



Regulamento

Anda Tarouca 4º Edição ‘O Desafio’

1. DEFINIÇÃO

A 4º edição do Anda Tarouca – O desafio – **englobada no já conhecido projeto do Anda Tarouca**, é uma iniciativa da Câmara Municipal de Tarouca e consiste na realização de um calendário anual de corridas e caminhadas em percursos predominantemente em natureza, os quais obedecem às normas definidas neste documento.

2. OBJETIVOS

O **Anda Tarouca 4º edição – o desafio** tem os seguintes objetivos:

- Promover a prática desportiva para todos, através da promoção da atividade física, da saúde e do bem-estar.
- Proporcionar oportunidades de participação em provas de atletismo aos praticantes da modalidade em geral e do concelho de Tarouca em particular;
- Divulgação e Promoção do Território e dos seus recursos naturais;
- Criar condições para uma maior expansão da atividade física em geral e da prática regular da modalidade de atletismo em particular;
- Proporcionar uma prática regular através da estruturação de um calendário de provas;
- Apoiar as coletividades e outras instituições que realizem provas de atletismo integradas neste circuito, abrindo secções de atletismo e aumentando o seu número de atletas;
- Estruturar um programa de avaliação de participantes, de dirigentes e de coletividades, como forma de estimular a prática de atletismo federado.





3. NORMAS GERAIS

O **Anda Tarouca** decorrerá, de março a novembro do presente ano 2024, com as seguintes Normas Gerais:

- O **Anda Tarouca 4º edição – o desafio** é aberto à participação de todos os atletas que se inscrevam, na vertente caminhada e na vertente corrida;
- A idade do atleta, para efeitos de integração num escalão competitivo, será de acordo com os escalões que estão referidos no ponto 4.
- Todos os participantes que efetuem a sua inscrição em qualquer jornada concorrem automaticamente ao referido **projeto**;
- Aquando da sua 2ª participação em etapas, o atleta irá receber o seu 1º “**Kit de Participação**”, composto por T-shirt alusiva ao “**Anda Tarouca 4º edição – o desafio**”;
- Os atletas deverão competir no escalão etário indicado no **Ponto 4** segundo o seu ano de nascimento;
- Os atletas deverão competir com o seu dorsal colocado preferencialmente no peito ou qualquer outra zona frontal do corpo, preso com recurso a 4 alfinetes próprios ou qualquer outro mecanismo de fixação, não cortando, dobrando ou ocultando este mesmo dorsal, sob pena de desclassificação;
- Os prazos de inscrição e valor de taxas de inscrição, bem como o horário de cada prova, será definido, jornada a jornada, em regulamento específico de cada evento;
- Os atletas não poderão ser acompanhados durante as provas sob pena de desclassificação, salvo as situações previstas por lei;
- Os atletas não poderão participar sem dorsal;





4. ESCALÕES ETÁRIOS E DISTÂNCIAS

A participação competitiva é efetuada com base nos escalões abaixo indicados, de acordo com o Ano de Nascimento. Os escalões são considerados em relação ao ano civil de 2024, em que os atletas atingem as idades estipuladas.

	ESCALÕES FEMININOS	ESCALÕES MASCULINOS	ANO NASCIMENTO	DISTÂNCIAS
Sub. 16	12 aos 16	12 aos 16	Nascidos em 2012 a 2008	Qualquer distância
Sub. 20	17 aos 20	17 aos 20	2007 / 2004	Qualquer distância
Seniores	21 aos 35	21 aos 35	2003 / 1989	Qualquer distância
Master 40	36 aos 50	36 aos 50	1988 / 1974	Qualquer distância
Veteranos 60	51 aos 65	51 aos 65	1973 / 1958	Qualquer distância
Veteranos +65	65 +	65 +	1959	Qualquer distância





5. CALENDÁRIO

Data	Local	Competição	Caminhada
9 a 16 Março	Gouviães/ Eira-Queimada	X	X
30 a 7 Abril	Caminho dos Monges		X
11 a 18 Maio	Dálvares	X	X
8 Junho	Noturno- alcácima edição especial		X
7 a 14 Julho	Início das Atividades 'Há vida no Parque' (Corta-Mato)	X	X
14 a 21 Setembro	Início da Semana Europeia de Desporto (S. Miguel)	X	X
28 a 6 Outubro	Santa Helena	X	X
19 a 27 Outubro	São João de Tarouca		X
10 Novembro	Trail do Sino e da Castanha (entrega do prémios finais)	X	X

Calendário Competição

- **Dia 16 março** – Gouviães e Eira Queimada
- **Dia 18 maio** – Dálvares
- **Dia 14 julho** – Corta-Mato – Parque Ribeirinho
- **Dia 21 setembro** – São Miguel/ Tarouca
- **Dia 6 outubro** – Santa Helena
- **Dia 10 novembro** – Trail do Sino e da Castanha

6. INSCRIÇÕES

VALOR, PRAZO E VALIDADE

- As inscrições para os atletas da competição, respeitando o prazo e valor de taxa de inscrição indicado no regulamento específico, devem ser efetuadas de forma individual no valor de:
 - Pack 10 € inscrição nas 5 provas. Excluimos deste pagamento a prova Trail do Sino e da Castanha.





