

**REGULAMENTO**  
**BOMBARRAL A MARCHAR**  
**30 DE ABRIL DE 2022**

1. A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). A doença manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo também existir outros sintomas, entre os quais, odinofagia (dor de garganta), dores musculares generalizadas, cefaleias (dores de cabeça), fraqueza, e, com menor frequência, náuseas/vómitos e diarreia.
2. Serão respeitadas as normas de segurança da orientação 30 e 36 da DGS em vigor à data da prova.
3. O “Bombarral a Marchar” é uma iniciativa de promoção da disciplina da Marcha Atlética, aberta a todos os atletas federados que desejem participar, em representação de clube, escolas ou como individuais, desde que possuam seguro desportivo.
4. Uma organização do CDBBR Clube Desportivo do Bombarral e com o apoio do Município de Bombarral (CMB), União de Freguesias de Bombarral e Vale Covo (UFBVC) e da Associação Distrital de Atletismo de Leiria (ADAL), esta prova decorrerá no próximo dia 30 de abril de 2022.
5. As inscrições deverão ser feitas na plataforma lince (fpacompeticoes.pt) até ao dia 26/04/2022.
6. O “Bombarral a Marchar” terá o seguinte programa e horário:

Hora	Distância	Escalão	Género	Obs
16h00	5Kms	Juvenis	Fem/Masc	Nascidos em 2005/2006
		Juniores		Nascidos em 2003/2004
		Seniores		Nascidos em 2002 e antes
		Veteranos		35 anos e mais
16h40	4 Kms	Iniciados	Fem/Masc	Nascidos em 2007/2008
17h20	2 Kms	Infantis	Fem/Masc	Nascidos em 2009/2010
17h45	500m	Benjamins A	Fem/Masc	Nascidos em 2013 e depois
		Benjamins B		Nascidos em 2011/2012

7. A prova realizar-se-á num circuito fechado de 500m, na Avenida Luís Henriques, conforme o croqui abaixo apresentado. Haverá corte de trânsito automóvel na zona do circuito.



8. No “Bombarral a Marchar” haverá classificação Individual em todas as provas e prémios aos 3 primeiros.
9. Haverá banhos disponíveis para os atletas no Pavilhão Municipal do Bombarral.
10. O participante, ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem, captada na recolha de imagens durante o evento, autorizando a sua reprodução em futuras ações promocionais.

A organização – CDBBR Clube Desportivo do Bombarral