

Grupo Alegre Unido



“A corrida mais Brilhante”

REGULAMENTO

O Departamento de Atletismo do Grupo Alegre e Unido – Bajouca, vai realizar no **dia 17 de Setembro de 2016 a 2ª Edição dos PIRILAMPOS NIGHT RUN BAJOUCA**, com partida e meta no Largo da Feira dos 13 - Bajouca. Uma prova com uma distância aproximada de 5km com caráter aventureiro, ultrapassando diversos obstáculos e barreiras (**SURPRESA ABSOLUTA**), tem também outra vertente, a cultural, passando em várias Olarias da Bajouca entre outros locais de interesse regional. A cronometragem é feita pela Associação Distrital de Atletismo de Leiria, sendo em contra-relógio, arrancando em grupos de 5 (poderá alterar caso seja necessário) de minuto a minuto (grupos aleatórios, havendo contudo divisão dos grupos pela sua melhor marca nos 5000m).

Há prémios para as 10 primeiras equipas.

Há prémio para maior equipa/grupo, a acabar a prova de contra-relógio. A divulgar brevemente.

Informações: pirilamposnightrun@gmail.com, sites:

<https://www.facebook.com/GrupoAlegreUnidoAtletismo?ref=hl> e <http://bajouca.org/GAU-Atletismo/PIRILAMPOS-NIGHTRUN.aspx>

1. Condições de participação

1.1. Nesta prova podem participar, atletas federados e não federados, em representação de Clubes, Escolas, INATEL ou individualmente. Os atletas sem seguro



desportivo deverão fazer menção desta condição, no momento da inscrição para que a organização possa efetuar o seguro (acordo com a seguradora Fidelidade Seguros). A organização não se responsabiliza pelos atletas que não informem a mesma deste facto. Só poderão participar atletas com idade superior a 16 anos de idade que gozem de boa saúde. Os atletas menores de idade não federados terão de apresentar um termo de responsabilidade assinado pelo responsável.

1.2. Os atletas não filiados na ADAL deverão ser portadores do Cartão de Cidadão ou Bilhete de Identidade, para o caso de dúvida na idade.

2. Aptidão física e seguro desportivo

2.1. Da aptidão física dos atletas serão responsáveis os clubes ou entidades que os inscreverem. No entanto, a organização garantirá a presença dos Bombeiros de Voluntários de Monte Redondo.

2.2. A organização declina qualquer responsabilidade com a eventual participação de atletas que não possuam seguro desportivo.

2.3. A competição terá um seguro destinado a eventos desportivos.

3. Prémios

3.1. Há prémios para os 3 primeiros de cada escalão e género.

3.2. As primeiras 10 equipas receberão um prémio alusivo ao evento. Os pontos são contabilizados somando as posições dos **5 primeiros atletas** da classificação geral.

4. Percurso

4.1 O Percurso terá sensivelmente 5km percorrendo a zona central da Bajouca com terreno misto com partida e chegada no Largo dos 13 da Bajouca, é **OBRIGATÓRIO** o uso de **lanterna ou frontal**, bem como elementos refletivos que facilitem a presença do atleta.



4.2 Nas estradas o atravessamento das estradas será feito nas **passadeiras** conforme o código da estrada.

5. Escalões e Horários

Masculinos	Femininos
Sub20	Nascidos entre 1997 e 2000
Elite	1996 e antes
Veteranos	35 anos ou mais

5.1 A corrida tem início para o primeiro grupo às **20H30** no Largo dos 13 da Bajouca. Os outros grupos sairão de minuto a minuto', o horário de partida é entregue no levantamento de dorsais.

5.2. É considerada a idade até ao dia da prova, em caso de dúvida será pedido a identificação.

5.2 A caminhada terá início às 21H30 no Largo dos 13 da Bajouca, podendo participar todos os escalões.

6. Inscrições

6.1. As inscrições tanto para a corrida ou caminhada são feitas **OBRIGATORIAMENTE** através do preenchimento do [formulário](#) ou através do Café do Grupo Alegre Unido (Bar das Piscinas). As inscrições serão apenas validadas após o envio de comprovativo da transferência para o *email* pirilamposnightrun@gmail.com Transferência para o **NIB 0045 3114 4018 1644 8789 2** (Crédito Agrícola).

Atletas

- Inscrições até dia 10 Setembro: 8€ c/t-shirt.
- De 11 a 15 Setembro: 8€ não garantindo t-shirt.

Atletas não federados acresce valor de inscrição 1€.

Caminhada

- Inscrições até dia 10 Setembro: 7€ c/t-shirt.
- De 11 a 15 Setembro: 7€ não garantindo t-shirt.



