



A Câmara Municipal de Ílhavo irá promover, no próximo dia 29 de Junho de 2024, uma **corrida pedestre de 10.000 metros (10Km)**, designada por “Corrida Popular da Costa Nova do Prado”, destinada a atletas federados ou não, sem distinção de género ou nacionalidade, desde que devidamente inscritos e uma **caminhada de aproximadamente 5,5 KM** que não tem fins competitivos.

A prova está integrada no programa do Mareato 2024, promovido pela Câmara Municipal de Ílhavo.

### Corrida de 10 Kms

### Caminhada de 5,5 Kms

A prova de 10 km tem partida e chegada frente ao Mercado Municipal da Costa Nova. O percurso da prova principal é de 10 km, aferidos pela Federação Portuguesa de Atletismo, percorridos em asfalto e estará assinalado com placas de sinalização, nomeadamente as que indicam cada quilómetro percorrido;

A caminhada não tem fins competitivos e tem uma extensão de aproximadamente 5,5 km com partida junto à Rotunda da Pá Eólica na Vagueira e chegada à Costa Nova do Prado pela ciclovía, junto à Ria..

### **PROGRAMA:**

- 18:30h – Partida da Caminhada Vagueira-Costa Nova do Prado- 5,5 km
- 18:45h - Abertura das secções de partida da prova principal
- 19:00h – Corrida Popular da Costa Nova do Prado - 10 KM
- 20:15h - Cerimónia de entrega de prémios

### **INSCREVE-TE NO CLUBE PT ZONA NORTE ATÉ AO PRÓXIMO DIA 29 DE ABRIL**

### **PREÇOS:**

<b>Corrida 10 Kms</b>		<b>Caminhada 5,5 Kms</b>	
Sócio Clube PT(efetivo, auxiliar, praticante):	<b>8,00 €</b>	Sócio Clube PT(efetivo, auxiliar, praticante):	<b>3,00 €</b>
Funcionários do Grupo Altice Portugal no ativo:	<b>9,50 €</b>	Funcionários do Grupo Altice Portugal no ativo:	<b>4,50 €</b>
Não Sócio Clube PT:	<b>10,00 €</b>	Não Sócio Club PT:	<b>5,00 €</b>

### **INSCRIÇÕES (ATÉ AO DIA 29 DE ABRIL)**

Nº SÓCIO (Nº DE FUNCIONÁRIO,) NOME, DATA DE NASCIMENTO, Nº BI, TAMANHO DE T'SHIRT, CONTACTO MÓVEL, INDICAÇÃO DA PROVA A QUE SE ESCREVE E TEMPO DE CORRIDA (SE FOR O CASO)

### **PAGAMENTOS (ATÉ À DATA LIMITE DAS INSCRIÇÕES - 29 DE ABRIL)**

O pagamento poderá ser efetuado diretamente na secretaria do Clube PT Zona Norte ou por transferência bancária para o IBAN: **PT50003520660008486913035** ou por MB WAY para o número: **969 322 335**.

Caso seja efetuada transferência bancária, deverá ser remetido o respetivo comprovativo para um dos e-mail 's: [zn@clubept.pt](mailto:zn@clubept.pt) OU [cptnorte@sapo.pt](mailto:cptnorte@sapo.pt) ou caso seja efetuado pagamento via MB WAY, deverá indicar o nome.

**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.**

### **LEVANTAMENTO DE DORSAIS:**

Junto do Local de partida e chegada da prova, frente ao mercado da Costa Nova  
Sábado, 29 de junho das 10h30 às 12h30 e das 14h30 às 18h00

### **PARA A CAMINHADA:**

Frente ao mercado da Costa Nova  
Sábado, 29 de junho até às 16h30

Praia da Vagueira (zona de partida da Caminhada)  
Sábado, 29 de junho das 17h30 às 18h15

**Não serão entregues kits em nenhum outro momento para além dos designados anteriormente.**