



# Freguesia de Merelim S. Paio, Panóias e Parada de Tibães

## II Corrida Solidária de Merelim S. Paio, Panoias e Parada de Tibães 2016

24 de setembro de 2016

### Regulamento



#### 1. ÂMBITO

A II Corrida Solidária de Merelim S. Paio, Panoias e Parada de Tibães 2016 é um evento que visa a recolha de bens para entrega a uma instituição de solidariedade.

Ao mesmo tempo que se promovem os hábitos saudáveis de correr e caminhar, com a componente competitiva de uma prova, alia-se a nobre causa de ajudar.

#### 2. ORGANIZAÇÃO E DATA

A organização é da Junta de Freguesia em colaboração com algumas coletividades, contando com o apoio da Câmara Municipal de Braga, Associação de Atletismo de Braga, entre outras entidades públicas e de algumas empresas locais.

O evento realizar-se-á no dia 24 de setembro de 2016.

#### 3. LOCAL DA PROVA E HORÁRIO

A prova realizar-se-á na União de Freguesias, com partida e chegada no Largo de S. Roque, em Merelim S. Paio, com passagem por Panoias e Parada de Tibães.

A partida para a Corrida será às 18:00 horas, iniciando-se a Caminhada logo de seguida.

#### 4. DESTINATÁRIOS

##### 4.1. Corrida

Podem participar nesta corrida atletas nascidos antes de 1998, inclusive, de todos os âmbitos desportivos, em representação de clubes, individuais ou mesmo populares.



## Freguesia de Merelim S. Paio, Panóias e Parada de Tibães

### 4.2. Caminhada

Nesta caminhada podem participar avós, pais, netos e bisnetos, e todos aqueles que dela queiram fazer parte, uma vez que esta apresenta um caráter de convívio entre os participantes.

## 5. INSCRIÇÕES

As inscrições para a Corrida/Caminhada deverão ser efetuadas até às 24 horas do dia 21 de setembro, através do site [www.aabraga.pt](http://www.aabraga.pt), ou na junta de freguesia nos horários de atendimento disponíveis.

A inscrição é isenta de qualquer pagamento, contudo, a participação de cada atleta só é consumada pela entrega do bem no dia da prova, quando do levantamento do kit de participação, no secretariado.

As inscrições devem conter obrigatoriamente os seguintes elementos:

- Nome;
- Número do Cartão do Cidadão / Bilhete de Identidade ou outro elemento identificativo;
- Data de Nascimento;
- Clube (se aplicável);
- Tem seguro (Sim ou Não).

## 6. IDENTIFICAÇÃO INDIVIDUAL

Os atletas que participam na Corrida devem ser portadores de um dorsal fornecido pela organização.

## 7. PROGRAMA-HORÁRIO / ESCALÕES / DISTÂNCIAS

A Corrida realiza-se a partir das **18:00 horas**, em três escalões [sénior masculino (18 aos 39 anos), veterano masculino (atletas com idade igual ou superior a 40 anos) e absoluto feminino], na distância de 8.500 metros, desde que nascidos antes de 1998.

A Caminhada destina-se a todas as idades, pelo que se realiza em escalão único, logo após a corrida, numa distância aproximada de 4.500 m.



## Freguesia de Merelim S. Paio, Panóias e Parada de Tibães

### 8. ENTREGA DE DORSAIS / KIT'S DE PARTICIPAÇÃO

A entrega de dorsais para a Corrida, assim como os kits de participação para a Caminhada, efetua-se no dia da prova, a partir das 10 horas, junto ao Secretariado da prova (largo de S. Roque, em Merelim S. Paio).

Todos os participantes da Corrida também receberão um kit de participação.

### 9. CLASSIFICAÇÕES

Na Caminhada não há classificação.

Na Corrida serão apuradas classificações individuais nos três escalões (sénior masculino, veterano masculino e absoluto feminino) para todos os atletas que terminem a prova. As classificações, salvo casos devidamente ponderados pela organização, serão consideradas definitivas.

