

XIIª EDIÇÃO DA CORRIDA DA LIBERDADE 2020

“MEIA MARATONA INTERNACIONAL DA CIDADE DA PRAIA”

REGULAMENTO

➤ **INFORMAÇÕES BÁSICAS**

- ✓ Nome do evento: **XIIª Edição Corrida da Liberdade & Meia Maratona Internacional da Cidade da Praia – 2020**
- ✓ Data: **13 de Janeiro de 2020 (2ª Feira), a partir das 09 horas.**

NORMAS GERAIS DA PROVA

➤ **PROVAS**

1. Meia Maratona (21km)
2. Corrida de 10km
3. Corrida Escolar (Escolas Secundárias por equipa) - 4km
4. Desporto Adaptado – Cadeirantes (100m)
5. Caminhada (4km)

➤ **CATEGORIAS**

As Categorias para a Corrida da Liberdade 2020, ficam definidas conforme quadro seguinte:

DISTÂNCIAS	CATEGORIAS	IDADES (a data da prova)
21 KM	MASCULINO	18 anos completos a data da corrida
	FEMININO	18 anos completos a data da corrida
10 KM	ABERTA MASCULINO	18 anos completos a data da corrida
	ABERTA FEMININO	18 anos completos a data da corrida
	T46/SURDO MASCULINO	18 anos completos a data da corrida
4 KM	CORRIDA ESCOLAR (Escolas Secundarias por equipas)	De 15 a 17 anos completos a data da corrida
	CAMINHADA	Todas as Idades
DESPORTO ADAPTADO	CADEIRANTES MASCULINO	Todas as Idades
	CADEIRANTES FEMININO	Todas as Idades

➤ INSCRIÇÕES

CONDIÇÕES DE INSCRIÇÃO

1. Todos os cidadãos que possuem um documento de identificação válido, de qualquer nacionalidade e que corresponda a idade elegível para se inscrever.
2. Preencher corretamente o respetivo formulário de inscrição.
3. Os participantes **não** podem inscrever-se em mais do que uma prova.

FORMAS DE INSCRIÇÃO

1. Podem inscrever-se on-line ou presencial.
2. É dada por encerrada a inscrição quando o número limite de vagas para cada prova for atingida.

DATA DE INSCRIÇÃO

PROVA	DATA	LOCAL
Meia Maratona, 10 Km, Corrida Escolar e Desporto Adaptado	Até 10 de Janeiro 2020	Federação Cabo-verdiana de Atletismo, no Gimno Desportivo de Chã D'Areia.
Caminhada	Até 10 de Janeiro 2020	Câmara Municipal de Praia – frente a Praça “Alexandre Albuquerque”

INSCRIÇÃO ON-LINE

1. Aceder ao website: <https://corridaliberdade.org/> e seguir as instruções.
2. Para o levantamento do dorsal e chip de cronometragem os participantes devem apresentar cópia da mensagem de confirmação da inscrição e o respetivo documento de identificação.

INSCRIÇÃO PRESENCIAL

1. Podem inscrever-se na sede da Federação Cabo-verdiana de Atletismo, sita no Gimno Desportivo de Chã D'Areia, durante as horas normais de expediente, mediante apresentação do documento de identificação.
2. Para o levantamento do dorsal e chip de cronometragem, os participantes devem apresentar o recibo de inscrição e o respetivo documento de identificação.

LEVANTAMENTO DOS DORSAIS E CHIPS DE CRONOMETRAGEM

PROVA	DATA	LOCAL
Meia Maratona, 10 Km, Corrida Escolar e Desporto Adaptado	10, 11 e 12 de Janeiro 2020	Federação Cabo-verdiana de Atletismo, no Gimno Desportivo de Chã D'Areia.
Caminhada	10, 11 e 12 de Janeiro 2020	Câmara Municipal de Praia – frente a Praça “Alexandre Albuquerque”

Caso o levantamento for realizado por um representante este deverá apresentar o recibo de inscrição e o respetivo documento de identificação.

➤ **PARTIDA**

1. A Partida acontecerá no largo da Avenida Amílcar Cabral, junto a Praça Alexandre Albuquerque e será sequencialmente da seguinte forma:

- ✓ 9h00 – Idosos;
- ✓ 9h10 – Corrida Jovem Escolar;
- ✓ 9h15 – Meia-Maratona e Corrida 10 KM;
- ✓ 9h20 – Caminhada.

