

Regulamento – Corrida Dia do Pai 2022



1 – DATA E HORA DA REALIZAÇÃO

Realiza-se no dia 20 de março de 2022 pelas 9h00, na Cidade de Matosinhos, com partidas e chegadas na Av. Norton de Matos a 18ª Corrida Dia do Pai, na qual se integrará uma Mini/Caminhada com a distância de 5 km.

2 – A CORRIDA E CAMINHADA

Serão duas as corridas: uma caminhada na distância de 5 km destinada a todas as classes etárias e sem fins competitivos e uma corrida com distância de 10 km para atletas federados e não federados nascidos em 2004 e anteriores.

3 – OS PERCURSOS

Corrida 10 km:

Partida: Av. Norton de Matos, Praça da Cidade do Salvador (“Rotunda da Anémoma”), Rua Brito Capelo, Rua Sousa Aroso, Alameda Eugénio de Andrade, Av. D. Maria II, retorno, Av. D. Maria II, Rua Real de Baixo, Rua Sousa Aroso, Av. Dom Afonso Henriques, Av. Menéres, Rua Roberto Ivens, Av. Serpa Pinto, Av. Engenheiro Duarte Pacheco, Av. O Comércio de Leixões, retorno, Av. O Comércio de Leixões, Av. Serpa Pinto, Av. da República, retorno, Av. da República, Rua Roberto Ivens, Av. Norton de Matos: Meta

Caminhada 5 km:

Partida: Av. Norton de Matos, Praça da Cidade do Salvador (“Rotunda da Anémoma”), Rua Brito Capelo, Rua Sousa Aroso, Alameda Eugénio de Andrade, Av. D. Maria II, retorno, Av. D. Maria II, Rua Real de Baixo, Rua Sousa Aroso, Av. Dom Afonso Henriques, Av. Menéres, Rua Roberto Ivens, Av. Norton de Matos: Meta

4 – ORGANIZAÇÃO

É uma organização da Runporto.com, com sede na Rua António Silva Torres 128 4475-455 Nogueira da Maia, Portugal, com o apoio das seguintes entidades:

- Câmara Municipal de Matosinhos
- MatosinhoSport
- Associação de Atletismo do Porto
- Conselho Regional de Arbitragem da AAP
- Polícia de Segurança Pública
- Porto Antistress Clube



5 – ABASTECIMENTOS

Segundo as normas da I.A.A.F., haverá abastecimentos ao km 5 e no final, e caso seja necessário, em função da temperatura que se fizer sentir, os abastecimentos poderão aumentar.

6 – INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

6.1 – PREÇO DE INSCRIÇÃO:

Corrida | 10 km

- Até 31 de janeiro – 12,00€
- De 1 de fevereiro a 28 de fevereiro – 13,00€
- De 1 de março a 15 de março – 14,00€
- Última hora dias 18 e 19 de março – 15,00€ no Centro Comercial Alameda

Nota: Inscrições limitadas.

Caminhada | 5 km

- Até 31 de janeiro – 6,00€
- De 1 de fevereiro a 28 de fevereiro – 7,00€
- De 1 de março a 15 de março – 8,00€
- Última hora dias 18 e 19 de março – 10,00€ no Centro Comercial Alameda

Nota: Inscrições limitadas.

6.2 – Locais de inscrição

- Inscrições On-line em www.runporto.com
- Loja do Corredor – Rua Santa Luzia 808, 4250-415 Porto

6.3 – As inscrições são limitadas, a organização poderá a qualquer momento encerrar as inscrições.

6.4 – Os kits de participante serão entregues:

Centro Comercial Alameda:

- 18 de março das 10h00 às 24h00
- 19 de março das 10h00 às 24h00

Não serão entregues kits em nenhum outro momento para além dos designados anteriormente.

6.4.1 – Documentação necessária para levantamento do dorsal:

- Confirmação da inscrição com o número de dorsal.
- Documento de identificação pessoal, Bilhete de Identidade, Cartão de Cidadão ou Carta de Condução.



- Certificado Digital Covid-19 ou não tendo certificado os participantes podem apresentar um teste PCR nas 72h anteriores ou teste antigénio com resultado laboratorial nas 48h anteriores à data e hora do evento.

6.5 – Tendo em conta a segurança dos participantes não será permitida a participação de atletas em bicicletas, acompanhados por animais, skates ou patins.