### 10. PRÉMIOS

Haverá lembranças para todos os participantes na Caminhada e na Corrida.

Haverá troféus para os três primeiros classificados de cada escalão, na Corrida.

O direito aos prémios prescreve com o encerramento da Corrida.

### 11. RECLAMAÇÕES

Eventuais reclamações no que respeita à classificação devem ser apresentadas nos 10 minutos seguintes ao período entre o anúncio da classificação e a entrega de prémios.

### 12. SEGURO

Todos os participantes que não pertençam a um clube ou coletividade com seguro desportivo deverão, aquando da inscrição, fazer referência a esse facto de modo a ficarem abrangidos por um seguro de acidentes pessoais, conforme o definido pelo Decreto-lei n.º 10/2009, de 12 de janeiro.



## Freguesia de Merelim S. Paio, Panóias e Parada de Tibães

### 13. CASOS OMISSOS

A participação na Corrida e na Caminhada implica a aceitação do presente Regulamento. Todos os casos omissos serão analisados e decididos pela Organização, tendo em atenção os regulamentos em vigor da FPA – Federação Portuguesa de Atletismo e da Comissão Nacional de Estrada e Corta Mato.

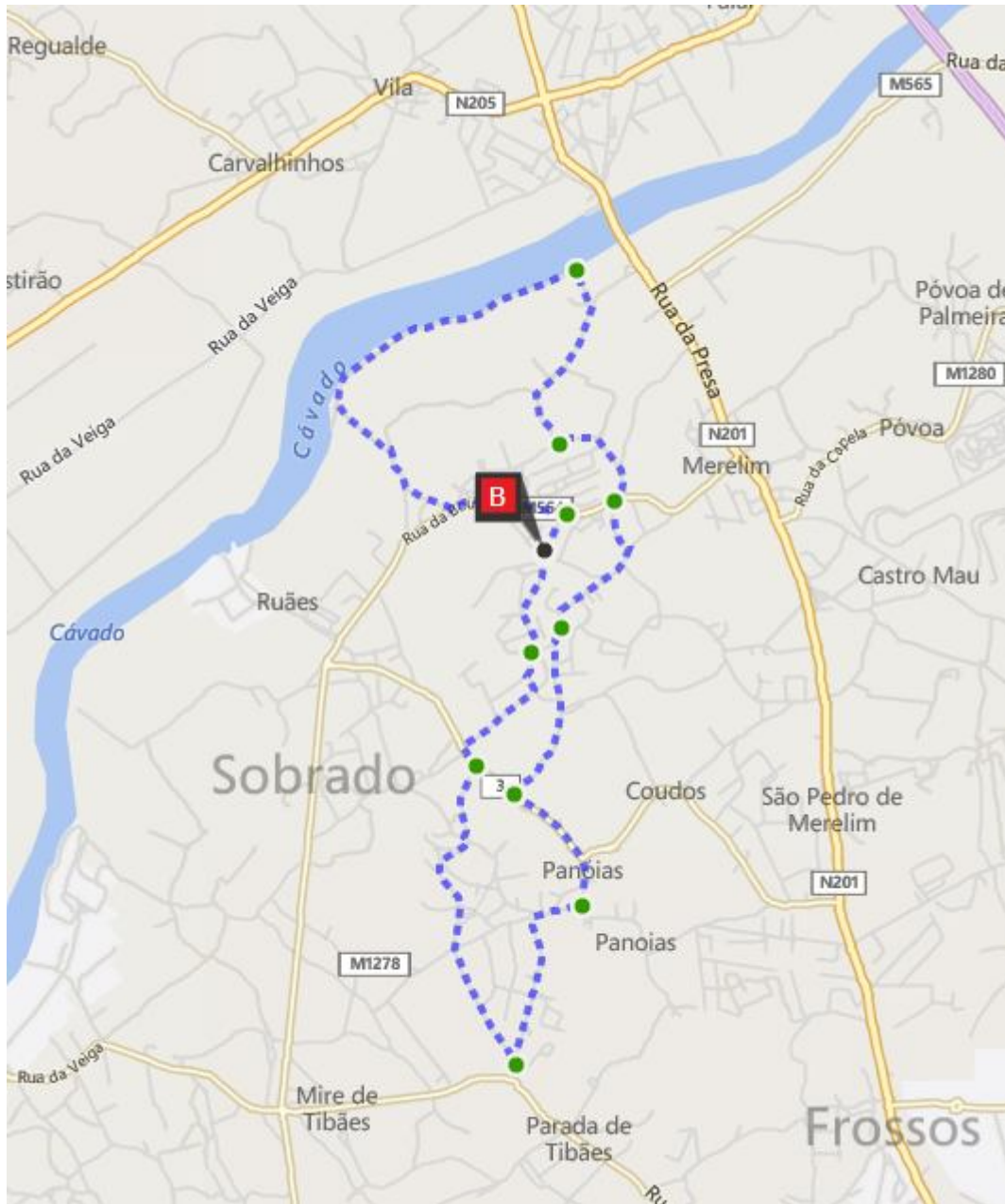
### 14. PERCURSOS

O percurso da Corrida será o seguinte:

Partida do largo de S. Roque pela rua 25 de abril, seguir à esquerda pela avenida Baltazar Nuno Gomes de Castro, virar à direita para a rua do Monte da Forca, em Merelim S. Paio. Já em Panoias, virar à esquerda pela rua dos Quatro Caminhos e virar de imediato à direita para a rua do Monte da Forca. No final desta rua, virar à esquerda para a rua de S. Vicenso e cortar à direita para a travessa das Pontezinhas. Ao fundo desta rua virar à esquerda e virar de imediato à direita pela rua de Penelas, seguir por esta rua e de seguida pela rua da Agrafonte. No