



**CORRIDA INTERMUNICIPAL SOLIDÁRIA  
APPDA VILA DO CONDE / PÓVOA DE VARZIM**

# **NORMAS ORIENTADORAS**



**VAMOS CORRER PELAS PESSOAS COM AUTISMO, POR ELES, POR TODOS  
CORREMOS JUNTOS**

**10 DE MAIO DE 2025**

ORGANIZAÇÃO:



CÂMARA MUNICIPAL  
DE VILA DO CONDE



Póvoa de Varzim  
CÂMARA MUNICIPAL



# NORMAS ORIENTADORAS

## CORRIDA INTERMUNICIPAL SOLIDÁRIA APPDA VILA DO CONDE E PÓVOA DE VARZIM

**Autismo**

**Crianças, jovens e adultos**

**Duas cidades**

**Pelas pessoas com Autismo, pela sua família e por todas as pessoas em geral**

### 1. ORGANIZAÇÃO

A Corrida Intermunicipal Solidária APPDA Vila do Conde / Póvoa de Varzim é organizada pela Câmara Municipal de Vila do Conde, pela Câmara Municipal da Póvoa de Varzim e pela FRICON, contando com o apoio de diversos parceiros locais. Este evento tem como principal objetivo angariar fundos para a Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS) “APPDA Vila do Conde e Póvoa de Varzim”, promovendo, simultaneamente, a prática desportiva e o bem-estar físico e mental de todos os participantes.

### 2. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

Os atletas deverão estar cientes das distâncias e dos desafios das provas, encontrando-se fisicamente e mentalmente preparados. Deverão saber gerir possíveis dificuldades, tais como fadiga, problemas digestivos, dores musculares e articulares, bem como pequenas lesões.

- **Corrida Kids** (com autorização parental):
  - ✓ Traquinas: Nascidos 2018 - 2019 - **350m**
  - ✓ Benjamins A: 2016 - 2017 - **600 m**
  - ✓ Benjamins B: 2014 - 2015 - **800 m**
  - ✓ Infantis: 2012 - 2013 - **1000 m**
  - ✓ Juvenis: 2010 - 2011 - **1200 m**
- **Caminhada Kids 500m** (com autorização parental):
- **Corrida 10km:** Participantes com idade igual ou superior a 18 anos:
  - ✓ Seniores (Masc./Fem.)
  - ✓ Veteranos 35 (Masc./Fem.)
  - ✓ Veteranos 45 (Masc./Fem.)
  - ✓ Veteranos 55 (Masc./Fem.)
  - ✓ Veteranos 65 (Masc./Fem.)
- **Caminhada 5km:** Todas as idades. Menores de idade acompanhados por um adulto ou com autorização parental

### 3. DESCRIÇÃO DA PROVA

As provas irão decorrer no dia **10 de maio** (sábado), nos seguintes horários:

- **Corrida Kids:** 09h00 – Partida e Chegada na Av. Júlio Graça, Vila do conde;

- **Corrida 10km:** 10h00 - Partida: na Av. Júlio Graça, Av. do Castelo vira em direção a norte pela na Brasil, continuando até à Biblioteca Diana Bar, na Póvoa de Varzim, faz o retorno, e regressa pela marginal, pela av. do Brasil, Av. do Ferrol até à meta na Av. júlio Graça.
- **Caminhada Kids 500m:** 10h05 – Av. Júlio Graça;
- **Caminhada 5km:** 10h15 – Av. Júlio Graça, Av. do Ferrol ao retorno no Memorial aos Náufragos, faz o retorno e volta até à Av. júlio Graça.

A organização contará com membros estrategicamente posicionados ao longo do trajeto, para garantir o apoio e fiscalização, assegurando que o evento decorra de forma tranquila e organizada. Todos os participantes deverão seguir rigorosamente as orientações da equipa de organização, respeitando as regras de segurança e as indicações fornecidas durante todo o percurso.

#### 4. INSCRIÇÃO NO EVENTO:

As inscrições serão efetuadas online através do website: [Stopandgo](http://Stopandgo)

- **Corrida e Caminhada Kids:** Gratuito
- **Corrida 10km:** 10€
- **Caminhada 5km:** 5€

Nos termos da legislação em vigor a emissão da fatura deverá ser solicitada para o email [appda.vdc.pvz@gmail.com](mailto:appda.vdc.pvz@gmail.com) o mais tardar até ao quinto dia útil seguinte ao dia do pagamento fornecendo-nos para o efeito o número de contribuinte fiscal.

