

# Regulamento

## **1 – ORGANIZAÇÃO**

A Câmara Municipal do Montijo, com o apoio técnico da Xistarca – Promoções e Publicações Desportivas, Lda, irá promover, no próximo dia 25 de Abril de 2025, uma corrida pedestre, designada por “11.ª Corrida da Liberdade – Montijo 2025”.

## **2- DATA / HORA / LOCAL**

A prova realiza-se no dia 25 de Abril de 2025, a partir das 09h30, com partida e chegada na Praça da República, no Montijo.

## **3 – PERCURSO / DISTÂNCIA / HORÁRIO**

A **Kids Race de 400m** com partida na Praça da República marcada para as 9h30.

A **corrida de 10km** com partida marcada para as 10h00:

Praça da República \ Av. Dos Pescadores \ Praça Gomes Freire Andrade \ Travessa Miguel Pais \ Cais dos Vapores (inversão de marcha no cais) \ Ponte pedonal \ Frente Ribeirinha (Passar em frente ao Moinho de Maré) \ Rua Esteiro da Quebrada \ Rua Dr. Manuel Cruz Júnior \ Rua Cidade de Guimarães \ Rua do Oceano \ Rua Príncipe Real \ Rua da Sociedade \ Rotunda Luís de Camões (dta) \ Av. Fialho Gouveia (inversão de marcha no Modelo/Continente – Estabelecimento Prisional) \ Av. De Portugal \ Rua Gago Coutinho \ Rua Mário de Sousa Rama \ Rua Álvaro Valente \ Rua Manuel Giraldes da Silva \ Rua Joaquim Serra \ Av. Luís de Camões \ Av. Dos Pescadores \ Praça da República

A **Caminhada de 5km** com partida marcada para as 10h05:

Praça da República \ Av. Dos Pescadores \ Praça Gomes Freire Andrade \ Travessa Miguel Pais \ Cais dos Vapores (inversão de marcha no cais) \ Ponte pedonal \ Frente Ribeirinha (Passar em frente ao Moinho de Maré) \ Rua Esteiro da Quebrada \ Rua Dr. Manuel Cruz Júnior \ Rua Cidade de Guimarães \ Av. Fialho Gouveia até à Rotunda Luís de Camões \ Av. Luís de Camões \ Av. dos Pescadores \ Praça da República

## **4 – ABASTECIMENTOS**

Corrida 10km: Abastecimento aos 5km e na meta

Caminhada 5km e Kids Race: Abastecimento na meta

## 5 – DURAÇÃO

A prova terá a duração máxima de 2h. Após este período de tempo será restabelecida a circulação automóvel em todo o percurso.

## 6 – Inscrições

### INSCRIÇÕES

	CORRIDA 10KM	CAMINHADA 5KM	KIDS RACE
Até 22 de abril	6,00€	4,00€	GRATUITO
Última-hora*	9,00€	7,00€	5,00€

### 6.1 – LOCAIS DE INSCRIÇÃO

As inscrições podem ser realizadas através do site [www.xistarca.pt](http://www.xistarca.pt) ou pessoalmente na Xistarca, Calçada da Tapada, 71 A.

As inscrições de última hora poderão ser realizadas nos locais da entrega de kit participante, nos horários definidos

## 7 – KIT ATLETA

### 7.1 – COMPOSIÇÃO

O kit do atleta será composto por:

T-shirt técnica, dorsal personalizado, Chip para a prova de 10km, Medalha Finisher, outras ofertas de patrocinadores.

Os tamanhos disponíveis para a t-shirt técnica serão os seguintes: S, M, L, XL e XXL. Os tamanhos serão distribuídos de acordo com os pedidos efetuados no momento da inscrição, sem garantia de stock no momento do levantamento. Caso se verifique rutura de stock de algum tamanho, a organização proporá ao atleta um tamanho alternativo.

## **7.2 – LEVANTAMENTO KIT**

O levantamento do kit de atleta deverá ser realizado nas seguintes datas:

- » **23 de abril de 2025**, 4ª feira, entre as 14h00 e as 20h00, na Xistarca.
- » **24 de abril de 2025**, 5ª feira, entre as 10h00 e as 20h00, no fórum Montijo (Entrada Principal).

Para o levantamento do kit deverá ser apresentado o comprovativo de inscrição da plataforma de inscrição recebido após confirmação de pagamento, assim como o documento de identificação.

Os kits apenas poderão ser levantados nos dias e horários anteriormente definidos. Os kits não levantados serão entregues a uma instituição de solidariedade social.

## **8 – DORSAL E CHIP**

A utilização do dorsal e chip oficiais da prova é obrigatória para todos os participantes. O dorsal deve ser colocado na parte frontal da t-shirt, visível e sem adereços por cima do mesmo.

## **9 – PRÉMIOS**

Os três primeiros classificados da geral masculina e feminina terão direito a subir ao pódio e receber o troféu correspondente.

- » Troféus aos 3 primeiros classificados da Geral (M/F)
- » Troféus aos 3 primeiros classificados por Escalão (M/F)

Todos os atletas que cortem a linha de meta terão direito a uma recordação da prova e poderão fazer o download do seu diploma de participação no site da Xistarca, através do menu resultados.