final desta rua, já em Parada de Tibães, virar à esquerda pela rua dos Doze Sobreiros. Entrando novamente em Panoias, pela rua do Padrão, virar à direita no largo do Souto, pela rua Padre António Mesquita, virar à esquerda pela rua do Assento e seguir pela rua de S. Vicenso. Virar à direita para a rua da Veiguiinha e seguir até entrar novamente em Merelim S. Paio, pela rua dos Ferreiros. Seguir pela rua Professor Domingos José Ribeiro e virar à esquerda para a rua do Padrão. No final desta rua, virar à direita e, logo de imediato à esquerda para a rua do Quintão. Adiante, virar novamente à direita em direção à rua João Dias Soares, virar à esquerda para a praia fluvial de Merelim S. Paio e seguir pela ecovia. Virar à esquerda na zona do poço e seguir pela rua de Ruães. No final desta rua, virar à esquerda pela rua da Bouça e rua da Cachada. Por fim, virar à direita para a Avenida de S. Roque.



## Freguesia de Merelim S. Paio, Panóias e Parada de Tibães







## Freguesia de Merelim S. Paio, Panóias e Parada de Tibães

O percurso da Caminhada será o seguinte:

Partida do largo de S. Roque pela avenida de S. Roque, seguir à esquerda pela rua da Cachada e a seguir virar à direita para a travessa de Aqueiros. Ao chegar à rua da Samara virar à esquerda e seguir em frente pela travessa da Fonte e rua de Ruães, até à margem do rio Cávado. Seguir pela ciclovia em direção à praia fluvial de Merelim S. Paio e depois virar à direita pela rua dos João Dias Soares. Ao chegar à rua do Quintão virar à esquerda até à rua da Devesa, onde se voltará à esquerda até à igreja de Merelim S. Paio. Aqui vira-se à direita para rua Prof. Domingos José Ribeiro. Em frente ao Centro Escolar segue-se pela rua da Escola Primária até ao largo de S. Roque.

