

S. Silvestre
MORTÁGUA
& Kids Race 23

23 DEZ 17H00

- **CAMINHADA** | 5KM
- **CORRIDA** | 5KM / 10KM
- **KIDS RACE** | 300M / 600M

CONCENTRAÇÃO: PRAÇA DO MUNICÍPIO
17H (KIDS RACE) | 17H30 (ADULTOS)

+ INFORMAÇÕES BREVEMENTE

MORTÁGUA MUNICÍPIO | MORTÁGUA ATIVA | MORTÁGUA INCLUSIVA | MORTÁGUA NATAL 23 — origens —

São Silvestre de Mortágua e Kids Race 2023

Guia do Atleta



Cara/o atleta,

A Câmara Municipal de Mortágua dá-lhe as boas-vindas.

É com enorme prazer que a/o recebemos, nesta época especial que é de partilha com a família, amigos e com quem mais precisa de ajuda. Nesta edição procuramos ter uma prova mais inclusiva, que contará com a participação do Sport Club Conimbricense e do Sexto Sentido - Projeto de corrida para cegos – Porto que estará representada por vários atletas. Para além disso, tendo em conta que se trata de uma época de partilha, a prova tem também uma componente solidária, em que o valor total das receitas reverte a favor da Escola de Cães Guia para Cegos: ABAADV de Mortágua.

Assim, é com muito orgulho e satisfação que conseguimos conjugar a atividade desportiva em família a estas duas causas.

Tudo faremos para que tenha a melhor experiência possível.

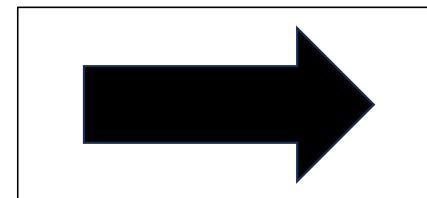
Recomenda-se a leitura deste guia, que contém a informação essencial para a participação na São Silvestre de Mortágua e Kids Race, não dispensando também a leitura das normas da prova.

Divirta-se!

Como chegar?

- **Local:** Câmara Municipal de Mortágua
- **Coordenadas:** 40°23'48"N8°13'47"W

Exemplo de sinalética



Data

- 23 de Dezembro de 2023.

Programa/Horário das provas

- 17h00- Partida da prova corrida 300m São Silvestre de Mortágua Kids Race;
- 17h05- Partida da prova corrida 600m São Silvestre de Mortágua Kids Race;
- 17h30- Partida da prova corrida 10km;
- 17h35 – Partida das provas - corrida 5km e caminhada 5km;
- 19h – Cerimónia de entrega de prémios e Encerramento.

(Os horários apresentados são estimados, podendo ser alterados pela organização se assim se justificar).

Recolha do Kit do atleta

Sexta-feira (22/12/2023):

- Horário: 10h às 12h30 / 14h30 às 20h30;
- Local: Piscinas Municipais de Mortágua.

Sábado (23/12/2023):

- Horário: 10h às 12h / 15h às 16h30;
- Local: Praça do Município de Mortágua.

Os kits apenas poderão ser levantados nos dias, horários e locais anteriormente definidos.

Documentos necessários para a recolha do Kit do atleta:

- Comprovativo de inscrição e de pagamento recebido na caixa de e-mail;
- Documento de identificação (Cartão de Cidadão, Carta de Condução, Bilhete de Identidade).