2. Os atletas deverão estar pelo menos meia hora antes no local da Partida.

➤ **PREMIAÇÃO**

1. Os atletas serão classificados de acordo a ordem de chegada e premiados de conformidade com a tabela abaixo estabelecida.
2. Serão atribuídos outros prémios especiais em reconhecimento aos atletas veteranos masculinos (40 anos e +) e femeninos (35 anos e +), nas corridas de 10 km e 21 km respectivamente, conforme o especificado na tabela:

CATEGORIAS PRÉMIOS	MEDALHA	TAÇA	MONETÁRIO	MEDALHA DE PARTICIPAÇÃO
Meia Maratona Masculino e femenino	3 primeiros Classificados	Primeiro Classificado	12 Primeiros Classificados	Primeiros 80 a Cortar a Meta
Corrida 10 Km masculino e femenino	3 primeiros Classificados	Primeiro Classificado	5 Primeiros Classificados	Primeiros 300 a Cortar a Meta
Corrida 10 Km T46/Surdo masculino	3 primeiros Classificados	Primeiro classificado	3 Primeiros classificados	

Cadeirantes Masculino e feminino	3 primeiros Classificados	Primeiro Classificado	3 Primeiros Classificados	Todos
Corrida Escolar (por equipas)	3 primeiros Classificadas	3 primeiros Classificadas	KIT DE MATERIAL DESPORTIVO PARA A ESCOLA.	Primeiros 120 a Cortar a Meta
OUTROS PRÉMIOS ESPECIAIS DE RECONHECIMENTO A SEREM ATRIBUÍDOS				
Meia Maratona Veteranos masculino e feminino	3 primeiros Classificados	Primeiro Classificado	*****	*****
Corrida 10 Km Veteranos masculino e feminino	3 primeiros Classificados	Primeiro Classificado	*****	*****
Corrida Escolar masculino e feminino (Individual)	3 primeiros Classificados	Primeiro Classificado	*****	*****

PRÉMIOS MONETÁRIOS

- Os Prémios Monetários nas diferentes provas masculino e feminino serão de conformidade com a tabela estabelecida e de acordo com a classificação dos atletas nas provas.
- Os atletas elegíveis a receberem prémios monetários, devem fornecer a Organização no dia da prova as informações detalhadas de identificação, contacto, NIF e número de Conta Bancária para efeitos de transferência.

CORRIDA DA LIBERDADE 2019		
PREMIADOS	CATEGORIA	PRÉMIO MONETÁRIO
1º	21 km MASCULINO E FEMININO	150.000,00
2º	21 km MASCULINO E FEMININO	100.000,00
3º	21 km MASCULINO E FEMININO	50.000,00
4º	21 km MASCULINO E FEMININO	30.000,00
5º	21 km MASCULINO E FEMININO	20.000,00
6º	21 km MASCULINO E FEMININO	15.000,00
7º	21 km MASCULINO E FEMININO	10.000,00
8º	21 km MASCULINO E FEMININO	7.000,00
9º	21 km MASCULINO E FEMININO	6.000,00
10º	21 km MASCULINO E FEMININO	5.000,00
11º	21 km MASCULINO E FEMININO	4.000,00
12º	21 km MASCULINO E FEMININO	3.000,00

1º	10km MASCULINO E FEMININO	20.000,00
2º	10km MASCULINO E FEMININO	15.000,00
3º	10km MASCULINO E FEMININO	10.000,00
4º	10km MASCULINO E FEMININO	5.000,00
5º	10km MASCULINO E FEMININO	3.000,00
1º	Desporto Adaptado T46/Surdo Masculino	20.000,00
2º	Desporto Adaptado T46/Surdo Masculino	15.000,00
3º	Desporto Adaptado T46/Surdo Masculino	10.000,00
1º	Desporto Adaptado – Cadeirantes Masculino e Feminino	10.000,00
2º	Desporto Adaptado – Cadeirantes Masculino e Feminino	7.000,00
3º	Desporto Adaptado – Cadeirantes Masculino e Feminino	5.000,00

➤ PERCURSO

1. A prova será realizada maioritariamente em asfalto.
2. A organização determinará vários pontos de controlo ao longo da prova da Meia Maratona, 10 Km e Corrida Escolar, onde todos os participantes terão de passar obrigatoriamente (se houver falta de registo nestes pontos, o resultado e o respetivo lugar podem não ser considerados).
3. Não é permitido encurtar ou desviar-se do percurso original, caso algum participante errar no percurso, este deverá retomar-lho no mesmo local onde aconteceu o erro.
4. Cada participante receberá um **“dorsal e um chip”** que devem ser devidamente colocados antes da prova. O dorsal no peito e o chip em um dos afiadores das sapatilhas.
5. O **dorsal e o chip** não podem ser trocados, danificados ou extraviados, sendo de uso obrigatório durante todo o percurso da corrida e ao cortar a Meta, isto sob pena de desqualificação.
6. Se algum participante tiver dificuldade na colocação do chip deve procurar a Organização.