6.6 – Nos termos da legislação em vigor a emissão da fatura deverá ser solicitada o mais tardar até ao quinto dia útil seguinte ao dia do pagamento fornecendo-nos para o efeito o número de contribuinte fiscal.

Informações: Tel. 220304726 (10h-19h), em www.runporto.com e geral@runporto.com.

6.7 – A organização poderá a qualquer momento suspender ou prorrogar os prazos ou ainda adicionar ou limitar o número de inscrições disponíveis em função das disponibilidades técnicas/questões de segurança ou necessidades estruturais, sem aviso prévio.

6.8 – As inscrições realizadas on-line têm 72 horas para efetuar o pagamento. Após estas 72 horas as inscrições ficam canceladas por falta de pagamento.

Todas as inscrições pagas após este período serão devolvidas com uma penalização de 1,50€ devendo ser reclamadas por e-mail para: geral@runporto.com até 30 dias após o evento. Ainda é possível concluir a inscrição, caso ainda não tenha sido atingido o limite máximo das inscrições e regularizando o pagamento do valor da inscrição à data da solicitação, sendo sempre necessário contacto direto com a organização para: geral@runporto.com.

Informações: Tel. 220304726 (10h-19h), em www.runporto.com e geral@runporto.com.

6.9 – A organização poderá a qualquer momento realizar campanhas promocionais que tenham influência direta ou indireta no preço da inscrição. Estas inscrições podem ter características especiais de fidelização do titular, locais de realização de inscrição e períodos onde a campanha esteja disponível.

6.10 – Extras – Durante o processo de inscrição poderão estar disponíveis alguns produtos e/ou serviços complementares à participação no evento. Estes produtos e/ou serviços, que serão cobrados à parte do valor da inscrição, estarão acessíveis de acordo com o stock disponível e com os prazos necessários para sua correta implementação.

7 – IDADES MÍNIMAS DE PARTICIPAÇÃO

Corrida | 10 km | Nascidos 2004 e anteriores | Hora: 9h00m

Caminhada | 5 km | Para todas as idades | Hora: 9h00m

8 – KIT de Participante

8.1 – Os kits de participante serão entregues única e exclusivamente nos locais e horários previstos no número 6 do presente regulamento.

8.2 – Caso o kit de participante inclua a oferta de uma t-shirts comemorativa do evento os tamanhos 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. A organização não solicita o tamanho pretendido na ficha de inscrição.

9 – ZONA DE CHEGADA

9.1 – A zona técnica na chegada do evento onde se realiza a receção aos atletas, será apenas acessível aos participantes que cumprirem o presente regulamento, e tal como previsto no número 15 do presente documento, tenham efetuado a totalidade do percurso da prova em que se inscreveram.

9.2 – Nesta zona de chegada será disponibilizado um abastecimento e podem ser entregues brindes comemorativos do evento. Caso estes brindes comemorativos tenham tamanhos, estes serão distribuídos conforme solicitados neste local sendo que o stock é distribuído mediante a disponibilidade. Caso se verifique rutura de stock em algum tamanho a organização proporá ao participante um tamanho alternativo.

9.3 – Esta é uma zona exclusiva dos participantes do evento e não será permitido o acesso de acompanhantes ou familiares.

10 – GUARDA-ROUPA

A organização ira colocar ao dispor dos participantes da corrida 10km um guarda-roupa. Junto ao local da chegada poderão ser depositados pelos participantes os seus sacos devidamente identificados pelos próprios e recolhidos mais tarde no mesmo local. Os sacos deverão estar identificados com o número do dorsal do participante. Não se guardam objetos avulso (ex: casaco, capacete, telemóvel, etc.)

A organização não assume qualquer responsabilidade pela eventual perda de bens.

11 – CLASSIFICAÇÕES

A Caminhada de 5 km não tem classificações, é uma corrida de puro convívio.

Corrida 10 km: Classificações individuais para atletas: geral masculinos e femininos.

Esta prova será cronometrada com o sistema eletrónico de alta precisão. Chip – Sistema eletrónico de deteção.

Todos os atletas inscritos na Corrida Dia do Pai 10 km devem utilizar o chip fornecido no kit do atleta. O chip encontra-se codificado para o atleta, é pessoal e intransmissível. A leitura do chip apenas ocorrerá se este for colocado conforme as instruções. A organização não se responsabiliza pela falha da apresentação de resultados resultante da má colocação do chip.