6.2. Não serão aceites inscrições sem ser pelo [formulário](#), é necessário o envio de comprovativo, pois a inscrição só é confirmada após envio do mesmo.

6.3. As inscrições da caminhada são feitas através do *email* pirilamposnightrun@gmail.com ou através do Café Bar das Piscinas, sendo necessário o nome e contatos *email* ou telefone.

6.4 Levantamento dos dorsais: dia 16 Setembro na Clínica *Medicis* no Largo dos 13) entre as 20H00 e 21H00 e no dia 17 Outubro entre as 18H00 e 19H30, **encerrando o secretariado 1 hora antes.**

7. Classificações

7.1. As classificações serão divulgadas assim que estiverem concluídas através dos sites <http://www.adal.pt/>, Bajouca.org e <https://www.facebook.com/GrupoAlegreUnidoAtletismo?ref=hl>

7.2. A partir do momento da divulgação das classificações são aceites reclamações via *email* (pirilamposnightrun@gmail.com) num período de 48h.

8. Diversos

8.1. O júri será da inteira responsabilidade da Comissão Distrital de Juízes, Árbitros e Cronometristas do Distrito de Leiria. Os casos omissos neste Regulamento são analisados e resolvidos pela organização da prova, não havendo recurso da sua decisão.

8.2. Há banhos no Pavilhão Gimnodesportivo da Bajouca. Também temos local para **alojamento** caso seja necessário.

8.3. Contatos:

pirilamposnightrun@gmail.com

Licínio Silva 918 024 729

Virgílio Alberto 913 463 500



9. Cartaz



17 SETEMBRO | 20H30 | BAJOUCA
“A CORRIDA MAIS BRILHANTE”

PIRILAMPOS NIGHT RUN 2016



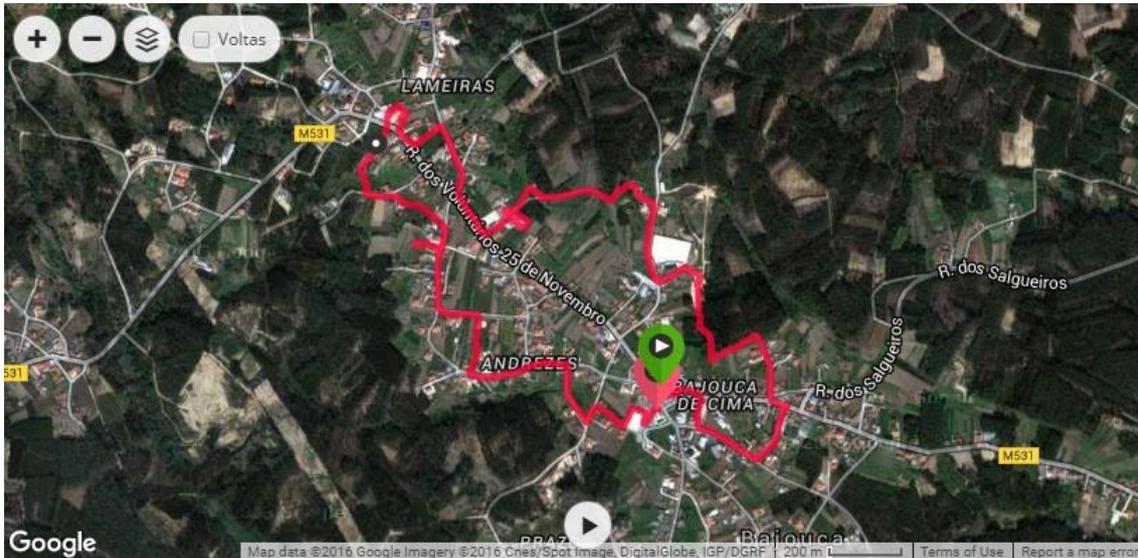
Prova de 5km em contra relógio!!
Caminhada para todos!

Informações: 918 024 729 pirilamposnightrun@gmail.com
Atletas: até dia 10 Setembro: 8€ com t-shirt. De 11 a 14 Setembro: 8€ não garantindo t-shirt.
Caminhada: até dia 10 Setembro: 7€ com t-shirt. De 11 a 14 Setembro: 7€ não garantindo t-shirt.
Inscrições no Bar/Piscina e em <http://goo.gl/forms/pDifkkW50MTeRLKz1>

APOIOS



10. Croqui



Percurso previsto para a realização do mesmo, sujeito a alterações, é um esboço dos locais a passar. Os pontos de partida e de chegada são diferentes mas dentro da zona do Largo dos 13.

Diretor técnico da prova: Adelino Santos

Bajouca, 22 Julho 2016

A ORGANIZAÇÃO

