



GOSTARIA DE PARTICIPAR NA CORRIDA PORTUCALE 2021 GAIA/PORTO?

O **Centro de Atletismo do Porto** organiza com o apoio institucional da Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia e da Câmara Municipal do Porto a **6ª Corrida Portucale Tranquilidade** 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 6ª Corrida Portucale Tranquilidade realiza-se no dia 21 de Novembro de 2021 com início às 10h00, com partida e chegada na Ribeira de 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 (esta corrida terá início às 9 horas e 15 minutos), 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 13 DE OUTUBRO

PREÇOS:

CORRIDA 10 Kms	Caminhada/Mini-Corrída 5 Kms	Corrida Infantil (dos 6 aos 10 anos)
Sócio Clube PT(efetivo, auxiliar, praticante): 6,00€	Sócio Clube PT(efetivo, auxiliar, praticante): 4,00€	GRATUITAS E LIMITADAS
Funcionários do Grupo Altice Portugal no ativo: 7,50€	Funcionários do Grupo Altice Portugal no ativo: 5,50€	
Não Sócio Clube PT: 8,00€	Não Sócio Clube PT: 6,00€	

Ao inscrever-se no evento, está de imediato a aceitar o código de conduta no qual é assumido o compromisso pelo cumprimento das medidas de prevenção e controlo da infeção por SARS-CoV-2, bem como o risco de contágio por SARS-CoV-2 durante a prática desportiva (Orientação nº36/2020 da DGS).

INSCRIÇÕES E PAGAMENTOS:

(ATÉ AO DIA 13 DE OUTUBRO)

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 E TEMPO DE CORRIDA (SE FOR O CASO)

PAGAMENTOS (ATÉ À DATA LIMITE DAS INSCRIÇÕES - 13 DE OUTUBRO)

Deverá ser efetuado na totalidade até à data limite das inscrições,
caso não seja cumprido o prazo a inscrição será considerada sem efeito.

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 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-Corrída** 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 / Meta – Partida na Avenida Ramos Pinto em frente ao Convento Corpus Christi, na direção da Ponte de Arrábida, passando pelos Cais Capelo Ivens, Cais dos Cavacos, Cais Lugan efetuando o retorno por baixo da Ponte da Arrábida seguindo na direção da partida passando na Meta, seguindo pela Av. Ramos Pinto, Av. Diogo Leite, atravessa o Rio Douro no tabuleiro inferior da Ponte D. Luís, vira à direita Av. Gustavo Eiffel, faz o retorno entre as Pontes D. Maria e S. João, seguindo na direção da Ribeira, passa no Túnel da Ribeira, Rua S. João do Porto, Cais da Ribeira, na Ponte D. Luís atravessa o Rio Douro para V.N. Gaia no tabuleiro inferior da Ponte D. Luís, Av. Diogo Leite, Av. Ramos Pinto terminando na Meta em frente ao Convento Corpus Christi.

Caminhada/Mini-Corrída 5km

Partida /Meta – Partida na Avenida Ramos Pinto em frente ao Convento Corpus Christi, na direção da Ponte de Arrábida, passando pelo Cais Capelo Ivens, Cais dos Cavacos, Cais Lugan efetuando o retorno por baixo da Ponte da Arrábida seguindo na direção da partida / Meta. (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.

A CONCENTRAÇÃO DE TODOS OS PARTICIPANTES DEVERÁ SER FEITA A PARTIR DAS 09H00 NO LOCAL DE PARTIDA SITUADO NA AVENIDA DE RAMOS PINTO JUNTO AO ANTIGO CONVENTO CORPUS CHRISTI.

MEDIDAS DE SEGURANÇA:

A organização aconselha que os atletas, ou outros, com tosse, febre, dificuldade respiratória, diarreia ou outros sinais/sintomas do COVID-19, não se desloquem até ao local do evento.

Os elementos da organização e os atletas devem chegar ao local da corrida com as máscaras colocadas na face, cobrindo o nariz e a boca;

Durante o aquecimento realizado antes da partida é obrigatório o uso máscara. É aconselhado pela organização algum distanciamento no sentido de evitar o contato físico.

Será criada uma zona de Isolamento e Monitorização para os casos suspeitos de infeção por COVID-19.

Solicita-se a todos os atletas a maior atenção aos conselhos que serão transmitidos frequentemente pelo speaker da prova.

Haverá controlo obrigatório de temperatura aos atletas e aos elementos da organização, no início da corrida, com termómetro contactless;

Na Partida:

No momento da partida, serão implementadas as seguintes normas aconselhadas com as recomendações da World Athletics;

É obrigatório o uso de máscara, a qual poderá ser retirada durante a corrida apenas quando houver distanciamento físico entre os atletas (mínimo 200 metros após a linha de partida).

A abertura das câmaras de chamada para a partida será feita quando faltarem apenas 10 minutos para o trio de partida;

Distanciamento físico: serão formadas separações intermédias para fracionamento de grupos de atletas;

Caso seja necessário, serão aumentados os grupos de partida, para possibilitar um maior distanciamento dos atletas;

O tiro de partida para cada grupo será dado com alguma distância temporal. Por esse motivo, para efeitos de classificação será tido em conta o tempo oficial de prova e não o tempo líquido.

Durante a corrida:

Depois da partida, as máscaras poderão, sob a responsabilidade dos atletas serem retiradas, mas nunca nos primeiros 200 metros que estará assinalada.

No final da corrida, ao cruzarem a meta, todos os atletas receberão uma nova máscara, para voltarem a colocar na cara.

Depois da Corrida:

Todos os participantes, imediatamente após a passagem da linha da meta, irão receber máscaras que devem ser logo colocadas, desseguida devem abandonar imediatamente a área de meta de modo a evitar aglomeração de atletas, com a exceção dos que necessitarem de apoio médico;

Os atletas que vão ao pódio serão orientados para a zona reservada a esse fim e é obrigatório o uso de máscara;

Não são permitidas entrevistas ou pequenos comentários à imprensa ou outro nos primeiros 100 metro da linha de chegada.

Aconselha-se a audição das instruções do speaker da prova.

Pódio:

Todos os elementos participantes na cerimónia do pódio, devem usar máscara, mesmo no momento da receção da medalha ou outro prémio.

Não são permitidos cumprimentos "clássicos" de felicitação (que envolva contato físico direto) no ato da entrega das medalhas/prémios;

São permitidas fotos ou entrevistas com máscara desde que haja condições no local e com distanciamento mínimo de 2 metros entre o atleta e o profissional de imagem/som ou outros;

Todos os elementos que assistirem à cerimónia de pódio, devem guardar algum distanciamento e é obrigatório o uso de máscara;

As medalhas ou outros prémios devem estar desinfetados antes da entrega aos atletas.

LEVANTAMENTO DE DORSAIS:

Local: A definir

Sexta-feira, dia 19 de Novembro

Sábado, dia 20 de Novembro

As filas de acesso aos balcões deverão ter um corredor com pelo menos 2 metros de largura, no qual estará assinalado o distanciamento de 2 metros entre as pessoas da fila (assinalado no chão). Todas as pessoas são obrigadas a cumprir a distância de segurança, sendo uso de máscara obrigatório (o uso de viseira facultativo) para os participantes como para os elementos da organização no momento do levantamento dos dorsais/kits.

De acordo com o protocolo de saúde, no levantamento dos dorsais e "kits" de participação, todos os elementos da organização e participantes, terão de apresentar o certificado digital de vacinação válido ou de um teste negativo ao novo coronavírus.

Não haverá entrega de kits de participação no dia do evento (exceto participantes residentes fora do Porto).