



O **Centro de Atletismo do Porto** organiza com o apoio institucional da Câmara Municipal do Porto e da Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia a **10ª Shamir Corrida Portucale** que tem a finalidade de estimular a prática desportiva como elemento da promoção da saúde e da qualidade de vida.

Corrida de 10 Kms

Caminhada/Mini Corrida de 5 Kms

Corrida para crianças de 0,5 km

A **10ª edição da Corrida Portucale** realiza-se no **dia 13 de Julho com início às 09h30**, com partida e chegada no Cais de Gaia em frente ao Corpus Christi em Vila Nova de Gaia, com uma **corrida de 10 Km**, uma **caminhada/mini-corrida de 5 Km** e uma **corrida para crianças de 0,5 km**, que se pretende ser uma verdadeira festa dos amantes do desporto, num percurso que tem como cenário as margens do Rio Douro e zonas ribeirinhas de Gaia e Porto.

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

PREÇOS:

CORRIDA 10 Kms	Caminhada/Mini-Corrida 5 Kms	Corrida Infantil (dos 6 aos 10 anos)
Sócio Clube PT(efetivo, auxiliar, praticante): 10,00€	Sócio Clube PT(efetivo, auxiliar, praticante): 6,00€	GRATUITAS E LIMITADAS
Funcionários do Grupo Altice Portugal no ativo: 11,50€	Funcionários do Grupo Altice Portugal no ativo: 7,50€	
Não Sócio Clube PT: 12,00€	Não Sócio Clube PT: 8,00€	

INSCRIÇÕES (ATÉ AO DIA 28 DE MAIO)

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 – 28 DE MAIO)

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.

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 três as corridas:

- A **Corrida** terá uma distância de 10 km em estrada e é destinada a atletas federados e não federados de ambos os sexos, maiores de 18 anos. Nesta corrida poderão ainda participar atletas do desporto adaptado em cadeira de rodas
- A **Caminhada/Mini-Corrida** terá a distância de 5 Km e não terá classificações (prova sem carácter competitivo), sendo aberta a todos os participantes, sem limite de idade.
- A **Corrida Infantil** será uma corrida sem classificações (prova sem carácter competitivo), de aproximadamente 0,5 Km, destinada a crianças dos 6 aos 10 anos de ambos os sexos.

PERCURSOS:

Corrida 10km – Partida em frente ao Convento de Corpus Christi na Av. Ramos Pinto segue na direção da Ponte D. Luís I vira á direita seguindo pela Avenida Gustavo Eiffel efetuando o retorno junto à rua de Sabrosa com regresso à Ponte D. Luís I passa pelo túnel na direção da Rua do Infante D. Henrique, Rua Nova da Alfândega, Rua de Monchique, Viaduto do Cais das Pedras efetuando o retorno no meio do viaduto, seguindo pela mesma via no regresso para a meta. Vira á direita na Rua de S. João passando pelo Cais da Ribeira sobe até á Ponte D. Luís I vira á direita para Gaia seguindo pela Av. de Diogo Leite terminando junto ao Convento de Corpus Christi.

Caminhada/Mini-Corrida 5km – Partida na Avenida Ramos Pinto, Av. Diogo Leite, atravessa o Rio Douro no tabuleiro inferior da Ponte D. Luís I, Av. Gustavo Eiffel, retorno em frente ao posto de abastecimento CEPSA, efetuando o mesmo percurso de retorno na Av. Gustavo Eiffel, atravessa o Rio Douro no tabuleiro inferior da Ponte D. Luís I, Av. Diogo Leite, Av. Ramos Pinto, terminando junto ao Corpus Christi. (A Caminhada parte logo a seguir à partida da corrida.).

Corrida Infantil 0.5km – Partida e chegada na Avenida de Ramos Pinto junto ao antigo Convento Corpus Christi.

LEVANTAMENTO DE DORSAIS:

Local e horário: A definir

Sexta, dia 11 de Julho

Sábado, dia 12 de Julho