



O **Clube Náutico Ribadouro**, em conjunto com a **EVENTSPORT** e a **PORTOCARGO Runners**, organizam a segunda edição da **Meia Maratona Douro Verde** que tem a finalidade de estimular a prática desportiva como elemento da promoção da saúde e da qualidade de vida.

Realiza-se no dia **26 de Março de 2023**, com início às **10h00**,
uma **Meia-Maratona de 21Km**
e uma **Caminhada de aproximadamente 10 Km**.

A prova realiza-se em **Ribadouro (Baião)** nas margens do Rio Douro com uma paisagem deslumbrante.

INSCREVE-TE NO CLUBE PT ZONA NORTE ATÉ AO PRÓXIMO DIA 28 DE DEZEMBRO

PREÇOS:

Meia Maratona 21 Kms		Caminhada 10 Kms	
Sócio Clube PT (efetivo, auxiliar, praticante):	10,50€	Sócio Clube PT (efetivo, auxiliar, praticante):	5,00€
Funcionários do Grupo Altice Portugal no ativo:	12,00€	Funcionários do Grupo Altice Portugal no ativo:	6,50€
Não Sócio Clube PT:	12,50€	Não Sócio Clube PT:	7,00€

Todos os participantes têm direito a **Medalha de Participação, T-Shirt Técnica, Dorsal, Água, Seguro Desportivo, Diploma de Participação**.

INSCRIÇÕES (ATÉ AO DIA 28 DE DEZEMBRO)

BASTA RESPONDER A ESTE E-MAIL DANDO OS SEUS DADOS PESSOAIS:
Nº SÓCIO (Nº DE FUNCIONÁRIO,) NOME, DATA DE NASCIMENTO, Nº BI, TAMANHO DE T'SHIRT, CONTACTO MÓVEL, INDICAÇÃO DA PROVA A QUE SE ESCREVE

PAGAMENTOS (ATÉ À DATA LIMITE DAS INSCRIÇÕES – 28 DE DEZEMBRO)

O pagamento poderá ser efetuado diretamente na secretaria do **Clube PT Zona Norte**
ou por transferência bancária para o **IBAN: PT50003520660008486913035**

Caso seja efetuada transferência bancária, deverá ser remetido o respetivo comprovativo
para um dos e-mail's: zn@clubept.pt OU cptnorte@sapo.pt.

NOTA: AS INSCRIÇÕES ESTARÃO SUJEITAS A DISPONIBILIDADE, OU SEJA, ESTA PROVA TEM UM LIMITE MÁXIMO DE PARTICIPANTES E ASSIM QUE ESSE FOR ATINJIDO SÃO AUTOMATICAMENTE ENCERRADAS AS INSCRIÇÕES.

AS CORRIDAS

Serão duas as corridas:

- Caminhada de aproximadamente 10 kms, não terá carácter competitivo. É aberta a todos os participantes, sem limite de idade.
- Meia Maratona 21 kms, é destinada a atletas federados e não federados, de ambos os sexos (**maiores de 18 anos**).

LEVANTAMENTO KIT'S E DORSAIS:

Dia 24 de Março - Casa de Baião no Porto – 14h00 às 23h00

Dia 25 de Março – Baião: Junta de Freguesia do Ribadouro – 11h00 às 19h00

Dia 26 de Março – Baião: Junta de Freguesia do Ribadouro – 07h00 às 09h00

NOTA: Para levantar o kit no próprio dia, deve ser solicitado via e-mail.