



REGULAMENTO ESPINHO BEACH RUN

- A **ESPINHO BEACH RUN** é uma organização do Sporting Clube de Espinho/Atletismo António Leitão e Câmara Municipal de Espinho e terá a sua **1ª edição na cidade de Espinho, a 22 de setembro de 2018**, nas areias da praia, entre o Rio Largo e a Ribeira de Silvalde com dois percursos, um de uma Milha e outro de uma Léguas. Uma prova diferente que será apadrinhada pelo jornalista da RTP, Mário Augusto e pela campeã do Mundo de estrada e pista, Aurora Cunha.
- A prova destina-se a todos os indivíduos de qualquer nacionalidade, com **mais de 6 anos de idade, que cumpram as exigências do presente Regulamento.**
- Decorrerá em percursos com a extensão de 5000 mts, 1609 mts, 800 mts e 500 mts; todos eles percorridos em areia, com início na Praia da Baía (41° 0'31.00"N) (8°38'46.97"W).
- A ESPINHO BEACH RUN, **será disputada individualmente e por Equipas.**

01. PROGRAMA HORÁRIO

- **Secretariado para levantamento de dorsal e Kit do participante** – Praia da Baía, dia 21-09-18 entre as 16h00 e as 20h00 e 22-09-18 entre as 10h00 e as 12h00.
- **Concentração dos Atletas** – Praia da Baía, às 14h00.
- **Início da Prova** – Praia da Baía, às 15h00.
- **Benjamins** (Feminino e Masculino) – 500m (início 15h00)
- **Infantis** (Feminino e Masculino) - 800m (início 15h15)
- **Desporto adaptado** – 500m (início 15h30)
- **Caminhada solidária** – 5000m (início 15h15)
- **Iniciados e Juvenis** (Feminino) – 1609m (início 16h00)
- **Iniciados e Juvenis** (Masculino) – 1609m (início 16h20)
- **Juniores, Seniores e Veteranos** (Feminino e Masculino) - 1609m (início 16h40)
- **Juniores, Seniores e Veteranos** (Feminino e Masculino) – 5000m (início 17h)
- **Fecho da Prova** – 18h00.
- **Entrega de Prémios** – Praia da Baía, a partir das 18h30.
- Dependendo do número de inscritos, as diversas provas poderão ter várias partidas.
- Programa sujeito a alterações.

02. ABASTECIMENTO

- Não existe abastecimento ao longo do percurso, devendo o atleta levar desde a partida, todo o abastecimento líquido ou sólido, que considerar ser necessário.
- O atleta não pode receber abastecimento de ninguém durante as provas realizadas.
- Haverá abastecimento líquido e sólido, na meta.

03. CONTROLO

- Será efetuado registo de passagem manual ou eletrónico ao longo do percurso.
- Com o objetivo de assegurar a verdade desportiva, o percurso terá ainda vários postos de controlo que poderão não ser identificáveis pelos concorrentes, pelo que os dorsais devem estar sempre visíveis ao longo de toda a Prova.
- Será desclassificado o atleta que:
 1. For visto por qualquer elemento da Organização, a receber qualquer abastecimento ou qualquer outro tipo de materiais ou géneros, ao longo do percurso.
 2. Sair da zona considerada “domínio público marítimo” (Praia), não podendo em caso algum subir a duna de separação ou duna primária, ou aceder ao passeio marginal.
 3. Não cumpra o presente Regulamento.
 4. Não complete a totalidade do percurso.
 5. Não leve o peitoral bem visível.
 6. Não possua o Frontal na chegada à meta.
 7. Não passe por um ou mais postos de controlo.
 8. Ignore as indicações transmitidas pela Organização.
 9. Demonstre uma conduta antidesportiva.
 10. Demonstre uma conduta poluidora, ao deixar ao longo do percurso fora dos locais de recolha de lixo, invólucros ou outros resíduos provenientes de géis, barras e outros abastecimentos que transporte consigo.
 11. Seja acompanhado por pessoas que não estejam em competição, em qualquer momento, no percurso da Prova. Com a exceção da prova de desporto adaptado.

04. RESPEITO PELO AMBIENTE

Todos os atletas deverão adotar uma conduta de respeito pela natureza, pela paisagem e pelo ambiente, transportando consigo até ao ponto de recolha de lixo mais próximo, todos os resíduos considerados lixo resultantes da sua participação na competição. A importância desta responsabilidade ambiental é agravada se considerarmos que se torna impossível à organização da Espinho Beach Run, recolher todo o lixo abandonado pelos atletas, em resultado da mudança da maré ao longo do dia.

