



A **São Silvestre Cidade de Ermesinde** será realizada no dia **01 de Dezembro de 2024** e contará com uma **Corrida** e **Caminhada** pela cidade de Ermesinde, sendo uma coorganização da Junta da Freguesia de Ermesinde e Câmara Municipal de Valongo.

A **Corrida** decorrerá numa **distância de 10Km** com trajeto de estrada, pela cidade de Ermesinde, com hora de início às 18:00h.

A **Caminhada** decorrerá numa **distância de 5Km**, com trajeto de estrada e sem fins competitivos, pela cidade de Ermesinde, com hora de início pelas 18:05h.

A partida e chegada de ambas ocorrerão em frente à Junta de Freguesia de Ermesinde (Rua D. António Ferreira Gomes, 365 / 4445-398 ERMESINDE).

Ambas as provas terão uma duração máxima de 2 horas, sendo que na corrida o participante deverá passar na marca dos 5Km com um tempo menor a 60 minutos.

Corrida 10 Kms

(destinada a participantes de ambos os sexos, nascidos em 2006 ou em anos anteriores (**maiores de 18 anos**))

Caminhada 5 Kms

(sem fins competitivos, aberta a todos os escalões etários desde que devidamente inscritos)

INSCREVE-TE NO CLUBE PT ZONA NORTE ATÉ AO PRÓXIMO DIA 29 DE OUTUBRO

PREÇOS:

	Corrida 10 Kms	Caminhada 5 Kms
Sócios Clube PT- Zona Norte (efetivos, auxiliares, praticantes):	10,00 €	4,00 €
Funcionários Grupo Altice no ativo:	11,50 €	5,50 €
Não Sócios Clube PT:	12,00 €	6,00 €

Com a inscrição e pagamento efetuado os atletas terão direito, respetivamente:

--) **Corrida** – Saco Kit, Dorsal, Corrida cronometrada com chip, Camisola Técnica, Medalha Finisher, Seguro, Ofertas, Abastecimento Líquido (água) aos 5Km, Lanche final;

--) **Caminhada** – Saco Kit, Dorsal, Camisola Técnica, Medalha de Participação, Seguro Ofertas, Lanche final.

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.

INSCRIÇÕES :

Nº SÓCIO (Nº DE FUNCIONÁRIO,) NOME, DATA DE NASCIMENTO, Nº BI, TAMANHO DE T-SHIRT, CONTACTO E INDICAÇÃO DA PROVA A QUE SE INSCREVE.

PAGAMENTOS (ATÉ À DATA LIMITE DAS INSCRIÇÕES - 29 DE OUTUBRO)

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 ou cptnorte@sapo.pt ou caso seja efetuado pagamento via MB WAY, deverá indicar o nome.

LEVANTAMENTO DE DORSAIS:

Junta de Freguesia de Ermesinde, sita na Rua D. António Ferreira Gomes, 365 / 4445-398 Ermesinde

Dia **30 de Novembro das 14h00 às 19h00**

Dia **01 de Dezembro, das 10h00 às 17h00**