

MUNICÍPIO DA

Chamusca



VOLTA
AO CONCELHO
DE Chamusca **2020**

CORRIDA ONLINE
95 km's em 4 semanas


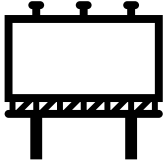


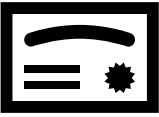


MAIS INFORMAÇÕES EM
www.cm-chamusca.pt/voltaaoconcelho

28 a **25**
SETEMBRO OUTUBRO

28 DE SETEMBRO A 04 DE OUTUBRO - Chamusca - Vale de Cavalos - Parreira
05 A 11 DE OUTUBRO - Parreira - Chouto - Ulme
12 A 18 DE OUTUBRO - Ulme - Semideiro - Eco Parque do Relvão
19 A 25 DE OUTUBRO - Eco Parque - Arripiado - Carregueira - Pinheiro Grande - Chamusca

PROCEDIMENTO GERAL

	INSCREVA-SE
	RECEBA O SEU DORSAL
	FAÇA A SUA PROVA NAS DATAS PREVISTAS
	ENVIE O COMPROVATIVO DA SUA PARTICIPAÇÃO
	RECEBA O SEU DIPLOMA DE PARTICIPAÇÃO

Volta ao Concelho da Chamusca 2020 – Corrida

ONLINE

Setembro de 2020

Nota Prévia: A participação nas provas online deverá cumprir com as regras impostas pela Direção Geral de Saúde, em relação à prática de desporto, na data das mesmas.

1. Organização e descrição geral do evento

A Volta ao Concelho da Chamusca 2020 – CORRIDA ONLINE, é uma organização do Gabinete de Desporto da Câmara Municipal da Chamusca.

A Volta ao Concelho da Chamusca 2020 – CORRIDA ONLINE, é uma manifestação lúdica desportiva, sem ter como principal objetivo a competição, destinada a proporcionar a experiência do atletismo a atletas de todos os níveis desportivos, depois de devidamente inscritos, e com o intuito de promover o conhecimento das várias localidades do concelho da Chamusca.

Este evento simula a volta ao concelho em formato real, tendo a duração de 95km's, sendo que os atletas se poderão inscrever em dois formatos – 15km's semanais ou 25km's semanais, a percorrer a caminhar ou a correr.

~~ANULADO EM 24 SET 2020. As distâncias semanais terão de ser percorridas com passagem obrigatória em checkpoints no locais reais por onde passará a volta ao concelho na sua versão real, segundo o quadro constante no ponto 1.1 do presente regulamento.~~

Os participantes na Volta ao Concelho da Chamusca em Atletismo 2020 – Corrida ONLINE devem enviar semanalmente os registos das suas corridas e caminhadas, percorrendo pelo menos a distância em que se inscreveram (25km's ou 15km's) ~~com o mapa identificativo da passagem nos checkpoints e \ ou foto dos locais~~. Para o envio dos registos podem utilizar qualquer plataforma de registo de treinos (strava, garmin connect, etc). A distância semanal pode ser percorrida em quantos percursos os participantes entendam (ex: 3x5km ou 1x15km ou 2x7.5km ou 5x3km ou 5km+2km+3km+7km).

Semanalmente será atualizada a classificação de ambas as categorias (25km's e 15km's).



1.1 Datas e CheckPoints – 25km´s e 15km´s

Semana #	Datas	Localidades da Volta Real	CheckPoints a passar
1	28 de Setembro A 4 de Outubro	Vale de Cavalos Parreira	ANULADO EM 24 SET 2020 Igreja N.ª Sr.ª dos Remédios—Vale de Cavalos Moinho da Parreira
Envio de resultados: até 13.00h de segunda-feira 5 de Outubro de 2020			
2	5 a 11 de Outubro	Chouto Ulme	ANULADO EM 24 SET 2020 Largo das Festas Chouto Igreja Paroquial Santa Maria de Ulme
Envio de resultados: até 13.00h de segunda-feira 12 de Outubro de 2020			
3	12 a 18 de Outubro	Semideiro Arripiado	ANULADO EM 24 SET 2020 Igreja do Tamazim—Semideiro Estação da Biodiversidade da Ribeira da Foz—Arripiado
Envio de resultados: até 13.00h de segunda-feira 19 de Outubro de 2020			
4	19 a 25 de Outubro	Carregueira Chamusca	ANULADO EM 24 SET 2020 Espaço de Lazer da Mãe de Água— Carregueira Circuito de Manutenção—Pinheiro Grande Porto das Mulheres e Miradouro Senhor do Bonfim—Chamusca
Envio de resultados: até 13.00h de segunda-feira 26 de Outubro de 2020			

2. Programa—Horário

Inscrições até **Domingo, 27 de Setembro de 2020**

Semana 1 – 28 de Setembro a 4 de Outubro de 2020

Envio de resultados: até 13.00h de segunda-feira 5 de Outubro de 2020

Semana 2 - 5 a 11 de Outubro de 2020

Envio de resultados: até 13.00h de segunda-feira 12 de Outubro de 2020

Semana 3 - 12 a 18 de Outubro de 2020

Envio de resultados: até 13.00h de segunda-feira 19 de Outubro de 2020

Semana 4 - 19 a 25 de Outubro de 2020

Envio de resultados: até 13.00h de segunda-feira 26 de Outubro de 2020

26 de Outubro – divulgação de resultados finais

3. Escalões Etários e Categorias

Para efeitos de classificação os participantes serão divididos em duas categorias (25km ´s \ 15km ´s) e nos seguintes escalões:

Categoria	Feminino	Masculino
25km ´s semanais	Jovem Feminino (<25 anos - Nascidos em 1995 e <) Feminino (26 a 50 anos - Nascidos entre 1994 e 1970) Veterano Feminino (> 51 anos - nascidos em 1969 e >)	Jovem Masculino (<25 anos - Nascidos em 1995 e <) Masculino (26 a 50 anos - Nascidos entre 1994 e 1970) Veterano Masculino (> 51 anos - nascidos em 1969 e >)
15km ´s semanais	Jovem Feminino (<25 anos - Nascidos em 1995 e <) Feminino (26 a 50 anos - Nascidos entre 1994 e 1970) Veterano Feminino (> 51 anos - nascidos em 1969 e >)	Jovem Masculino (<25 anos - Nascidos em 1995 e <) Masculino (26 a 50 anos - Nascidos entre 1994 e 1970) Veterano Masculino (> 51 anos - nascidos em 1969 e >)

3.1 Classificação de Equipas:

Para efeitos de classificação de equipas contarão os 3 melhores tempos de cada equipa no género feminino + os 3 melhores tempos de cada equipa no género masculino, e em cada uma das categorias 25km ´s \ 15km ´s.

4. Descrição dos Percursos

Os participantes podem realizar a distância escolhendo para o efeito qualquer percurso, desde que passando pelos checkpoints definidos para cada semana, propondo a organização que utilizem um percurso com perfil de altimetria e dificuldade semelhante ao das etapas reais: maioritariamente plano e em piso de alcatrão de boas condições, mas sendo que algumas etapas possuem perfil de altimetria de alguma dificuldade.

Pode ver as características dos percursos reais nos seguintes links:

Mapa geral: <https://www.alltrails.com/explore/map/map-42a6845--33?u=m>

1 - Chamusca - Vale de cavalos - 10km ´s - <https://www.alltrails.com/explore/map/map-109a0ca--32?u=m>

2 - Vale de Cavalos - Parreira - 15 km ´s - <https://www.alltrails.com/explore/map/map-51fd081--34?u=m>

3 - Parreira - Chouto - 8 km ´s - <https://www.alltrails.com/explore/map/map-764a9f2--40?u=m>

4 - Chouto - Ulme - 10km ´s - <https://www.alltrails.com/explore/map/map-5e34a2b--30?u=m>

5 - Ulme - Semideiro - 12km ´s - <https://www.alltrails.com/explore/map/map-2983e30--32?u=m>

6 - Semideiro - Eco Parque Relvão - 15km ´s - <https://www.alltrails.com/explore/map/map-44feb00--31?u=m>

7 - Eco-Parque a Arripiado - 10km ´s - <https://www.alltrails.com/explore/map/map-d51b416--39?u=m>

8 - Arripiado - Chamusca - 15km ´s - <https://www.alltrails.com/explore/map/map-691dcb1--34?u=m>

5. Regras

Para participar os corredores terão apenas que:

- a. Inscrever-se na prova ou provas que pretendam participar no formulário criado para o efeito.
- b. Após a confirmação da sua inscrição, cada participante recebe um dorsal personalizado em formato PDF por email.
- c. O participante terá de cumprir a distância proposta em cada prova dentro do período definido. Poderá cumprir a distância a correr em passadeira caso se encontre em quarentena ou outra situação imposta pelas regras do COVID19, ficando por isso isento de passar nos checkpoints definidos.
- d. Uma vez concluída a distância, o participante deverá enviar uma foto/s ou link da aplicação (smartphone ou smart-watch ou registo da passadeira) com a qual tenham feito o registo da participação. O participante poderá fazer o upload de uma ou mais fotografias caso opte por este sistema. Cada participante receberá um link por email para submeter as suas fotos e registos de participação.
- e. Não haverá limite de tempo, podendo os participantes percorrer a distância semanal em ritmo de corrida ou em caminhada;
- f. no final do evento irá vencer o atleta que tiver percorrido em menor tempo os 95km's finais, com a soma dos tempos dos 25km's \ 15km's de cada semana.
- g. em cada semana só serão contabilizados os tempos de 25 ou 15km's, não podendo os atletas acumular distância para as semanas seguintes;
- h. os participantes podem realizar a distância definida com o número de percursos que pretendam, desde que percorrendo a distância semanal prevista em cada categoria – 15km's ou 25km's (ex: 3x5km ou 1x15km ou 2x7.5km ou 5x3km ou 5km+2km+3km+7km).

~~i. só serão contabilizados os resultados em que o atleta tenha feito a passagem nos checkpoints definidos, e envie o respectivo comprovativo.~~

~~j. caso o atleta não passe em determinado checkpoint ser-lhe-á atribuído nessa semana o tempo do último classificado dessa etapa.~~

6. Inscrições:

As inscrições são gratuitas e poderão ser feitas através do preenchimento do formulário online disponibilizado no site da organização – www.cm-chamusca.pt e nas suas redes sociais;

Pode também aceder ao mesmo através do seguinte link:

<https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=s8-SsSCBmk6flrzZiT7v6mSqtjk1LNBjMGeV-qFnKkFUMFNGREsxWk5IWUdVNzJNRFdOREtDUVE0Qy4u>

As inscrições deverão ser feitas até às 23.59h de **domingo 27 de Setembro**.

O número limite de participantes é de 500.

7. Prémios:

Serão atribuídos os seguintes prémios:

- t-shirt do evento aos 5 primeiros classificados de cada escalão etário \ género e categoria (25km ´s e 15km ´s);
- medalhas aos elementos das 3 primeiras equipas de cada categoria;

8. Todos os casos omissos, bem como eventuais protestos, serão resolvidos pela organização, em conformidade com os regulamentos da FPA em vigor, não havendo recurso das decisões.

9. Todos os participantes, pelo facto de tomarem parte nesta competição, aceitam este regulamento.