Todos os atletas que cortem a linha de meta terão direito a uma recordação da prova e poderão fazer o download do seu diploma de participação no site da Xistarca, através do menu resultados.

## **10 – CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO**

A participação na prova está aberta a todos os interessados, sem distinção de nacionalidade ou sexo, com idade superior a 18 anos na prova dos 10km, sem limite de idade na caminhada de 5km e até aos 12 anos na kids race, desde que devidamente inscritos.

## **11– ESCALÕES**

Juniiores e Seniores (18 a 34 anos); Vet I (35 a 39 anos); Vet II (40 a 44 anos); Vet III (45 a 49 anos); Vet IV (50 a 55 anos); Vet V (55 a 59 anos); Vet VI (60 a 64 anos); Vet VII (65 a 69 anos) e Vet VIII (+ 70 anos).

## **12 – COMPORTAMENTOS ANTIDESPATIVOS**

São considerados comportamentos antidespativos que levam à desqualificação de qualquer atleta que:

- ✓ Falsifique qualquer elemento relativo à sua inscrição
- ✓ Não se apresente no local da partida, com o dorsal e o chip da prova colocados
- ✓ Manifeste mau estado físico
- ✓ Não leve dorsal na parte frontal da t-shirt e bem visível nos locais especificados pela organização
- ✓ Utilize o dorsal de outro atleta
- ✓ Dobre ou manipule a publicidade do dorsal
- ✓ Utilize inadequadamente o chip fornecido
- ✓ Utilize mais do que um chip
- ✓ Utilize o chip de outro atleta
- ✓ Não cumpra a sinalética colocada pela organização e/ou salte barreiras para a partida
- ✓ Não cumpra o percurso na sua totalidade
- ✓ Não respeite as instruções da organização
- ✓ Manifeste comportamento antidespativo (ex: empurrões e obstruções que prejudiquem de forma intencional os outros atletas)
- ✓ Não respeite os restantes atletas

A Xistarca não aceitará nas suas provas a inscrição de atletas que recorram a práticas antidespativas.

### **13 – FORÇAS DE SEGURANÇA E APOIO MÉDICO**

O planeamento e controlo do trânsito automóvel é da responsabilidade da GNR, assim como a segurança de todos os participantes.

O apoio médico será prestado a todos os atletas que apresentem alguma lesão ou que a organização indique como possível caso de lesão, durante o horário do evento. O apoio médico tem o direito de retirar da prova atletas que não apresentem condições para realizar com aptidão o percurso completo.

### **14 – SEGUROS**

A organização assegura aos participantes inscritos um seguro de acidentes pessoais, conforme previsto no D.L. 10/2009 (Seguro Desportivo Obrigatório). Este seguro apenas será ativo aos participantes que contraíam uma lesão no decorrer da prova e que solicitem à organização a ativação do mesmo.

**Nota:** em caso de algum acidente dos participantes e que tenham recorrido ao SN Saúde, devem comunicar no prazo de 3 dias para [geral@xistarca.pt](mailto:geral@xistarca.pt), para receberem, preencherem e reenviarem o documento de participação do acidente para serem ressarcidos dos custos dessa assistência médica.

Todos os participantes devem reunir condições de saúde, físicas e psicológicas necessárias à prática desportiva, isentando a organização da prova de qualquer responsabilidade.

### **15 – DIREITOS DE IMAGEM**

O participante, com o ato de inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, à organização do evento e seus associados, os direitos de utilização da sua imagem captada durante o evento.

## **16 – PROTEÇÃO DE DADOS PESSOAIS**

Os dados pessoais serão processados automaticamente, nos termos aprovados pelo Regulamento Geral de Proteção de Dados, da União Europeia, pela organização do evento, entidade responsável pelos dados, destinando-se exclusivamente à prestação dos serviços necessários à participação no evento em que se inscreve.

O tratamento de dados para comunicação sobre o evento em que se inscreve é opcional e está sujeito a consentimento específico e expresso no formulário de inscrição do evento, sempre em conformidade com o Regulamento (UE) 2016/679.

É garantido aos participantes, nos termos da mesma lei, o acesso aos seus dados, podendo solicitar por escrito junto da organização a sua atualização, correção ou eliminação.

Os dados pessoais recolhidos em função do presente evento serão armazenados pelo prazo de dois anos e estarão acessíveis de forma gratuita para consulta, retificação ou eliminação através do email: [geral@xistarca.pt](mailto:geral@xistarca.pt)

## **17 – ALTERAÇÃO DE DADOS**

É possível a alteração dos dados dos participantes, até ao dia 14 de Fevereiro, contactando diretamente a organização para o email [geral@xistarca.pt](mailto:geral@xistarca.pt).

No dia da prova não são aceites alterações.

## **18 – APOIO AOS ATLETAS**

A organização dispõe de plataformas para dar suporte aos atletas:

- ✓ Morada – Calçada da Tapada, 71 A, Lisboa
- ✓ Internet – [www.xistarca.pt](http://www.xistarca.pt)
- ✓ Email – [info@xistarca.pt](mailto:info@xistarca.pt)
- ✓ Telefone – 21 361 61 60

Estes contatos estão disponíveis em dias úteis, entre as 9h30 e as 13h e as 14h e as 18h30. A resposta a questões via email poderá demorar até 48h.