A organização desclassificará todos os atletas que efetuem a prova com: 1. Mais do que um chip 2. Um chip de outro atleta 3. Incorram em alguma das infrações previstas neste regulamento.

12 – DIPLOMA

Estará disponível no site www.runporto.com o diploma eletrónico para todos os participantes na Corrida Dia do Pai 10 km.



13 – JÚRI

O Júri da prova é da responsabilidade do Conselho Regional de Arbitragem da Associação de Atletismo do Porto.

14 – ACOMPANHAMENTO

14.1 – Assistência médica será colocada à disposição durante o percurso, partida e chegada da prova.

14.2 – Só poderão acompanhar as provas as viaturas que tenham identificação da organização e as viaturas da P.S.P.

15 – INFRAÇÕES

- Não efetuem o controlo de partida
- Não cumpram o percurso na sua totalidade
- Não levem o dorsal ao peito e bem visível durante a prova
- Falsifiquem qualquer elemento relativo à sua inscrição
- Corram com o dorsal em termos incorretos
- Não respeitem as instruções da organização
- Corram por cima dos passeios – quando não autorizados pela organização
- Sejam ajudados por terceiros
- Utilizem algum meio de transporte

16 – REGULAMENTOS

Os casos omissos no presente regulamento, serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

17 – RECURSOS

Apresentação de protestos - Qualquer reclamação terá de ser apresentada por escrito em papel timbrado do clube, ao júri da prova até 10 minutos depois de terminada a corrida, juntamente com a importância de €100,00 (Cem euros), a qual será devolvida se o protesto for deferido (de acordo com a normativa da IAAF, International Association of Athletics Federations e da FPA, Federação Portuguesa de Atletismo)

18 – SEGURO

A organização da Prova, fará um seguro desportivo nominal a todos os participantes de acordo com o regime jurídico de seguros desportivos obrigatórios – decreto lei nº10/2009.

Em caso de sinistro o atleta deverá contactar a organização do evento para que esta diligencie o encaminhamento para a seguradora. Para dar início a um processo é necessário que o atleta seja atendido pela equipa que faz o acompanhamento médico durante o evento, sem prejuízo de o atleta ser mais tarde encaminhado para outra unidade de emergência médica.

É reservada à seguradora a averiguação dos factos apresentados e respetiva atuação em conformidade no diferimento ou não do pedido de ativação do seguro.



19 – DURAÇÃO

A prova principal e a caminhada terão uma duração máxima de 2 horas.

20 – ACEITAÇÃO

20.1 – É reservado o direito à organização a aceitação das inscrições.

20.2 – Ao inscreverem-se, todos os participantes aceitam o presente regulamento e, em caso de dúvida ou surgimento de uma situação não contemplada no mesmo, devem informar a organização.

21 – CONTROLO ANTIDOPPING

Os participantes poderão estar sujeitos a efetuar uma análise de controlo de dopagem.

22 – PROTEÇÃO DE DADOS

Todos os dados recolhidos no processo de inscrição são mantidos e tratados de uma forma segura e destinam-se ao desenvolvimento natural do evento nomeadamente; validação do seguro nominal efetuado para todos os participantes no evento, lista de inscritos e elaboração de tabelas de resultados/classificações.

Adicionalmente serão enviadas informações importantes sobre a participação no evento bem como comunicações de eventos futuros.

Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais enviando e-mail para geral@runporto.com.

Mais informações sobre a política de privacidade em www.runporto.com.

23 – DIREITOS DE IMAGEM

O participante, ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada nas filmagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

24 – CANCELAMENTO, CEDÊNCIA E ALTERAÇÃO DA INSCRIÇÃO

24.1 – Cancelamento

Serão aceites pedidos de cancelamento de inscrição até dia 20 de fevereiro não havendo lugar a reembolso do valor da inscrição.

24.2 – Cedência

O pedido de cedência da inscrição a um terceiro participante tem de ser efetuado por e-mail para geral@runporto.com, através do mesmo endereço de e-mail que consta no login.

Os pedidos de cedência de inscrição serão aceites até dia 20 de fevereiro e estão sujeitos ao pagamento de uma taxa administrativa de 5€.