05. SEGURANÇA

- Os atletas devem apresentar uma adequada condição física, face às características do piso.
- Os atletas são responsáveis pelos danos materiais, morais ou de saúde, causados a si mesmos ou a terceiros.
- Os atletas não devem, em caso algum, abandonar pelos seus próprios meios a zona de Prova.
- Os atletas que por qualquer motivo tenham necessidade de desistir, deverão dirigir-se para o posto de controlo caso consigam deslocar-se autonomamente, onde poderão solicitar apoio para a zona de Meta. A desistência tem obrigatoriamente de ser comunicada ao colaborador do Posto de Controlo.
- Todos os Atletas estão cobertos por um Seguro de Acidentes Pessoais, de acordo com a Lei em vigor.
- Estará presente uma equipa de primeiros socorros ao longo de todo o percurso e na chegada à meta. Esta equipa estará autorizada a retirar da competição qualquer atleta que manifeste sinais de incapacidade física ou psicológica para continuar a corrida, ou necessidade de receber assistência médica vital.
- Estão disponíveis ambulâncias em diversas zonas de fácil acesso à praia, estando assegurado o transporte dos atletas por técnicos especializados, desde a zona da corrida até às ambulâncias.
- A Organização recomenda a utilização de roupa e calçado adequados, óculos de sol, chapéu e protetor solar.

06. INSCRIÇÕES

- As inscrições poderão ser efetuadas na página da LAP2GO.
- As inscrições estão disponíveis até ao final do dia 20 de setembro 2018.
- Ao inscrever-se, o atleta assume a aceitação do presente Regulamento e terá de proceder ao pagamento da inscrição dentro dos prazos definidos.
- A inscrição é individual e só é válida após efetuado o pagamento.
- Custo da Inscrição:
 - Até 20 agosto: 7,5€/Légua; 5€/Milha; 4€/Caminhada
 - De 21 agosto a 20 setembro: 10€/Légua; 7,5€/Milha; 6€/Caminhada
- Em caso de cancelamento da inscrição do atleta até à data limite de 20 Setembro, por motivo de doença ou lesão, comprovado com documentação clínica, não haverá qualquer reembolso, mas permitirá a transição da inscrição do atleta para a edição seguinte da Espinho Beach Run.
- Haverá um desconto de 10% para equipas com 10 ou mais atletas dos escalões de juniores, seniores e veteranos inscritos na Légua ou Milha.
- Não serão aceites quaisquer pedidos de alteração aos dados fornecidos no formulário de inscrição, após o dia 20 setembro, data em que termina o período de inscrições na Espinho Beach Run.
- A inscrição para os atletas até ao escalão de juvenis, inclusive, e de desporto adaptado são gratuitas.
- O valor das inscrições na Caminhada Solidária reverte a favor da Cerci.

07. ESCALÕES

A ESPINHO BEACH RUN, terá os seguintes Escalões Etários para efeitos de classificação e atribuição de troféus, sendo considerada a idade dos atletas no dia da Prova:

- **Benjamins** (Feminino e Masculino): até 10 anos
- **Infantis** (Feminino e Masculino): 11 e 12 anos
- **Desporto adaptado**: todas as idades
- **Caminhada Solidária**: todas as idades
- **Iniciados** (Masculinos e Femininos): 13 e 14 anos
- **Juvenis** (Masculino e Femininos): 15 e 16 anos
- **Juniores** (Masculinos e Femininos): 17 e 18 anos
- **Seniores** (Masculinos e Femininos): entre 19 e 39 anos
- **Veteranos I** (Feminino e Masculino); 40-44 anos
- **Veteranos II** (Feminino e Masculino); 45-49 anos
- **Veteranos III** (Masculino); 50-54 anos
- **Veteranos III** (Feminino); mais de 50 anos
- **Veteranos IV** (Masculino); 55-59 anos
- **Veteranos V** (Masculino); mais de 60 anos

08. PRÉMIOS DE CLASSIFICAÇÃO

- Troféu, para os 3 primeiros atletas masculinos e femininos de cada escalão e de cada competição;
- Prémio monetário para os 3 primeiros atletas masculinos e femininos da classificação geral da prova da Léguas:

1º 150 € · 2º 100 € · 3º 50 €

- Inscrição grátis na edição seguinte da Espinho Beach Run, para o 1º classificado da geral masculina e da geral feminina de cada competição;
- Troféu para as 3 primeiras equipas da prova da Léguas, da Milha e dos escalões de formação.
- Só haverá um prémio coletivo entre os escalões júnior, sénior e veteranos que abrange todos estes escalões de ambos os sexos. A pontuação de cada atleta corresponde ao valor da sua classificação geral. A pontuação da equipa corresponde ao somatório dos 4 atletas melhores classificados. Vence a equipa com menos pontos. Em caso de empate a equipa vencedora será a que tiver o seu quarto atleta mais bem classificado.
- Só haverá um Prémio coletivo nos escalões de Formação que abrange todos os escalões de ambos os sexos, sendo que pontuam os 8 atletas mais bem classificados nos diversos escalões. A pontuação de cada atleta corresponde ao valor da sua classificação no respetivo escalão. A pontuação da equipa corresponde ao somatório dos pontos dos 8 atletas melhores classificados. Em caso de empate vence a equipa que tiver melhor classificação no escalão de Juvenis.
- Somente equipas constituídas por um número mínimo de 4 atletas entre o escalão júnior, sénior e veteranos ou 8 atletas nos escalões de formação poderão ser incluídas na classificação por equipas.

09. PRÉMIOS DE PARTICIPAÇÃO

- Camisola Técnica alusiva à Prova.
- Medalha de Finisher
- Outras lembranças a definir.

10. SEGURO DESPORTIVO

- Os atletas durante a realização da prova estarão cobertos por um seguro de acidentes pessoais.

11. RECLAMAÇÕES

- A classificação pode ser reclamada até 24 horas após a sua publicação. Toda e qualquer reclamação deve ser colocada à organização por escrito. Na reclamação deve constar o nome do reclamante, número do cartão do cidadão, número do frontal e os motivos da reclamação. As decisões tomadas pela organização são soberanas e não são passíveis de recurso.

12. DIVERSOS

- Os atletas deverão estar munidos de documento de identificação no dia da prova, para apresentação no secretariado.
- O levantamento do Dorsal é feito individualmente, mediante apresentação de comprovativo de pagamento da Inscrição na Prova.
- A Organização não se responsabiliza pelo eventual desaparecimento de materiais, deixados pelos atletas ao longo do percurso.
- Os casos omissos deste Regulamento serão da inteira responsabilidade da Organização.
- Após a prova serão emitidas classificações provisórias. As classificações provisórias são passíveis de serem alteradas, caso se verifiquem erros em termos classificativos. A classificação definitiva será publicada 48 horas após a realização da prova.

13. DIREITOS DE IMAGEM

- O participante, ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem, captada nas fotografias e nas filmagens, que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

A LÉGUA E A MILHA, ESPINHO BEACH RUN, A CORRIDA DE AREIA ÚNICA NA EUROPA!

A história desta competição desportiva começa neste ano de 2018, com a designação de “Espinho Beach Run”, uma corrida inspirada nos treinos que o atleta Olímpico António Leitão e os seus colegas de equipa do S.C.Espinho, faziam na década de 80, nas belas praias de cor branca, da cidade de Espinho. A partir deste ano de 2018, o Município de Espinho, assume o compromisso de transformar o evento num projeto turístico-desportivo.

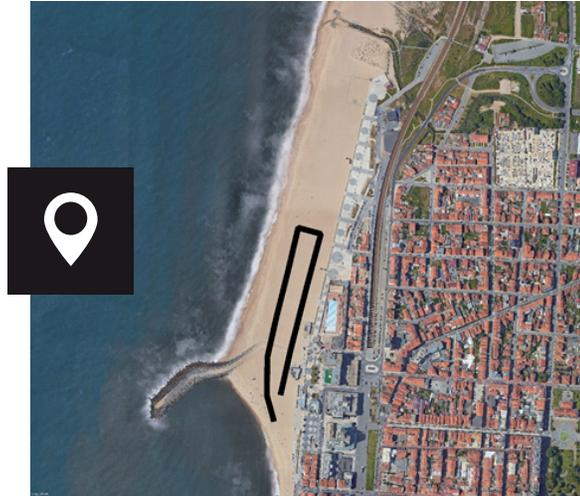


MAPAS DA PROVA

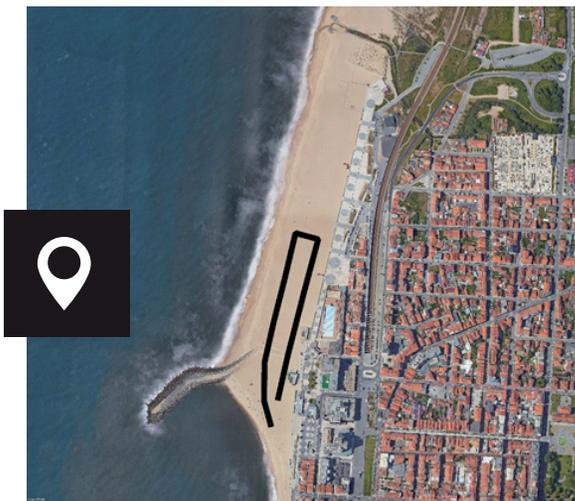
Caminhada 5000m



Prova de 500m



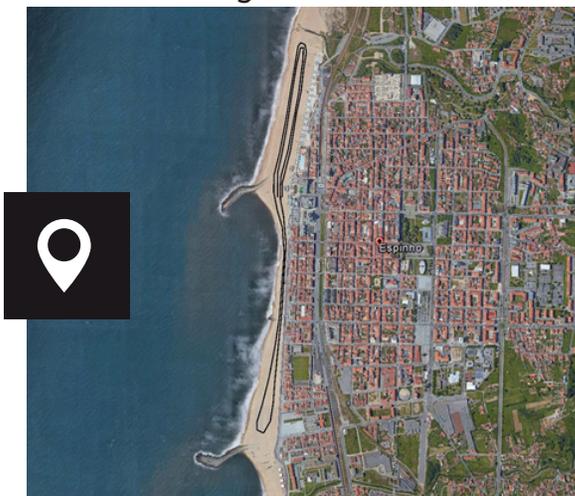
Prova 800m



Prova da Milha - 1609m



Prova da Légua - 5000m





somos tigres

CONTACTOS / INSCRIÇÕES / INFORMAÇÕES

espinho.beach.run@gmail.com | www.facebook.com/search/top/?q=espinho%20beach%20run | www.lap2go.com/espinho-beach-run-2018