

## REGULAMENTO | CardioRun

### 1. Organização/Enquadramento

i) Os alunos finalistas do curso de Licenciatura em Cardiopneumologia da Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa de Lisboa, no âmbito da unidade curricular “Seminários em cardiopneumologia”, levam a cabo a organização de uma corrida - “CardioRun”, em Monsanto (Lisboa) no próximo dia 12 de abril de 2025, pelas 10h00. A corrida conta como uma prova de 5km para todos que pode ser feita a correr ou caminhar.

ii) Com a organização da corrida, pretende-se promover a prática regular de desporto urbano e a promoção dos benefícios da atividade física para todos.

### 2. Data / Hora / Local

A corrida terá lugar em Monsanto (Lisboa), no dia 12 de abril de 2025 às 10h00.

### 3. A quem se destina

Corrida aberta a todos os interessados, de ambos os sexos até aos 90 anos.

### 4. Distância e Percurso

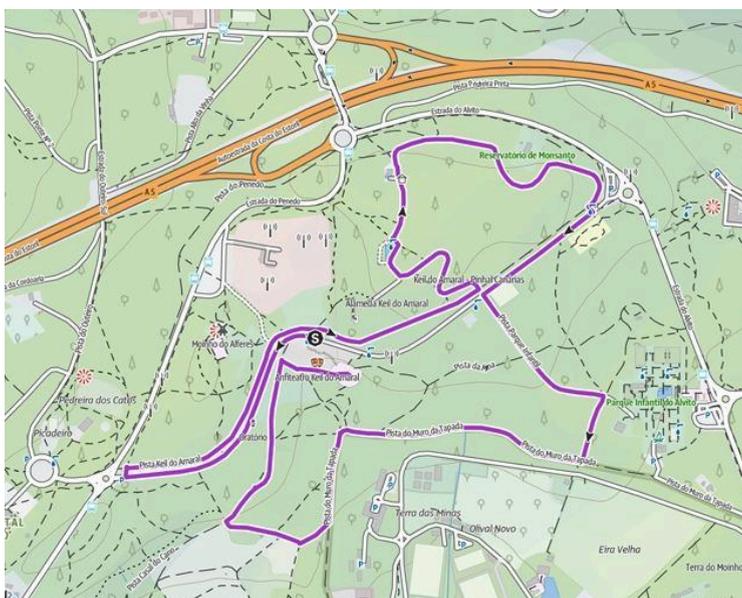
i) A partida será realizada no Anfiteatro Keil do Amaral (Monsanto).

ii) A cronometragem inicia-se às 10h e encerra 2h após o início da corrida (12h).

iii) A concentração dos atletas será feita 15 minutos antes do horário previsto, segundo as instruções da organização.

iv) Trata-se de um percurso de estradões e trilhos de 5 kms (correr ou caminhar).

v) Percurso:



## 5. Inscrição

- i) A inscrição tem um custo mínimo de 5 € a reverter para a organização da reunião científica das “Inovações em Cardiopneumologia”.
- ii) As inscrições encerram no dia 7 de abril.
- iii) O valor da inscrição não é reembolsável.

## 6. Método de Inscrição

As inscrições devem ser feitas através deste [LINK](#).

## 7. Limite de participantes

A corrida está limitada à participação máxima de 200 participantes.

## 8. Dorsais e Kit do atleta

- i) O levantamento dos dorsais é efetuado no local do evento, 1 hora antes da partida, no ato de confirmação da inscrição na corrida, pelo que cada participante deverá ter consigo o mail de confirmação recebido.
- ii) O kit do atleta é composto por mochila saco, 1 garrafa de água, 1 barra de cereais, 1 pacote de bolacha maria e 1 peça de fruta (maçã). Os kits serão entregues a todos os inscritos.
- iii) Na falha de algum dos produtos mencionados (art. 8, ii), será substituído por um idêntico.
- iv) O levantamento dos kits é efetuado no local do evento, 1 hora antes da partida ou até 1 hora depois da corrida.

## 9. Bengaleiro

- i) Um Bengaleiro estará disponível para guardar pertences, os sacos a guardar têm de estar identificados pelos atletas com o primeiro e último nome.
- ii) A organização não se responsabiliza por qualquer desaparecimento de objetos.

## 10. Segurança

Por razões de segurança, não é permitida a participação de atletas com patins, skates, bicicletas, carrinhos de bebés, animais e outros meios mecânicos.

## 11. Prémios

Serão entregues troféus aos três primeiros classificados. E 1 “pack aventura” na Pena Aventura ao 1º classificado.

## 12. Seguro

- i) A todos os participantes, devidamente inscritos, será pedido o nome completo, data de nascimento, número de telemóvel e NIF de modo a estarem cobertos por uma apólice de seguro de acidentes pessoais - Allianz Portugal.
- ii) Os participantes que não fornecerem os dados anteriormente referidos (art. 12, i) não são abrangidos pelo seguro de acidentes pessoais.
- iii) A organização não se responsabiliza por quaisquer outros riscos que os abrangidos pela referida apólice.
- iv) Todos os participantes, sem exceção, devem reunir as condições de saúde necessárias à prática desportiva, isentando a organização da corrida, seus parceiros, apoiantes e órgãos públicos envolvidos de quaisquer responsabilidades.
- v) Todos os participantes pelo facto de se inscreverem aceitam tacitamente o regulamento da prova.

## 13. Política de cancelamento/adiamento da prova

- i) O cancelamento/adiamento da prova pode ocorrer por fatores externos inerentes à organização, nomeadamente: condições atmosféricas adversas, catástrofes naturais, greves, manifestações, impossibilidade de usar telecomunicações, restrições do governo, nova legislação.
- ii) Nestes casos, a organização reserva-se no direito de nos 30 dias seguintes à data prevista para a realização da prova, emitir um parecer acerca das ações a serem tomadas resultantes da gravidade do cancelamento.

## 14. Política de privacidade

Os dados recolhidos no ato de inscrição da corrida são apenas para efeitos do seguro de acidentes pessoais, seguindo a sua Política de Privacidade e Proteção de Dados. Ao inscreverem-se, os participantes assumem conhecer e aceitar as Políticas de Privacidade e Proteção de Dados.

## 15. Cedência dos Direitos De Imagem

O participante, ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, os direitos de utilização da sua imagem tal como captada nas filmagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças jornalísticas e de cobertura nas redes sociais.

## 16. Casos Omissos

Todos os casos omissos neste Regulamento são resolvidos pela organização.

## 17. Contactos

[Email](#) | [Instagram](#) | [Facebook](#)