A cedência de inscrição não dá direito a qualquer reembolso à pessoa que cede a inscrição.

24.3 – Alteração

Serão aceites pedidos de alteração de prova dentro do programa da Corrida Dia do Pai (10k, 5k) até 20 de fevereiro, não havendo lugar a reembolso por parte da organização caso a inscrição a alterar seja mais cara do que a inscrição na prova pretendida.

Caso a prova pretendida tenha um valor superior a inscrição anteriormente efetuada, ao participante será solicitado o valor da diferença entre o preço da inscrição, à data deste pedido, e o valor pago.

25 – CANCELAMENTO DO EVENTO

O cancelamento do evento pode ocorrer derivado a fatores externos à organização: Catástrofes naturais, Greves, Manifestações, impossibilidade de usar as vias de circulação de trânsito, impossibilidade de usar telecomunicações, restrições do governo, nova legislação. Nestes casos a organização reserva-se no direito de nos 30 dias seguintes à data prevista para a realização do evento emitir um parecer acerca das ações a serem tomadas resultantes da gravidade do cancelamento.

PLANO DE SEGURANÇA – COVID-19

ANTES DA CORRIDA

1. AS INSCRIÇÕES

As inscrições para os eventos deverão ser todas realizadas online, através do site da organização.

No momento da inscrição, o candidato a participar na corrida deve obrigatoriamente responder a um formulário onde constem os dados pessoais e contactos: Nome, Nº Cartão Cidadão, Data Nascimento, Morada, E-mail, Contacto telefónico.

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

LEVANTAMENTO DOS DORSAIS E KIT DE PARTICIPANTE

A organização definirá como habitualmente um local para levantamento dos dorsais. Para que este momento ocorra com a devida segurança, a organização definirá as seguintes regras:



- As filas de acesso aos balcões deverão ter um corredor com 2 metros de largura, no qual estão assinalados distanciamentos de 2 metros entre as pessoas da fila (assinalado no chão). Todos os participantes são obrigados a cumprir a distância de segurança;
- Os balcões de atendimento ao público serão equipados com uma proteção de acrílico;
- O uso de máscara é obrigatório (e o uso de viseira facultativo) para os participantes e para os elementos da organização no momento do levantamento dos dorsais/sacos;
- Os elementos da organização que não apresentarem o Certificado Digital válido serão testados;
- Não serão aceites devoluções ou trocas de equipamento após o abandono do local de entrega dos dorsais/sacos.
- Verificar a realização dos testes necessários no caso de não apresentação do certificado Covid. Teste PCR nas 72h anteriores ou teste antigénio nas 48h anteriores. Os auto-testes não são válidos.
- Certificar a autenticidade dos certificados Covid através da APP Passe Covid.
<https://pplware.sapo.pt/smartphones-tablets/passe-covid-a-app-para-validacao-do-certificado-digital-covid-ue/>

NO DIA DA CORRIDA

1. CHEGADA AO LOCAL DO EVENTO

No dia do evento, a organização pretende que sejam executadas as seguintes recomendações.

- A organização aconselha que os corredores, ou outros, com tosse, febre, dificuldade respiratória, diarreia ou outros sinais/sintomas do COVID-19, não se desloquem até ao local da corrida: é um dever de cidadania a denúncia destas pessoas;
- Os elementos da organização e os participantes devem chegar ao local da corrida com as máscaras colocadas na face, cobrindo o nariz e a boca;
- Haverá controlo de temperatura obrigatório aos participantes e ao staff, previamente ao início da corrida, com termómetro contactless;
- Os sanitários portáteis existentes na zona de partida da corrida são lavados e desinfetados com muita frequência;
- Durante o aquecimento realizado antes da partida da corrida é obrigatório o uso de máscara. No entanto, aconselha-se algum distanciamento no sentido de evitar o contacto físico:
- Garantir a ausência de público colocando vaia metálicas nas zonas mais sensíveis como da partida e chegada.
- Será criada uma zona de isolamento localizada junto da partida e meta da corrida equipada com equipamento médico apropriado. Esta zona será utilizada para colocar todos os indivíduos que apresentem sintomas a aguardar confortavelmente pelo transporte e tratamento apropriados;
- Solicita-se a todos os participantes a maior atenção aos conselhos que serão frequentemente transmitidos pelo speaker da prova.

