

DIA DA FAMÍLIA

Caminhada ou Corrida com Atividades Lúdicas

REGULAMENTO

1 APRESENTAÇÃO

Evento a realizar no âmbito do projeto "MAIS Lezíria", com o objetivo de celebrar o "Dia Internacional da Família" através de uma atividade mobilizadora de famílias e amigos – Corrida/caminhada e atividades lúdico-desportivas.

2 DATA, LOCAIS E HORÁRIOS

- Dia 19 de Maio de 2024 (domingo);
Parque Biológico e Ambiental de Azambuja - Estrada Nacional 366 –Aveiras de Baixo: GPS – 39.101052/-8857459
- **Concentração** – 09h30
- **Partida** - 10h00 (em simultâneo nos 11 Municípios da CIMLT).

3 ORGANIZAÇÃO

CIMLT (Comunidade Intermunicipal da Lezíria do Tejo) em conjunto com os onze Municípios associados – Almeirim, Alpiarça, Azambuja, Benavente, Cartaxo, Chamusca, Coruche, Golegã, Rio Maior, Salvaterra de Magos e Santarém.

4 CONSTITUIÇÃO EQUIPAS/FAMÍLIA

Nº Mínimo: 2 elementos

Nº Máximo: ilimitado

- **Obrigatoriedade de grau de parentesco** (PAI, MÃE, IRMÃOS, FILHOS, AVÓS, TIOS, PRIMOS, SOBRINHOS, AFILHADOS, PADRINHOS, CUNHADOS, ENTEADOS, NAMORADOS...);
- Escalão único, inter-geracional e aberto a todas as idades e géneros.

5 PERCURSOS/DINÂMICA DA PROVA

- Concentração/partida/transições e chegada em local a definir pelos Municípios;
- Percurso circular (anexo 1) com cerca de 1,7 km definido pelos diferentes Municípios;

Distribuição das equipas pelos percursos (exemplo):

PERCURSO 1	Equipa define o número de elementos
PERCURSO 2	Equipa define o número de elementos
PERCURSO 3	Equipa define o número de elementos
PERCURSO 4	TODOS OS ELEMENTOS DA EQUIPA

Dinâmica da prova:

- A equipa define quantos elementos efetuam cada volta ao percurso e são livres de escolher se querem fazer uma volta ou as 4 voltas;
- A última volta tem de ser efetuada por todos os elementos da equipa/família;
- Ao longo do percurso haverá atividades lúdicas e desportivas para participação facultativa. Os participantes deverão utilizar t-shirts oficiais do evento (T-shirts MAIS Lezíria, cedidas pela Organização).

6 INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

- Inscrições gratuitas, mas obrigatórias, até ao dia 14 de maio;
- Não serão permitidas inscrições no próprio dia. Exclusivamente online através do link disponível na notícia. Informações no balcão do Complexo de Piscinas de Azambuja ou desporto@cm-azambuja.pt / 96 189 027 8
- **Levantamento de Kits de participação:**
No Complexo de Piscinas de Azambuja - Dia 17 de Maio de 2024 (das 17h00 até às 20h30) ou 18 de maio (das 9h00 às 16h00) – Levantamento no próprio dia até das 9h30 às 10h00

7 PRÉMIOS E KIT

- Lembrança para a família mais numerosa;
 - Lembrança para o participante mais novo e mais sénior.
- KIT:** t-shirts para os elementos da equipa/família: (tamanhos S, M, L, XL, 12-14 anos e 7-8 anos)

8 CLASSIFICAÇÕES

Por se tratar de uma prova com um cariz muito específico, cujo grande objetivo é unir as famílias e amigos, celebrando o "Dia Internacional da Família" através do convívio em toda a Lezíria do Tejo e estimulando, simultaneamente, a integração social, a promoção da saúde e a melhoria da qualidade de vida, incentivando a participação de todos, incluindo crianças, idosos e pessoas com deficiência, valores estes que estão na génese de todo o projeto "MAIS Lezíria", esta não é uma prova competitiva e não haverá lugar a classificações.

9 SEGURO

A organização fará um seguro desportivo nominal a todos os participantes, mediante a inscrição com nome completo, data de nascimento e NIF.

10 CASOS OMISSOS

Serão resolvidos pela organização, com base nos pressupostos que estão na gênese do evento.

1 Anexo: Mapa do percurso