- 3€ até às 24 horas de 4ª feira anterior a cada prova. Excluimos deste pagamento a prova Trail do Sino e da Castanha.

- A inscrição é feita no site <https://stopandgo.net/> bem como o respetivo pagamento;
- Às 14 horas de 5ª feira anterior a cada jornada será colocado no site <https://www.andatarouca.taroucaeventos.pt/> e <https://stopandgo.net/> a listagem geral de inscritos. Compete aos atletas individuais a verificação dos dados constantes nessa lista, dispondo até às 14 horas de 5ª feira anterior à realização do evento para apresentar correções, reclamações ou desistências através do email andatarouca.desafio@cm-tarouca.pt
- No dia da prova não serão realizadas quaisquer alterações ou inscrições;

6.1 DORSAIS

- A inscrição é obrigatória para cada atleta, o qual permite a participação, classificação e controlo de presença nas provas incluídas no calendário do “**Anda Tarouca 4º edição – o desafio**”;
- Todos os atletas têm de se inscrever até as 24 horas de 4ª feira anterior a cada prova. A inscrição é feita no site <https://stopandgo.net/>. No qual lhe será atribuído um dorsal para cada prova;
- O dorsal deverá ser afixado obrigatoriamente na frente do corpo e de preferência no peito, com recurso aos 4 alfinetes fornecidos no “**Kit de Participação**” ou qualquer outro dispositivo de fixação, pertença do atleta, que permita o transporte seguro e visível em permanência, sem dobrar, cortar ou ocultar qualquer logótipo ou etiqueta de código de barras (necessária para controlo de partida, percurso e chegada) nele existente;
- No dia anterior da prova serão facultados os dorsais nas Piscinas Municipais Cobertas de Tarouca para os atletas inscritos na prova;
- O “**Kit de Participação**” será entregue ao próprio atleta, mediante apresentação de documento de identificação válido, no secretariado da prova, aberto 2 horas antes do início de cada prova;



7. CLASSIFICAÇÃO POR PROVA

Cada prova terá dois tipos de classificação – **Individual (Geral e Escalões)**.

As classificações serão elaboradas, por prova, de forma provisória, permitindo a sua disponibilização na página web da prova.


As classificações tornam-se definitivas 7 dias após a realização de cada jornada e esgotado o prazo indicado no **Ponto 13** para protestos / reclamações.

CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL (GERAL E ESCALÕES) POR PROVA

Para efeito da classificação individual por prova será considerada a ordem geral de chegada (masculinos e femininos) e por escalão, sendo atribuída pontuação segundo a seguinte tabela:

Classificação Geral

Classificação	Pontos	Classificação	Pontos
1º	30	14º	12
2º	27	15º	11
3º	24	16º	10
4º	22	17º	9
5º	21	18º	8
6º	20	19º	7
7º	19	20º	6
8º	18	21º	5
9º	17	22º	4
10º	16	23º	3
11º	15	24º	2
12º	14	25º	1
13º	13		





Classificação por escalão

Classificação	Pontos	Classificação	Pontos
1º	10	6º	5
2º	9	7º	4
3º	8	8º	3
4º	7	9º	2
5º	6	10º	1

8. CLASSIFICAÇÃO FINAL

Para constarem da classificação final do “Projeto Anda Tarouca 2024 – o desafio os atletas devem apresentar um mínimo de 3 pontuações no conjunto das provas que constam do calendário indicado no **Ponto 5**.

CLASSIFICAÇÃO FINAL INDIVIDUAL – GERAL E ESCALÕES

Para a classificação final serão consideradas as pontuações que o atleta realizou em cada prova. Contam para esta classificação todos os escalões previstos no **Ponto 4**.

Fórmula de desempate

Em caso de empate individual o desempate far-se-á a favor do(a) atleta que:

- Tenha participado no maior número de provas;
- Se classifique à frente o maior número de vezes;
- Que obtenha a melhor classificação numa das provas;
- Que no total dos confrontos diretos some o menor tempo;
- Seja o mais velho.





9. PRÉMIOS

Classificação final

Geral Individual – Prémio aos 3 primeiros classificados, masculinos e femininos, da Geral

1º classificado – 1 noite para duas pessoas com tudo incluído no **Douro Cister Hotel**

2º classificado – 1 fim de semana nos Bungalows da Santa Helena - Tarouca

3º classificado – 10 entradas nas Piscinas cobertas/descobertas e 10 bilhetes para o cinema – Auditório Adácio Pestana.