#### 5. KIT DE PARTICIPAÇÃO:

- Saco mochila;
- T-shirt:  
(Os tamanhos das t-shirts serão distribuídos conforme os pedidos efetuados no balcão, no momento de recolha do kit. O stock de t-shirts é distribuído mediante a disponibilidade. Caso se verifique rutura de stock em algum tamanho a organização proporá ao participante um tamanho alternativo);
- Medalha de participação;
- Água e snacks.

**6. RESPONSABILIDADES:** Cada participante é responsável pela sua saúde e estado físico durante a corrida. A organização não se responsabiliza por qualquer acidente ou incidente que ocorra antes, durante ou após o evento. Em caso de necessidade de assistência médica, a organização disponibilizará equipas de apoio.

**7. UTILIZAÇÃO DO DORSAL:** O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deverá ser usado na parte frontal do corpo, preferencialmente à altura do peito. Qualquer alteração no dorsal resultará na desclassificação do participante.

**8. REGRAS DE CONDUTA DESPORTIVA:** Quaisquer comportamentos inapropriados, incluindo linguagem ofensiva e atos de agressão de qualquer natureza, serão punidos com advertência, expulsão ou desqualificação. Todos os participantes têm o dever de preservar o meio ambiente, garantindo que não deixem lixo ao longo do percurso.

**9. TEMPOS E CLASSIFICAÇÕES:** A cronometragem e as classificações estarão a cargo da empresa responsável pelo sistema de cronometragem, sendo posteriormente divulgadas no site oficial da prova. As provas de 10 km e caminhada 5 km terão uma duração máxima de 2 horas.

(Nota: Quaisquer reclamações relativas à classificação deverão ser apresentadas por escrito, no prazo máximo de 60 minutos após a chegada do último atleta).

**10. KIT DE PARTICIPANTE:** Oferta de t-shirt a todos os participantes nas corridas Kids e 10Km. A distribuição dos tamanhos das t-shirts será feita no momento da recolha do kit, conforme a disponibilidade em stock. Caso se verifique rutura de stock em determinado tamanho, a organização proporá um tamanho alternativo. Nota: A organização não recolherá informação sobre o tamanho da t-shirt no momento da inscrição.

#### **11. LEVANTAMENTO DO DORSAL**

O levantamento dos dorsais será efetuado no Pavilhão de Desportos de Vila do Conde, R. Dom Sancho I 3, 4480-876 Vila do Conde no dia 9 de maio das 10:00 às 12:30 e das 14:00 às 19:00 e no dia 10 de maio, dia da Prova das 8:00 às 9:30.

Para levantar os dorsais os participantes deverão apresentar:

- Confirmação da inscrição com o número de dorsal;
- Documento de identificação pessoal (CC, BI ou Carta de Condução).

#### **12. PROTEÇÃO DE DADOS**

Os dados pessoais recolhidos durante o processo de inscrição serão tratados de forma segura e utilizados exclusivamente para a gestão do evento, nomeadamente:

- Validação do seguro nominal de cada participante;
- Criação da lista de inscritos;
- Elaboração das tabelas de classificação.

Adicionalmente, os participantes poderão receber informações relevantes sobre o evento e comunicações futuras. Caso pretendam exercer o seu direito de acesso, retificação ou remoção dos seus dados, deverão enviar um e-mail para: [geral@stopandgo.net](mailto:geral@stopandgo.net)

**13. DIREITOS DE IMAGEM:** O evento poderá ser filmado e fotografado. Ao se inscrever, o participante autoriza o uso da sua imagem em materiais de divulgação, sem necessidade de pagamento adicional.

**14. ALTERAÇÕES AO REGULAMENTO:** A organização reserva-se o direito de alterar o presente regulamento, sempre que necessário, mediante aviso prévio aos participantes, seja por email ou por meio de comunicação nas redes sociais.