2. A PARTIDA



No momento da partida da corrida serão implementadas as seguintes normas alinhadas 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 participantes (mínimo 200 metros após a linha de partida).
- A abertura das câmaras de chamada para a partida da corrida será feita quando faltarem apenas 10 minutos para o tiro de partida. Segundo o Centro Europeu de Prevenção e Controlo das Doenças existe um maior risco de contágio quando uma pessoa infetada está a menos de 2 metros de distância por um período superior a 15 minutos. Caso contrário o risco é considerado baixo;
- Distanciamento físico: serão formadas separações intermédias para fracionamento de grupos de participantes.
- Os grupos de partida serão aumentados, possibilitando um maior distanciamento entre os participantes.
- 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.

3. DURANTE A CORRIDA

Depois da partida, a distância entre os participantes será maior. No entanto, mesmo durante a corrida, a organização definirá as seguintes regras:

- As máscaras poderão, sob responsabilidade individual, ser removidas quando houver distanciamento físico entre os participantes, mas nunca nos primeiros 200 metros (haverá indicação desta marca). Os participantes podem levar as máscaras num dos braços para no final, a 200 metros da meta, as voltarem a colocar no rosto;
- Os elementos de apoio no fornecimento de água garantem não estar infetados ou terem contactado com pessoas infetadas nos últimos 14 dias, assim como devem usar luvas, máscaras e viseiras; Estes elementos caso não tenham um Certificado Digital válido deverão ser testados;
- Os elementos de apoio médico e socorristas, os motociclistas e outros elementos de apoio à corrida garantem não estar infetados ou terem contactado com pessoas infetadas nos últimos 14 dias e devem usar luvas e máscaras/viseiras na abordagem das vítimas e/ou participantes;
- Todos os elementos da organização que não tenham o Certificado Digital válido deverão ser testados.

4. APÓS CORTAR A META

O local onde será instalada a meta da corrida também terá regras de segurança bastante restritas para evitar a aglomeração de participantes.

- Todos os participantes devem dispersar imediatamente, após passarem a linha da meta, com exceção dos que necessitarem de apoio médico;



- Os participantes que irão ao pódio serão orientados para área reservada e é obrigatório o uso de máscara;
- Não são permitidas entrevistas ou pequenos comentários à imprensa ou outro nos primeiros cem metros após a linha de chegada;
- Imediatamente após a passagem da linha da meta, os participantes irão receber novas as máscaras que devem ser logo colocadas;
- Os colaboradores para a entrega de medalhas ou outros produtos garantem não estar infetados ou terem contactado com pessoas infetadas nos últimos 14 dias e devem usar luvas e máscaras/viseiras;
- Todos os elementos da organização que não tenham o Certificado Digital válido deverão ser testados;
- Aconselha-se a audição das instruções do speaker da prova.

5. O PÓDIO

O momento da cerimónia de pódio também vai sofrer alterações ao seu normal protocolo.

- Todos os participantes na cerimónia do pódio, corredores ou entidades oficiais, devem usar máscara, mesmo no momento da receção da medalha ou outro prémio;
- Não são permitidos cumprimentos “clássicos” de felicitação (que envolvam contacto físico direto) no ato de entrega das medalhas;
- São permitidas fotos ou entrevistas com máscara se houver condições no local e com distanciamento mínimo de 2 metros entre corredor e o profissional de imagem/som ou outros;
- Os assistentes à cerimónia do pódio devem guardar algum distanciamento e é obrigatório o uso de máscara;
- Após a cerimónia do pódio e para proteção dos atletas, recomenda-se o respeito pelo seu espaço físico de segurança, não sendo permitidos contactos físicos para cumprimentos;
- As medalhas ou outros prémios devem estar desinfectados antes da sua entrega aos atletas.

6. A IMPRENSA

A interação entre os elementos da imprensa, os patrocinadores/parceiros e os atletas também será condicionada por normas segurança.

- Os repórteres de som e imagem devem respeitar o espaço físico de segurança dos corredores e de outros;
- É obrigatório o uso de máscara;
- Nas entrevistas gravadas, aconselha-se o uso de microfone extensível para minimizar o contacto;
- Os microfones devem ser previamente e regularmente desinfectados;
- Só são permitidas fotos ou gravações com corredores com máscara se houver distanciamento físico de pelo menos 2 metros;
- As entrevistas devem ocorrer em local próprio, afastado dos assistentes e familiares.