Escalões Individual

Prémio aos 3 primeiros classificados de cada escalão;

10. ORGANIZAÇÃO

A organização de cada jornada do **Projeto Anda Tarouca 2024 – o desafio** está a cargo da Câmara Municipal de Tarouca a qual assegura:

- Marcação dos percursos com reforço das marcas existentes nos PR;
- Pontos de abastecimento líquido adaptados à distância, clima e dureza da prova e à chegada (para todos os participantes);
- Gestão de inscrições, secretariado, partidas e controlo de chegadas;
- Serviço ambulatorio durante as provas (não obrigatório);
- Obtenção de autorizações para utilização da via pública;
- Parecer da PSP/GNR, bem como assegurar o serviço de policiamento no decorrer da prova;
- Autorização de utilização de via pública, respeitando os prazos e demais procedimentos segundo o disposto no Decreto-lei n.º. 2-A/2005 de 24 de Março.





11. DIVULGAÇÃO

A divulgação das várias provas do “**Projeto Anda Tarouca 2024 – o desafio**” será da responsabilidade da Câmara Municipal de Tarouca e seus parceiros organizativos, através das respetivas páginas web e redes sociais;

Na página da internet constará:

- Normas de Participação do **Projeto Anda Tarouca 2024 – o desafio**;
- Calendário da época 2024;
- Regulamento e percursos de cada jornada;
- Classificações (gerais e prova a prova);
- Outras informações de relevo;

Qualquer contacto com a organização deverá ser efetuado através dos contactos e-mail e telefónicos indicados no **Ponto 16** deste regulamento, não sendo válida qualquer outra via de comunicação, nomeadamente através das redes sociais da autarquia ou seus parceiros.

12. DEVERES E DIREITOS DOS PARTICIPANTES

Deveres do Participante

1. Os participantes têm por dever pautar a sua conduta pelos valores do Espírito Desportivo. Atitudes ou ações que se entendam por em causa esta conduta podem levar à aplicação de sanções desportivas, como a desclassificação na prova e/ou exclusão do **Projeto Anda Tarouca 2024 – o desafio**. Os participantes têm a obrigação individual de garantir que o seu dorsal está corretamente colocado – fixo no peito de forma visível, com recurso a 4 alfinetes ou outro dispositivo próprio;
2. A Organização procurará controlar o trânsito automóvel à passagem dos atletas. Contudo, o mesmo poderá não ser totalmente interrompido por razões de força maior, pelo que os atletas deverão sempre circular pela direita e, tanto quanto possível, encostados à berma e os caminheiros adotar uma conduta de peões na via pública (circular na berma, pelo lado esquerdo da estrada, de frente para o trânsito automóvel);



3. Os participantes, ao inscreverem-se no **Projeto Anda Tarouca 2024 – o desafio**, assumem reunir as necessárias condições de saúde e a correta gestão do seu esforço nas jornadas previstas neste calendário;

Direitos do Participante

5. Os atletas têm o direito à participação nas jornadas para as quais efetuarem a sua inscrição dentro dos prazos previstos neste regulamento (ver **Ponto 6.1.**);
6. A Organização garante assistência aos participantes através de meios de primeiros socorros destacados para o efeito. Caso haja necessidade de continuidade do atendimento médico de emergência este será efetuado no Serviço Nacional de Saúde, sob a responsabilidade do mesmo;
7. Todos os participantes encontram-se cobertos por um seguro de Acidentes Pessoais, conforme previsto no D.L. 10/2009.

13. PROTESTOS

Os participantes individuais ou clubes, estes através do seu delegado, poderão efetuar reclamações sobre ocorrências de cada jornada, junto do secretariado, em impresso próprio, até ao encerramento de cerimónia de entrega de prémios, ou via e-mail, no prazo máximo de 72 horas a contar da hora de abertura do secretariado da jornada em que apresenta protesto.

14. CEDÊNCIA DOS DIREITOS DE IMAGEM

Ao efetuar a sua inscrição o participante autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, à Câmara Municipal de Tarouca e seus parceiros na organização do **Projeto Anda Tarouca 2024 – o desafio**, dos direitos de utilização da sua imagem tal como captada nas filmagens ou fotografias que terão lugar durante as provas, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

15. CASOS OMISSOS

Todos os casos omissos serão analisados pela Organização, membros da comissão técnica e serviços técnicos da Câmara Municipal de Tarouca, tendo como base o presente documento, o regulamento de prova, bem como o Regulamento Geral de Atletismo da Federação Portuguesa de Atletismo.



16. CONTACTOS

Email- andatarouca.desafio@cm-tarouca.pt

Telefone - 254 677 633

Piscinas Municipais cobertas de Tarouça: 9h as 17:30 segunda a sexta-feira

ANDA 4ª EDIÇÃO
TAROUÇA
O DESAFIO
MARÇO A NOVEMBRO

A CORRER OU A ANDAR
SAIS SEMPRE A GANHAR!!!


SCAN ME

andatarouca.taroucaeventos.pt 