

CHALLENGE 3000 LEIRIA- ATLETISMO

Estádio Dr. Magalhães Pessoa- Leiria, 28 de maio de 2022

1. ORGANIZAÇÃO

O *Challenge 3000* é uma organização da Federação Portuguesa de Atletismo e da Associação de Atletismo de Leiria no âmbito das atividades do programa nacional de marcha e corrida.

2. PROGRAMA HORÁRIO

Hora	Desafio
19h45	Desafio 3000 (-18 minutos)
20h15	Desafio 3000 (-15 minutos)
20h45	Desafio 3000 (-12 minutos)

No Challenge 3000, os participantes, independentemente do género serão agrupados por desafios, de acordo com a tabela anterior.

No caso dos 3000 metros, aconselha-se aos atletas que, ao optarem pelos desafios, tenham em consideração o valor das suas melhores marcas em distâncias competitivas, conforme a tabela seguinte:

Desafio	Tempo (5km)	Tempo (10km)	Tempo 1/2 Maratona
Desafio (-15 minutos)	25.00	53.30	1.58.00
Desafio (-12 minutos)	20.45	43.00	1.35.00
Desafio (-10 minutos)	17.20	36.00	1.20.00

1 - NORMAS REGULAMENTARES

1.1. Poderão participar atletas do género masculino e feminino que se enquadrem numa das seguintes condições:

- 1.1.1. Sejam membros do Programa Nacional de Marcha e Corrida na presente época desportiva;
- 1.1.2. Estejam filiados na Federação Portuguesa de Atletismo;
- 1.1.3. Atletas não federados e que não pertencem ao PNMC, poderão participar mediante a aceitação do regulamento do evento (cláusulas existentes) no ato da inscrição.
- 1.1.4. Apenas se poderão considerar para efeitos de participação no evento os escalões a partir dos Juvenis (inclusive) e os demais, em virtude do Regulamento para provas jovens impedirem que atletas abaixo de juvenis façam os 3000 metros.

2. INSCRIÇÕES, SECRETARIADO E DORSAIS

2.1. A realização da atividade está dependente do número total de participantes inscritos:

- Mínimo: 50

2.1.1. As inscrições deverão ser realizadas através da plataforma

<https://www.fpacompeticoes.pt/1402/inscrever>, impreterivelmente até às 23:59 horas de quarta-feira, dia 26 de maio, de forma a ser efetuada a admissão de atletas.

2.2. A inscrição no challenge 3000 é gratuita e inclui um kit com um saco e um dorsal. O diploma individual e a tabela de intensidades de treino serão enviados após a conclusão do desafio, via e-mail.

2.2.1. A recolha do kit deve ser feita no secretariado da prova, no momento da confirmação.

- 2.2.2. A utilização do dorsal no dia da competição é de carácter obrigatório. O dorsal deve ser colocado na parte da frente da camisola.
- 2.2.3. O dorsal é pessoal e intransmissível. Atletas sem dorsal não serão autorizados a participar.

3. *SEGURO*

Os praticantes inscritos no Programa Nacional de Marcha e Corrida assim como os atletas filiados na Federação Portuguesa de Atletismo estão assegurados pelo seguro respetivo.

3.1.1. Para as restantes inscrições no evento, atletas não federados e que não pertencem ao PNMC, poderão participar mediante a aceitação do regulamento do evento (cláusulas existentes) no ato da inscrição. Assim, estes participantes e para os devidos efeitos e sob a sua inteira responsabilidade declaram:

- 1) Não possuir quaisquer contra-indicações médicas para a prática das atividades físicas a desenvolver pelo Programa Nacional de Marcha e Corrida;
- 2) Que é da sua inteira responsabilidade assegurar-se previamente à sua inscrição, do estado da sua aptidão física para o exercício daquela atividade de acordo com o estabelecido na Lei nº5/2007, de 16 de Janeiro (Lei de bases da Atividade Física e do Desporto), nº2 do artigo 40.º;
- 3) Que com o presente regulamento e por sua livre e expressa vontade, prescinde de apresentar Atestado Médico que comprove a sua aptidão física;
- 4) Que tomou conhecimento que o Programa Nacional de Marcha e Corrida aconselha a apresentação do Atestado Médico e a sujeição a exame antes de iniciar a prática de qualquer atividade física.

4. ***CEDÊNCIA DOS DIREITOS DE IMAGEM E DADOS DE INSCRIÇÃO***

Ao proceder à inscrição, autoriza a cedência de forma gratuita e incondicional, à FPA, dos direitos de utilização da sua imagem tal como captada, por meio de fotografia ou vídeo, durante os eventos, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio. A FPA reserva-se no direito de utilizar a base de dados com elementos preenchidos pelos participantes nas suas ações de promoção. É concedido ao participante a hipótese de não autorizar a cedência dos dados pessoais recolhidos no ato da inscrição, devendo para tal selecionar a opção disponibilizada no formulário.

Todos os participantes, pelo facto de tomarem parte nestas atividades, aceitam o regulamento.