.60"O

2.2. Distância e percurso

A prova tem uma distância de 10 Kms, decorre em asfalto e com uma altimetria sem registo de desníveis significativos.

2.3. Tempo limite e controlo dos tempos

A prova terá um tempo limite de 1h45m e os tempos de passagem terão um controlo manual através do número do dorsal.

2.4. Postos de controlo

Existe um ponto de controlo aos 5kms.

2.5. Locais dos abastecimentos

Estão previstos dois abastecimentos líquidos aos 5 kms e no local da meta.

2.6. Passagem de locais com tráfego rodoviário

Apesar do corte e controlo do tráfego rodoviário pela parte das forças policiais aconselha-se alguma atenção durante todo o percurso.

2.7. Seguro desportivo

Todos os atletas se encontram ao abrigo de um seguro desportivo próprio para estas actividades.

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição

Como referido em 1.2. a inscrição só será válida se for efectuada por escrito através do mail lebresdosado.geral@gmail.com e acompanhadas do comprovativo de pagamento da taxa de inscrição. O pagamento da taxa de inscrição deve ser efectuada por transferência bancária para a conta da C.G.D com o NIB **0035 0752 0000 5276 9309 6**

No mail devem constar os seguintes dados:

- Nome
- Data de nascimento
- Morada (apenas a do código postal)
- Nome do clube a que pertence ou Individual

Mais informações poderão ser obtidas em:

www.lebresdosado.pt, <https://www.facebook.com/lebresdosado> ou através do tlm 919753745

3.2. Valores e períodos de inscrição

A taxa de inscrição é de **4€** e o prazo de inscrições encerra a **28 de Junho**.

3.3. Material incluído com a inscrição

Na inscrição está incluído o seguro desportivo, t-shirt, prémio de presença e abastecimentos líquidos.

3.4. Secretariado da prova/ horários e locais

O secretariado para o evento funcionará no próprio dia, sábado 4 de Julho, às 18h00m junto à entrada do Parque Urbano de Albarquel a partir das 18h00m.

Coordenadas GPS do local do secretariado (cerca de 300m do local da partida):

38°30'55.75"N

08°54'29.92"O

4. Categorias e Prémios

4.1. Definição das categorias, data, local e hora entrega prémios

Serão atribuídos prémios classificativos aos primeiros 10 atletas masculinos e femininos. Os prémios serão entregues no mesmo dia no final da prova e em cerimónia própria para o efeito.

5. Informações

5.1. Como chegar e mapa

Coordenadas GPS do local da partida:

38°31'02.79"N

08°54'20.60"O

Aconselha-se o estacionamento em locais afastados da partida por natural congestionamento à hora do evento.



6. Casos omissos

Todos os casos omissos no presente regulamento serão resolvidos pelo diretor da prova dos quais não haverá recurso.

Organização:



Apoios:

