REGULAMENTO

1. Prova

No dia 21 de março de 2027, ao longo da baía das cidades do Seixal e Amora, vai ter lugar um evento desportivo denominado MEIA MARATONA BAÍA DO SEIXAL, composto por 3 distâncias distintas:

- Meia Maratona Baía do Seixal – 21,097 Km
- 10 km Baía do Seixal – 10 Km
- Caminhada/Corrida – 5 km

Organização conjunta:
Clube Desportivo e Recreativo Águias Unidas,
Clube de Atletismo de Amora,
Associação Naval Amorense,
Clube Desportivo Asas do Millennium de Amora,
Clube Recreativo da Cruz de Pau,
Casa do Sport Lisboa e Benfica no Seixal,

Apoios:
Câmara Municipal do Seixal, Junta de Freguesia de Amora, Junta de Freguesia do Seixal e Junta de freguesia de Arrentela. Apoio técnico da Werun.

1.1. Programa/horário

As provas terão o seu término às 12h45, após o qual a via será aberta ao trânsito. Decorrido este tempo os atletas que ainda se encontrem no percurso terão de seguir pelo passeio ou aceitar o transporte que lhes será proporcionado para a zona da meta.

09h00 – Partida da caminhada/corrida 5Km

09h45 – Partida da Meia Maratona e 10Km, com blocos de partida por ritmos de corrida:

Elite, 4m/km, 4m30s/Km, 5m/Km, 5m30s/Km 6m/Km, +6m/km

11h10 – Início da cerimónia protocolar/Entrega de prémios 10Km e Meia Maratona

1.2. Metodologia de controlo de tempos

O processo de controlo de tempos do atleta é feito através de sistema eletrónico, por chip incluído no dorsal.

1.3. *Percursos (croqui em anexo)*

São percursos de ida e volta, ao longo do rio, por isso devem os participantes utilizar a via de rodagem direita para não prejudicar os corredores que se deslocam em sentido contrário e encostar à direita para facilitar eventuais ultrapassagens.

Meia Maratona – o percurso, praticamente plano, tem a extensão de 21 097 metros, sendo a partida na Av. Silva Gomes, em Amora e a chegada no jardim contíguo. Parte em direção ao Seixal, passando pela Ponte da Fraternidade, Av. da República, Praça 1.º de maio, Rua Paiva Coelho, Av. Mud Juvenil até à rotunda da Rua Sport Lisboa e Benfica, onde retorna pela Av. Mud Juvenil, Av. Dom Nuno Álvares Pereira, Av. da República, Ponte da Fraternidade, Av. Silva Gomes, Rua da Fonte da Prata, Rua dos Operários até ao último portão do recinto da Festa do Avante onde retorna e volta pelo mesmo trajeto até ao Seixal, até ao final da Rua Paiva Coelho; vira à esquerda pela última transversal para o jardim da Praça dos Mártires da Liberdade, retomando o anterior percurso até à meta.

10 km Baía do Seixal – percurso plano de 10 000 metros coincidentes com os 10 km iniciais da meia maratona. Partida na Av. Silva Gomes, em Amora e chegada no jardim contíguo. Parte em direção ao Seixal, passando pela Ponte da Fraternidade, Av. da República, Praça 1.º de maio, Rua Paiva Coelho, Av. Mud Juvenil até à rotunda da Rua Sport Lisboa e Benfica onde retorna pela Av. Mud Juvenil, Av. Dom Nuno Álvares Pereira, Av. da República, Ponte da Fraternidade, Av. Silva Gomes e Meta.

Caminhada/corrida 5 Km – percurso de ida e volta, numa distância de 5 km, com início na Av. Silva Gomes, em Amora e chegada no jardim contíguo. Parte na direção do Seixal passando pela Ponte da Fraternidade e Av. da República até às bombas da GALP do Seixal onde retorna efetuando o trajeto inverso até à meta.
Os participantes devem desimpedir a estrada à passagem dos atletas em prova.

2. Inscrições

2.1. *Prazos e preço de inscrição*

<table>
<tr><td rowspan="2"></td><td>1.ª fase</td><td>2.ª fase</td><td>3.ª fase</td><td>última hora</td></tr>
<tr><td>até 10/jan</td><td>até 28/fev</td><td>até 14/mar</td><td>Secretariado</td></tr>
<tr><td>Meia Maratona</td><td>17€</td><td>20€</td><td>22€</td><td>30€ *</td></tr>
<tr><td>10 km Baía do Seixal</td><td>12€</td><td>14€</td><td>16€</td><td>20€ *</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Caminhada / corrida 5 Km</td><td>9€</td><td>9€</td><td>9€</td><td rowspan="2">12€ *</td></tr>
<tr><td>5€ *</td><td>5€ *</td><td>5€ *</td></tr>
<tr><td colspan="5">*Sem t-shirt</td></tr>
</table>

- OFERTA ESPECIAL PARA EQUIPAS**: Por cada 10 inscrições na meia e/ou 10 km, recebe 1 grátis**. Após a inscrição da equipa de 10 elementos deve enviar um email

para info@werun.pt com os dados do atleta oferta, para que possa ser acrescentado à equipa.

- Inscrições de última hora, no local do secretariado, limitadas a vagas existentes e sem garantia de t-shirt. A organização poderá a qualquer momento encerrar as inscrições.

- A organização poderá a qualquer momento realizar campanhas de promoção mediante descontos pontuais no preço da inscrição.

2.2. Método de inscrição

As inscrições deverão ser feitas através do website oficial https://www.werun.pt/ sendo o pagamento efetuado através da referência de pagamento emitida no ato de inscrição.
Apenas em casos excecionais de existência de dificuldades técnicas no website: via transferência bancária para o IBAN PT50 0033 0000 4556 9762 9880 5, enviando posteriormente os seus dados (nome, data nascimento e n.º CC para o email geral@werun.pt. A organização irá enviar o comprovativo de inscrição.

2.3. Limite de participantes

O evento está limitado ao máximo de 5000 participantes.

2.4. Kit do atleta incluído na inscrição

- Dorsal com chip incluído para a Meia Maratona e Corrida da Baía 10 Km;
- Dorsal sem chip na corrida/caminhada 5Km;
- Abastecimentos sólidos e líquidos nas zonas de abastecimento e final;
- Na corrida dos 10km apenas água a meio da corrida;
- Água, Fruta e barrita para todos os chegados;
- Outros brindes que a organização possa angariar;
- Seguro Desportivo;
- Diploma eletrónico, disponível no website da prova, para os participantes que concluírem a Meia Maratona e a corrida de 10 Km.
- T-shirt técnica.

3. Condições de participação

3.1. Inscrição regularizada

A inscrição implica compreender e aceitar sem reservas as regras e o regulamento.
É necessário fazer corretamente a inscrição no website do evento e assinalar que o respetivo regulamento foi lido e aceite sem qualquer exceção. Desta forma, o atleta confirma a sua voluntária participação sob a sua própria responsabilidade. Consequentemente, o atleta aceita não reclamar com a organização, autoridades, colaboradores, patrocinadores e outros atletas de qualquer responsabilidade intitulada sua e de tudo o que não esteja coberto pela cobertura da apólice de seguro. Em caso de dúvida ou situação não contemplada, devem contactar a organização.

3.2. *Condições físicas*

Só poderão participar indivíduos, federados ou não, desde que gozem de boa saúde e se encontrem com uma preparação física e psíquica adequada, aconselhando-se os participantes a atestarem a sua condição física pelas vias médicas adequadas, não se responsabilizando a Organização por qualquer acidente ou dano sofrido antes, durante ou após a realização da prova.

3.3. *Publicação da lista de inscritos*

Até às 23h59 da quinta-feira anterior à data do evento será publicada a lista de inscritos, não sendo admitidas alterações sem análise prévia da organização.

3.4. *Impossibilidade de ajuda externa*

Na Meia Maratona e na prova de 10 Km é expressamente proibido a participação de pessoas com animais de estimação, carrinho de bebé, patins, bicicleta, trotinete, bem como qualquer outro meio que não seja utilizado na corrida.

3.5. *Colocação do dorsal*

No decorrer das provas o dorsal deverá ficar sempre visível de frente, sob pena de desclassificação ou exclusão. A organização não disponibilizará alfinetes, pelo que os participantes devem ter alfinetes ou porta-dorsal.

3.6. *Regras conduta desportiva*

Os participantes deverão utilizar preferencialmente a via de rodagem à direita. Caso não consigam manter o ritmo de corrida deverão utilizar a berma ou passeio de modo a facilitar a progressão dos restantes.



Deverão abster-se do uso de fones de ouvido e auscultadores, por motivos de segurança e atenção aos sons das sirenes da polícia, bem como às instruções dos organizadores.

Serão desclassificados os atletas que:

a. não cumpram o percurso na totalidade;
b. não levem o dorsal, original, bem visível, durante a prova;
c. falsifiquem qualquer elemento relativo à sua inscrição;
d. troquem dorsais/peitorais e chip, sejam ou não da mesma equipa;
e. não passem pelos controlos existentes ao longo do percurso;
f. sejam acompanhados por veículos ou pessoas estranhas à organização.
g. não respeitem as indicações da organização.

4. Levantamento do kit do atleta e Secretariado da Prova

Para levantamento do kit basta apresentar a confirmação de inscrição recebida por email após o pagamento, no secretariado instalado em locais e datas a definir oportunamente. No dia da prova só os participantes residentes fora dos concelhos do Seixal, Almada, Barreiro, Moita e Sesimbra poderão levantar o kit, das 07h00 às 08h30, no secretariado da zona de partida, Amora.

5. Categorias, prémios e classificações

5.1. Categorias Meia Maratona e 10 Km

Os escalões juniores e seniores são considerados em relação ao ano civil em que os atletas atingem as idades estipuladas. Para os atletas veteranos a mudança de categoria efetuar-se-á no dia em que o atleta perfaz a idade:

5.2. Categorias Meia Maratona

Masculino	Feminino
Juniores – 18 e 19 anos	Juniores – 18 e 19 anos
Sénior – 20 a 34 anos	Sénior – 20 a 34 anos
M 35 – 35 a 39 anos	F 35 – 35 a 39 anos
M 40 – 40 a 44 anos	F 40 – 40 a 44 anos
M 45 – 45 a 49 anos	F 45 – 45 a 49 anos
M 50 – 50 a 54 anos	F 50 – 50 a 54 anos
M 55 – 55 a 59 anos	F 55 – 55 a 59 anos
M 60 – 60 a 64 anos	F 60 – 60 a 64 anos
M65 – 65 anos ou mais	F65 – 65 anos ou mais

5.3. Categorias 10 Km

Masculino	Feminino
Juvenis – 16 e 17 anos	Juvenis – 16 e 17 anos
Juniores – 18 e 19 anos	Juniores – 18 e 19 anos
Seniores – 20 a 34 anos	Seniores – 20 a 34 anos
M 35 – 35 a 39 anos	F 35 – 35 a 39 anos
M 40 – 40 a 44 anos	F 40 – 40 a 44 anos
M 45 – 45 a 49 anos	F 45 – 45 a 49 anos
M 50 – 50 a 54 anos	F 50 – 50 a 54 anos
M 55 – 55 a 59 anos	F 55 – 55 a 59 anos
M 60 – 60 a 64 anos	F 60 – 60 a 64 anos
M 65 – 65 a 69 anos	F 65 – 65 a 69 anos
M 70 – 70 anos ou mais	F 70 – 70 anos ou mais

5.4. Prémios Meia Maratona

Medalhão para os 3 primeiros classificados de cada escalão (masculino / feminino).
Troféu e vouchers no valor total de 600€ para os 3 primeiros classificados da geral (masculino / feminino).
Prémios monetários para os 5 primeiros classificados da geral (m / f):

	Geral Masculino	Geral Feminino
1.º	450€	450€
2.º	350€	350€
3.º	300€	300€
4.º	200€	200€
5.º	100€	100€

Prémios monetários para as 5 primeiras equipas contando os cinco (5) primeiros atletas, independentemente do género ou escalão, pelo somatório dos tempos:

1.ª	2.ª	3.ª	4.ª	5.ª
450€	350€	300€	200€	100€

5.5. *Prémios prova 10 Km*

Medalhão para os 3 primeiros classificados de cada escalão (masculino / feminino).
Troféu para os 3 primeiros classificados da geral (masculino / feminino).
Prémios monetários para os 3 primeiros classificados da geral (m / f).

	Geral Masculino	Geral Feminino
1.º	100€	100€
2.º	75€	75€
3.º	50€	50€

5.6. *Outros prémios (Meia Maratona e 10 Km)*

Medalha para todos os atletas que concluírem a prova.
Prémio especial para as 3 equipas mais numerosas participantes no conjunto das duas provas. Em caso de empate o prémio será atribuído à equipa melhor classificada, se a igualdade se mantiver será considerado o atleta com melhor tempo na Meia Maratona.
Outros angariados até à data.

5.7. *Pagamento dos prémios monetários*

Os prémios monetários serão pagos posteriormente, via transferência bancária.
O responsável pela equipa e atletas premiados, após a prova, devem dirigir-se ao secretariado e preencher o impresso próprio a fim de indicarem os dados para atribuição do prémio monetário coletivo e individual, respetivamente.
NOTA: Todos os prémios devem ser reclamados até 30 dias após a competição, não havendo lugar a pagamentos depois dessa data.

5.8. *Classificações*

A Meia Maratona e os 10Km terão classificações por género e por escalões. Os resultados poderão ser consultados online em https://www.werun.pt/
A Caminhada/corrida 5km não tem classificações nem registos de tempos, é sem fins competitivos, destina-se a todas as pessoas de qualquer idade.
Medalha para todos os participantes que concluírem o respetivo percurso.

6. Abastecimentos

6.1. *Locais de abastecimentos*

Haverá postos de abastecimento, próximo dos quilómetros 5, 10, 15 e chegada.

7. Seguro e assistência médica

De acordo com o Decreto-Lei nº 10/2009 de 12 de janeiro, será efetuado um seguro desportivo para todos os participantes inscritos. Em caso de acidente o atleta ou alguém que o represente, deverá contactar de imediato a organização do evento para que esta diligencie o encaminhamento para a seguradora.
A organização da prova providenciará um posto de socorros avançado e técnicos de assistência pré-hospitalar ao longo do percurso, partida e chegada, para prestação de primeiros socorros, e ambulâncias para transporte a uma unidade do serviço nacional de saúde, se necessário.

8. Política de cancelamento

Em caso de cancelamento de prova por motivos alheios à organização, decretados por outras entidades, a organização não procede à devolução do valor pago, transitando automaticamente o saldo do participante para a nova data do evento.

9. Política de devolução

Podem ser feitas alterações do próprio atleta ou cedência de prova para outro atleta. Esta alteração só poderá ser feita até 10 dias antes da prova, mediante o pagamento de uma taxa de 2€ via transferência bancária;
Na cedência de inscrição o email enviado para (geral@werun.pt) deve conter os dados completos do novo atleta e número de cartão de cidadão do atleta previamente inscrito.
O reembolso do valor da inscrição só é permitido quando um participante tiver comprovadamente um impedimento para fazer a prova, desde que o mesmo esteja associado a um acidente ou a uma doença diagnosticada após o registo na prova através de atestado médico que comprove o impedimento de presença por doença ou lesão;
Os montantes reembolsados aos participantes que reúnam as condições acima mencionadas, irão variar de acordo com a data em que seja solicitado o reembolso:
Até 30 dias da data da prova - 60% da taxa é devolvida (será cobrado por custos com emissão de referência multibanco, administrativos e IVA de emissão de fatura);
Até 20 dias da data da prova - 40% da taxa é devolvida (será cobrado por custos com emissão de referência multibanco, administrativos, IVA de emissão de fatura, e custos com Kit atleta e outros que a organização já incorreu);
Até 10 dias da data da prova - 30% da taxa é devolvida (será cobrado por custos com emissão de referência multibanco, administrativos, IVA de emissão de fatura, e custos com Kit atleta e outros que a organização já incorreu).

10. Reclamações

As reclamações deverão ser efetuadas por escrito e de acordo com a normativa da International Association of Athletics Federations (IAAF) e da Federação Portuguesa de Atletismo (FPA), juntando 50 euros à reclamação. Este valor ficará depositado até que se

resolva a reclamação apresentada, demorando o tempo necessário para comprovar e consultar os dados apresentados. O valor será restituído se a reclamação for justificada.

11. Proteção de dados/Direitos de imagem e publicidade

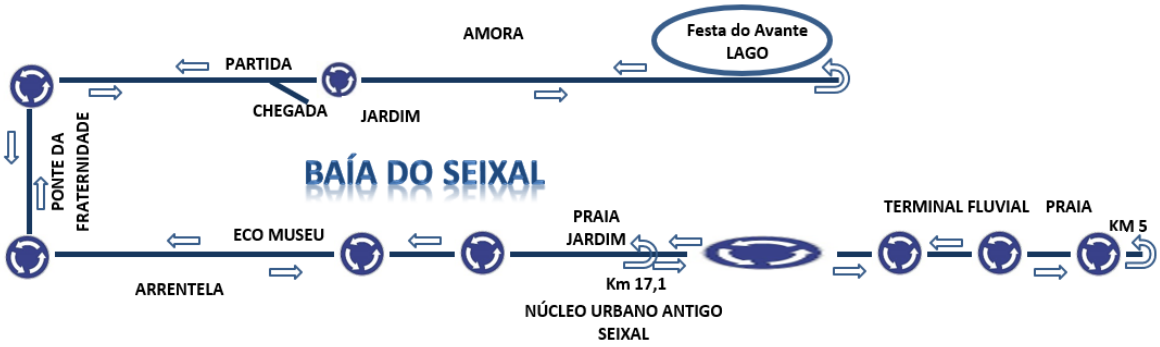
A prova poderá ser gravada em vídeo e/ou fotografada pela organização e jornalistas, para posterior divulgação e promoção nos meios de comunicação. O atleta, ao efetuar a sua inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, os direitos de utilização da sua imagem tal como foi captada, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

12. Estacionamento, bengaleiro e duche

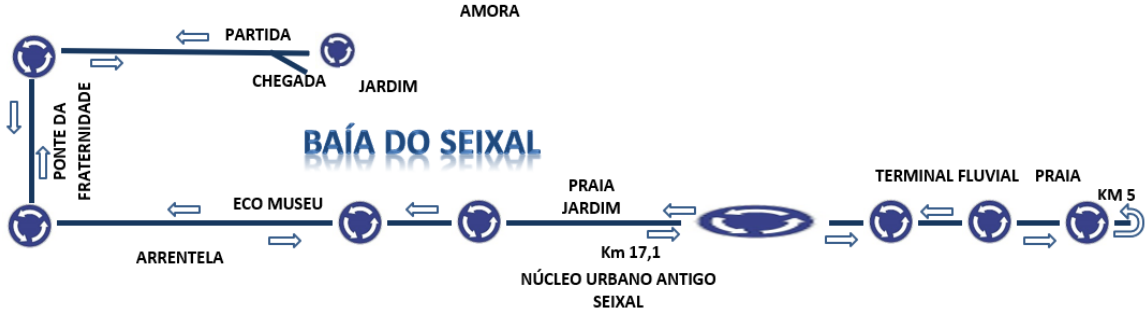
São disponibilizados dois locais para estacionamento para viaturas: um próximo do local de partida/chegada, outro de mais fácil acesso/saída, a cerca de 500m. Para bicicletas, guarda-roupa e duche são disponibilizadas as instalações do pavilhão da escola Paulo da Gama, onde poderão ser depositados pelos atletas os seus haveres devidamente acondicionados em saco do próprio, identificado pelo mesmo com o número do dorsal, devendo ser recolhidos no final da prova. Não se guardam objetos avulso (ex.: casaco, capacete, telemóvel, etc.)
A organização não assume qualquer responsabilidade pela eventual perda de bens.

13. Anexo (Croqui)

Meia-Maratona



Corrida da Baía 10 Km



Caminhada/corrida 5 Km

