



## REGULAMENTO "RIA RUN & BIKE"

A 8ª edição da prova "Ria Run & Bike" (RRB) é organizada pelo Rotary Clube de Ílhavo em colaboração com a Câmara Municipal de Ílhavo, o apoio dos Bombeiros Voluntários de Ílhavo e das Juntas de freguesia da Gafanha da Encarnação, da Gafanha do Carmo, da Gafanha da Nazaré e de São Salvador.

Decorrerá no dia 26 de novembro de 2023 com partida e chegada no Largo da Mota, conhecido pela "Bruxa", na Gafanha da Encarnação. (GPS 40°36'51.0"N 8°44'17.1"W).

Trata-se de um evento solidário que visa angariar fundos para as bolsas de estudo atribuídas pelo Rotary Club de Ílhavo.

### Artigo 1 (Conceito)

1. É uma prova popular e aberta a todos os escalões etários, a partir dos 8 anos.
2. Decorrerá em vias públicas, alcatroadas ou pavimentadas e na ecovia/ciclovía da Vagueira-Costa Nova.
3. As equipas são obrigatoriamente compostas por 2 elementos que têm de percorrer a distância definida (5km no escalão júnior e 18kms + prologo=1km no escalão sénior) devendo, durante toda a prova, um dos elementos circular a pé (em marcha lenta, rápida e/ou corrida) e o outro elemento acompanhá-lo utilizando a bicicleta e respeitando o regulamento que aqui se produz.

### Artigo 2 (Categorias/classificações)

1. As equipas serão classificadas em três categorias: **Pares masculinos; Pares femininos e Pares mistos.**
2. Haverá troféus para os três primeiros classificados de cada uma das categorias da Prova.
3. As classificações serão obtidas por cronometragem dos tempos (dois elementos e uma bicicleta em simultâneo)
4. Dado o carácter não-competitivo, a classificação atribuída pela organização será final e definitiva, não havendo lugar a recurso.

### Artigo 3 (Material obrigatório)

Uma bicicleta e 2 capacetes (obrigatório para ambos os concorrentes).

### Artigo 4 (Horário)

#### Horário:

- 10h00 – Partida da Ria Run & Bike 2023 – 18kms
- 12h30 – Fecho do controle de tempos (previsível)
- 13h00 – Entrega de prémios

## Artigo 5 (Percurso)

Partida no Largo da Bruxa, sentido norte-sul, ciclovia/ecovia do caminho do Praiã (margem nascente do Canal de Mira), ponte da Vagueira, ecovia/ ciclovia entre a Vagueira e a Costa Nova (margem poente do Canal de Mira), "Biarritz", ponte da Barra, Gafanha da Encarnação, caminho do Praiã e chegada no largo da Bruxa.

Nota: Haverá um prólogo (em corrida) de 1km no início da prova efetuado por um dos elementos da equipa. Esse elemento fará o percurso definido até se juntar ao outro elemento que parte com a bicicleta de uma zona demarcada.

## Artigo 6 (Regras de progressão)

1. Deve ser respeitado o percurso assinalado com fitas e controlado por assistentes da organização e militares da GNR. Deve ser respeitado a linha de progressão das restantes equipas. O fairplay e desportivismo são fundamentais, sobretudo em zonas de eventuais constrangimentos na progressão (Ex: corredor lateral da ponte da Barra)
2. A progressão da equipa faz-se com um dos elementos da equipa a correr e o outro a pedalar. Se assim o entenderem e se as condições de progressão o exigirem, ambos os atletas podem correr levando, um deles, a bicicleta pela mão.
3. A troca da bicicleta é livre e faz-se passando a bicicleta mão-a-mão. Os elementos de cada equipa devem permanecer juntos durante todo o percurso e devem cortar a meta em simultâneo. Em caso de não cumprimento desta distância, uma equipa pode ser interrompida temporariamente por controladores de corrida ou desqualificada em caso de não cumprimento de ordens de execução.
4. Não podem estar, em nenhuma circunstância, os dois elementos da equipa em cima da bicicleta nem utilizar qualquer artefacto que permita a utilização em simultâneo da mesma.

## Artigo 7 (Abastecimentos)

Haverá uma zona de abastecimento de líquidos (8km) e uma zona de abastecimento líquidos e sólidos (14kms). No entanto, recomenda-se que cada equipa leve recipientes com água na bicicleta ou numa mochila.

No final da prova será oferecido um chocolate ou chá quente, bolachas, barras de cereais, fruta, etc.

## Artigo 8 (Seguro)

1. Os organizadores não aceitam qualquer responsabilidade pelo furto da bicicleta ou qualquer equipamento.
2. A Organização dispõe de um seguro de responsabilidade civil, com o capital de € 100.000, e, para os participantes, dispõe de seguro de acidentes pessoais com as seguintes coberturas:

Morte	€ 30.364,00
Invalidez Permanente	€ 30.364,00
Despesas de Funeral	€ 2.430,00
Despesas de Tratamento e Repatriamento	€ 4.830,00

## Artigo 9 (Inscrição)

- a) O preço da inscrição inclui o seguinte conjunto de bens e serviços: dorsal + prova + T-shirt técnica + seguro, abastecimentos + chocolate/chá quente).
- b) As taxas a pagar são: Ria Run & Bike: 20€ por equipa
- c) A inscrição é feita em [www.rotaryclubilhavo.com](http://www.rotaryclubilhavo.com)
- d) A validade da inscrição está condicionada à apresentação do respetivo comprovativo de pagamento com indicação do nome e do BI dos participantes a que se reporta. No caso de menores, é obrigatória a entrega de declaração assinada pelo seu representante legal, juntamente com fotocópia do bilhete de identidade do mesmo. Toda a documentação referida, deve ser enviada à organização, com indicação do nome do participante, até 2 dias após a realização do pagamento para o [rotaryclubilhavo@gmail.com](mailto:rotaryclubilhavo@gmail.com).
- e) O pagamento da inscrição é realizado por transferência bancária para o NIB: 0018 0003 31610363020 09. A validade da inscrição está condicionada à apresentação do respetivo comprovativo de pagamento com indicação do nome e do BI dos participantes a que se reporta. No caso de menores, é obrigatória a entrega de declaração assinada pelo seu representante legal, juntamente com fotocópia do bilhete de identidade do mesmo. Toda a documentação referida, deve ser enviada à organização para o e-mail: [ria.runandbike@gmail.com](mailto:ria.runandbike@gmail.com) com indicação do nome dos participantes, até 2 dias após a realização do pagamento.
- f) Qualquer cancelamento da inscrição ou não comparência ao evento não confere o direito à devolução da respetiva taxa de inscrição.

## Artigo 10 (Secretariado)

O secretariado da prova funcionará na sede do Rotary Club de Ílhavo, na rotunda da Senhora dos Campos, Colónia Agrícola, Gafanha da Nazaré, no período compreendido entre as 15h00 e as 18h00 do dia 25 de novembro de 2023 (Sábado) e no dia 26 de novembro de 2023 (Domingo), dia da prova, no período compreendido entre as 07h00 e as 09h30m na marina/sede da Associação Naval da Gafanha da Encarnação.

## Artigo 11 (Uso de direitos de imagem)

Ao participar no evento Ria Run & Bike 2023, cada concorrente autoriza expressamente o Rotary Clube de Ílhavo a usar ou utilizar, reproduzir ou fazer reproduzir o seu nome, imagem, voz e performance desportiva para efeitos de promoção da prova e eventos futuros.