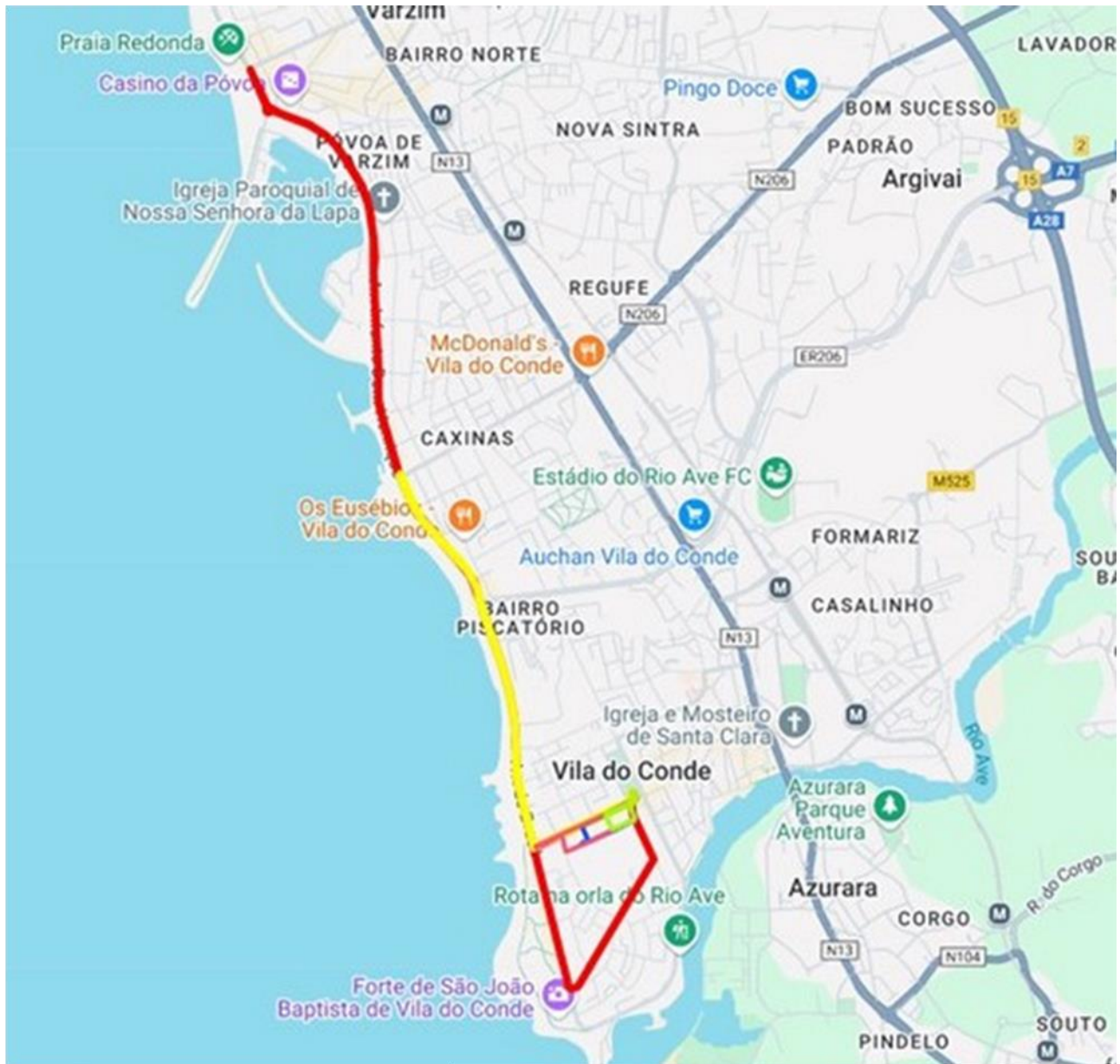
Ao inscrever-se na corrida, o participante confirma que leu, compreendeu e aceita as condições estabelecidas neste regulamento, isentando a organização de qualquer responsabilidade por danos causados antes, durante ou após o evento.

**15. PRÉMIOS:** Entrega de um troféu ao 1º, 2º e 3º classificado da corrida de 10Km e entrega de uma medalha a todos os participantes na corrida Kids.

**16. DISCIPLINA:** Os atletas devem ser disciplinados durante seu desempenho e efetuar a sua prova apenas pela faixa de rodagem do sentido da prova. Haverá diversos controladores durante o decorrer da prova e devidamente espalhados pelo percurso; serão desclassificados todos os atletas que de qualquer forma no decorrer do percurso, tentem prejudicar outros atletas, saiam do percurso estabelecido ou recebam qualquer apoio extra fora dos locais estabelecidos pela organização.

**17. SEGURO:** A organização, ao abrigo do estabelecido pela lei, fará um seguro de acidentes para todos os atletas, devendo estes no ato da inscrição mencionar se têm ou não seguro desportivo.

# PERCURSOS



## Percursos

-  10000
-  Caminhada 4700
-  300
-  600
-  800
-  1200
-  Caminhada Autista 489