

## 15 DE MAIO - DIA INTERNACIONAL DA FAMÍLIA

### CORRIDA DA FAMÍLIA



## REGULAMENTO

### 1 APRESENTAÇÃO

Evento a realizar no âmbito do projeto "MAIS Lezíria", com o objetivo de celebrar o "Dia Internacional da Família" através de uma atividade mobilizadora de famílias e amigos;

### 2 CONCEITO

Corrida por estafetas com 4 percursos, em que os 3 primeiros percursos têm de ser percorridos por 3 elementos da equipa/família (um por percurso), com a particularidade de o 4º e último percurso ter que ser realizado, em simultâneo, por todos os membros das famílias/equipas participantes;

### 3 DATA, LOCAIS E HORÁRIOS

- . Dia 15 de Maio (domingo) 2016;
- . Em simultâneo nos onze Municípios associados - Almeirim, Alpiarça, Azambuja, Benavente, Cartaxo, Chamusca, Coruche, Golegã, Rio Maior, Salvaterra de Magos e Santarém;
- . **Concentração** - 10h00;
- . **Partida** - 10h30 (em simultâneo nos 11 Municípios);

### 4 ORGANIZAÇÃO

CIMLT (Comunidade Intermunicipal da Lezíria do Tejo) em conjunto com os seguintes Municípios associados ao projeto "MAIS Lezíria": Almeirim, Alpiarça, Azambuja, Benavente, Cartaxo, Chamusca, Coruche, Golegã, Rio Maior, Salvaterra de Magos e Santarém;

### 5 CONSTITUIÇÃO EQUIPAS/FAMÍLIA

Nº Mínimo: 3 elementos

Nº Máximo: ilimitado

- . **2 ou mais elementos com grau de parentesco** (PAI, MÃE, IRMÃOS, FILHOS, TIOS, PRIMOS, SOBRINHOS, AFILHADOS, PADRINHOS, CUNHADOS, ENTEADOS, NAMORADOS...)
- . **1 ou mais elementos "AMIGO(S) CONVIDADO(S)"**
- . Escalão único, intergeracional e aberto a todas as idades e géneros;

## 6 PERCURSOS/DISTÂNCIAS

- . Concentração/partida/transições e chegada em local a definir pelos Municípios;
- . Percurso circular, com cerca de 2 Km, definido pelos diferentes Municípios;

### 4 Percursos identificados por cores:

1	VERMELHO - 2 KM
2	VERDE - 2 KM
3	AZUL - 2 KM
4	BRANCO - 2 KM

### Distribuição das equipas/família pelos percursos:

1	VERMELHO - 2 KM	1º ELEMENTO DA EQUIPA	
2	VERDE - 2 KM	2º ELEMENTO DA EQUIPA	
3	AZUL - 2 KM	3º ELEMENTO DA EQUIPA	
4	BRANCO - 2 KM	TODOS OS ELEMENTOS DA EQUIPA	

### Dinâmica da prova:

- . Três elementos de cada equipa/família têm de realizar os percursos 1, 2 e 3 (cada elemento pode ir acompanhado por outro(s) elemento(s) da equipa/família);
- . O percurso 4 tem de ser efetuado por todos os elementos da equipa/família;
- . Todos os elementos de cada equipa/família serão identificados com o mesmo nº de dorsal;
- . Cada equipa/família poderá ter um testemunho que será transportado e transmitido entre os percursos;
- . Os participantes deverão utilizar t-shirts oficiais do evento, com a cor correspondente a cada percurso a efetuar;

## 7 INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

- . Inscrições gratuitas;
- . Até ao dia 06 de Maio;

### Locais de Inscrições:

Site da CIMLT: [www.cimlt.eu](http://www.cimlt.eu)  
Sites dos 11 Municípios associados

### Levantamento de Dorsais e Kit's de participação:

entre os dias 11 e 13 de maio nas Câmaras Municipais;  
(através da apresentação da confirmação da inscrição)

## 8 PRÉMIOS E KIT

- . Diploma de participação para todas as equipas/família;
- . Prémio para a família mais numerosa;
- . Prémio para o participante mais novo e mais velho;

**KIT:** 1 T-Shirt para cada elemento da equipa/família:  
(tamanhos: 8 anos; 10 anos; 12 anos; 14 anos; S; M; L; XL)  
1 Dorsal para cada elemento da equipa/família;  
1 Testemunho para cada equipa/família;

**Nota:** No momento da inscrição devem definir qual o elemento da equipa/família que vai realizar cada percurso, de forma a fazerem-no com a respetiva cor;  
A cor branca destina-se às equipas que tiverem 4 ou mais elementos, devido ao facto deste último percurso ter que ser realizado por todos os elementos. Aqueles que realizaram os percursos anteriores mantêm-se com as cores dos mesmos.

## 9 CLASSIFICAÇÕES

- . Por se tratar de uma prova com um cariz muito específico, cujo grande objetivo é unir as famílias e amigos, celebrando o "Dia Internacional da Família" através do convívio em toda a Lezíria do Tejo e estimulando, simultaneamente, a integração social, a promoção da saúde e a melhoria da qualidade de vida, incentivando a participação de todos, incluindo crianças, idosos e pessoas com deficiência, valores estes que estão na génese de todo o projeto "MAIS Lezíria", não haverá lugar a classificações;

## 10 SEGURO

- . A organização fará um seguro desportivo nominal a todos os participantes, mediante a apresentação do nome completo, data de nascimento e NIF;

## 11 CASOS OMISSOS

- . Serão resolvidos pela organização, com base nos pressupostos que estão na génese do evento.