7. O REGRESSO A CASA

Os corredores, a imprensa, convidados e elementos da organização devem usar máscara até abandonarem o recinto do evento.

Depois de terminarem a prova, os participantes deverão abandonar o local do evento o mais rapidamente possível.

DEFINIÇÕES TÉCNICAS

ZONA DE ISOLAMENTO

- Espaço com luz natural, ou sistema de ventilação mecânica;
- Revestimentos lisos e laváveis (ex. não deve possuir tapetes, alcatifa ou cortinados);
- Cadeira ou marquesa (para descanso e conforto da pessoa enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM);
- Kit com água e alguns alimentos não perecíveis;
- Contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico);
- Solução antisséptica de base alcoólica - SABA (disponível no interior e à entrada desta área);
- Toalhetes de papel;
- Máscara(s) cirúrgica(s);
- Luvas descartáveis.

CERTIFICADO DIGITAL EU

O Certificado Digital COVID da UE visa facilitar a circulação segura e livre na União Europeia durante a pandemia de COVID-19, promovendo a não aplicabilidade de medidas e restrições adicionais impostas pelo país de destino aquando de uma viagem, nomeadamente procedimentos de testagem e quarentena/isolamento profilático obrigatório, exigidos à chegada ao país de destino.

O Certificado Digital COVID da UE abrange três tipos de certificados:

- certificados de vacinação: que comprova que a pessoa foi vacinada contra a COVID-19;
- certificados de testes: que comprova que a pessoa tem resultado negativo em teste molecular de amplificação de ácidos nucleicos (TAAN) – RT-PCR, RT-PCR em tempo real, Testes Moleculares Rápidos – para identificação de SARS-CoV-2;
- certificados de recuperação: que comprova que a pessoa teve COVID-19, mas que já recuperou da doença.

“Desde 18 de Junho de 2021 a apresentação de Certificado Digital EU dispensa a apresentação de comprovativo de realização de teste para despiste da infecção por SARS-CoV-2 por quem pretenda assistir ou participar em eventos de natureza cultural, desportiva, corporativa ou familiar.”

Esclarecimento solicitado e conformado pela Secretaria de Estado do Turismo.



Mais informações sobre Certificado Digital EU em:

<https://www.sns24.gov.pt/guia/certificado-digital-covid-da-ue/>

DIVULGAÇÃO DE INFORMAÇÃO

A organização compromete-se a fornecer informação, atempadamente e o mais detalhada possível aos seus colaboradores, habituais ou casuais de apoio ao evento.

MEDIDAS PREVENTIVAS:

- Se tens febre ou tosse, não tires a máscara e não corras;
- Se tens tosse, tosse para o cotovelo;
- Usa o lenço de papel uma vez, depois atira-o ao lixo e lava as mãos;
- Acena ao teu amigo, não lhe toques;
- Mantém o distanciamento físico de 2 metros;
- Só podes tirar a máscara após os 200 metros de corrida;
- Lava as mãos com sabão;
- Não toques na cara com as mãos;
- Evita tocar nas barreiras ou outras superfícies;
- Após a Meta, coloca a máscara e usa o gel de mãos;
- Medimos a temperatura dos participantes e do staff;
- Há álcool gel disponível para todos.

A TERMINAR

Participar nos eventos organizados pela Runporto é divertido e saudável.

A emergência da infeção pelo coronavírus (COVID-19) alterou por completo a postura social da humanidade e obrigou ao cancelamento dos eventos desportivos.

Esta oportunidade de assistir aos eventos e neles participar deve ser aproveitada com rigor, responsabilidade e excelência. Os hábitos de vida mudaram, assim como a participação nas corridas mudou.

A Runporto quer continuar a proporcionar corridas onde as pessoas se divirtam e se sintam seguras. As regras aqui referidas poderão ser consideradas rigorosas e restritivas, mas nada há mais de restritivo que a ausência da corrida.

A Runporto, os participantes e o pessoal auxiliar têm agora um novo desafio. Não basta chegar à meta. Agora, queremos chegar à meta vencedores, também sobre o vírus. A responsabilidade é de todos nós!

A segurança de todos é a nossa prioridade!

Documento redigido por:

Runporto.com

Equipa Médica