➤ CONTROLE ANTI-DOPING

1. A Organização juntamente com a ONAD-CV irá efetuar controlos anti-doping nas provas da Meia Maratona e a Corrida 10Km de acordo as disposições pré-estabelecidas pela ONAD-CV.
2. Os participantes são obrigados a apresentar-se para o controlo anti-doping caso forem convocados.

➤ **MEDIDAS DE SEGURANÇA**

1. A Organização fará um seguro geral do evento mas aconselha aos participantes a realização de um seguro específico do seu interesse.
2. A Organização garante apoio ao longo do percurso.
3. A Organização providenciará pontos de abastecimento de água e/ou arrefecimento a cada 4 km e na chegada.
4. Para a Meia Maratona será disponibilizado um ponto de abastecimento sólido aproximadamente no quilómetro 12.
5. É da inteira responsabilidade do atleta assegurar que esteja em boa condição física e de saúde para participar na prova.

➤ **INFORMAÇÕES GERAIS**

1. No dia da corrida não serão entregues dorsais nem chips.
2. Por razões de segurança, não será permitida a entrada no percurso das provas de familiares dos participantes, amigos e outras pessoas que não sejam da Organização.
3. A Organização reserva-se no direito de desqualificar qualquer participante que incorra em alguns dos itens do regulamento ou intente perturbar a ordem revelando um comportamento inadequado ou antidesportivo.
4. Os casos omissos a este regulamento serão resolvidos pela Organização.

XIIª EDIÇÃO CORRIDA DA LIBERDADE 2020

“CORRIDA ESCOLAR”

REGULAMENTO

CORRIDA ESCOLAR

➤ **NORMAS GERAIS**

- ✓ Aplica-se as do Regulamento Geral da Corrida da Liberdade 2020.

➤ **INSCRIÇÕES**

- ✓ As inscrições serão formalmente aceites mediante a entrega da ficha facilitada para o efeito devidamente preenchida e assinada pela Direção da Escola (uma equipa por cada escola);
- ✓ Cada equipa deverá ter um professor responsável indicando nome e contacto na ficha;
- ✓ A ficha de inscrição deve ir acompanhada da fotocópia do Bilhete de Identidade de cada atleta e ser entregue na sede da Federação Cabo-verdiana de Atletismo, no Gimno Desportivo de Chã D’Areia, durante as horas normais de expediente até 10 do corrente mês de janeiro;
- ✓ Os dorsais e os chips devem ser levantados com antecedência pelo professor responsável e mediante apresentação de identificação na sede da Federação Cabo-verdiana de Atletismo, no Gimno Desportivo de Chã D’Areia, até 12 do corrente mês de Janeiro;
- ✓ Cada equipa deverá participar com uniforme de educação física da Escola que representa ou camisola entregue pela organização.

➤ **FOMAÇÃO DA EQUIPA**

- ✓ As equipas deverão ser formadas por 10 alunos de cada escola, sendo 5 rapazes e 5 meninas com idades entre os 15 à 17 anos a data do evento.

➤ **PARTIDA**

- ✓ A Partida para a Corrida Jovem será as 9h10 (segunda partida) e as equipas deverão permanecer no espaço predefinido para os mesmos;
- ✓ No momento da partida cada escola deverá ter pelo menos 3 meninas e 3 rapazes presentes sob pena de desqualificação da equipa.

➤ **CLASSIFICAÇÃO**

- ✓ Individual: por ordem de chegada masculino e feminino;
- ✓ Por Equipa: mediante a chegada dos dois (2) primeiros rapazes e duas (2) primeiras meninas da mesma escola.

➤ **PREMIAÇÃO**

- ✓ Individual: 1º, 2º e 3º Classificados masculino e feminino – Medalha e Taça;
- ✓ Por Equipa: 1º, 2º e 3º Equipas Classificadas – Medalha para cada atleta, um Trofeu e um kit.

➤ **INFORMAÇÕES GERAIS**

- ✓ Na ficha de inscrição devem constar obrigatoriamente o nome completo, a data de nascimento, local de residência e o contacto do atleta;
- ✓ No dia da corrida não serão entregues dorsais nem chips;
- ✓ Na META, serão automaticamente desqualificados atletas sem “CHIP” ou dorsal ou com estes trocados;
- ✓ É da inteira responsabilidade do atleta assegurar que esteja em boa condição física e de saúde para participar na prova;
- ✓ A Organização reserva-se no direito de desqualificar qualquer competidor que incorra em alguns dos itens do regulamento ou intente perturbar a ordem revelando um comportamento inadequado ou antidesportivo;
- ✓ A Organização fara um Seguro Geral do evento, mas aconselha aos participantes a realização de um seguro específico do seu interesse;
- ✓ Os casos omissos a este regulamento serão resolvidos pela Organização.