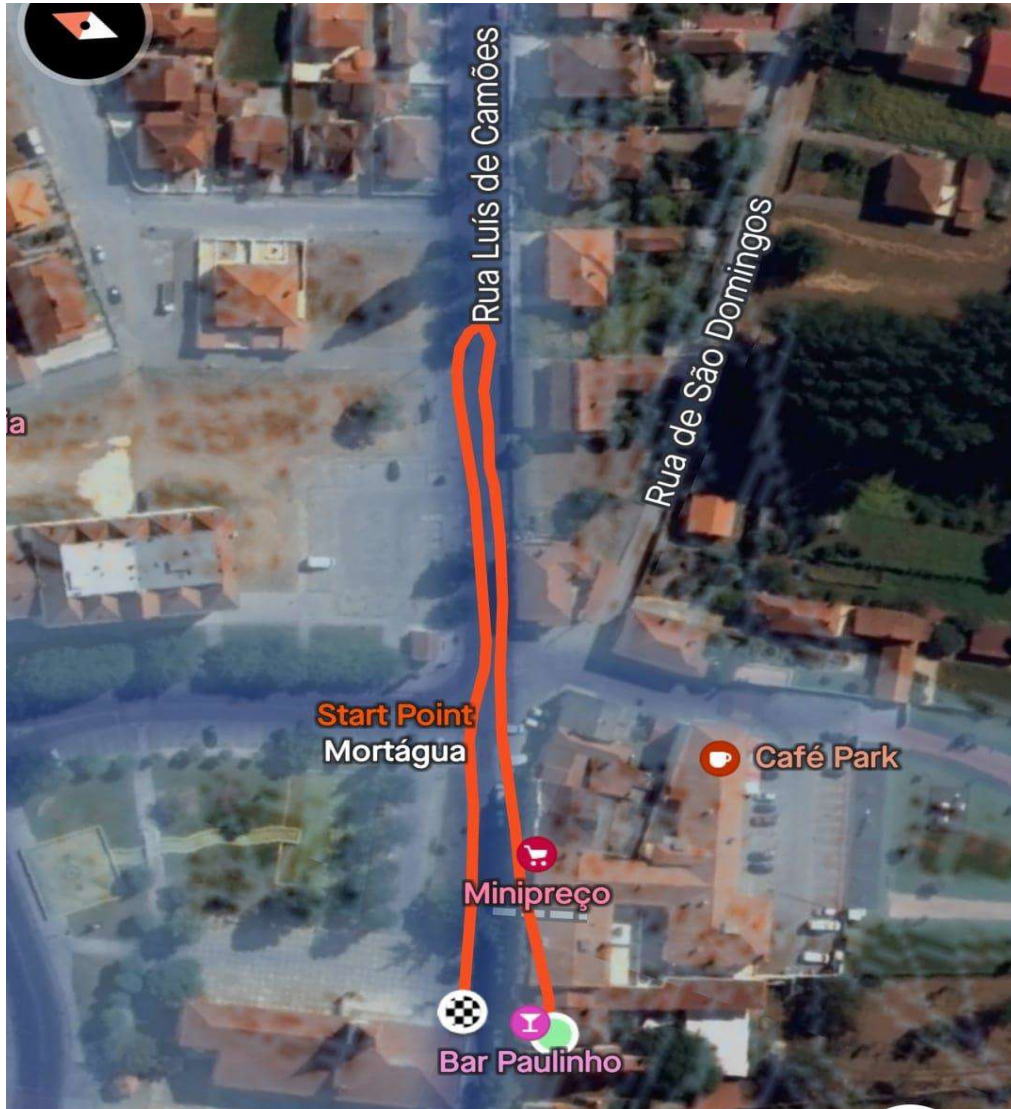
Nota:

- O Kit do atleta contemplará alfinetes para que possa colocar o seu dorsal;
- Relembramos que a colocação do dorsal é obrigatória!



Legenda

- 1 Partida/Chegada
- 2 Abastecimento Geral
- 2 Abastecimento 10 km
- 3 Estacionamentos



Kids Race

Distância: 300 metros

Local de partida: Praça do Município

Local de chegada: Praça do Município

Hora de partida: 17h

Faixa etária: 6 aos 9 anos



Kids Race

Distância: 600 metros

Local de partida: Praça do Município

Local de chegada: Praça do Município

Hora de partida: 17h05

Faixa etária: 10 aos 12 anos



Caminhada e Corrida 5Km

Distância: 5 Kilómetros

Local de partida: Praça do Município

Local de chegada: Praça do Município

Hora de partida: 17h35

Faixa etária: Maiores de 18 anos*

*a participação de menores de 18 anos também será válida, caso haja autorização do seu Encarregado de Educação).

Corrida 10km

Distância: 10 Kilómetros – 2 voltas

Local de partida: Praça do Município

Local de chegada: Praça do Município

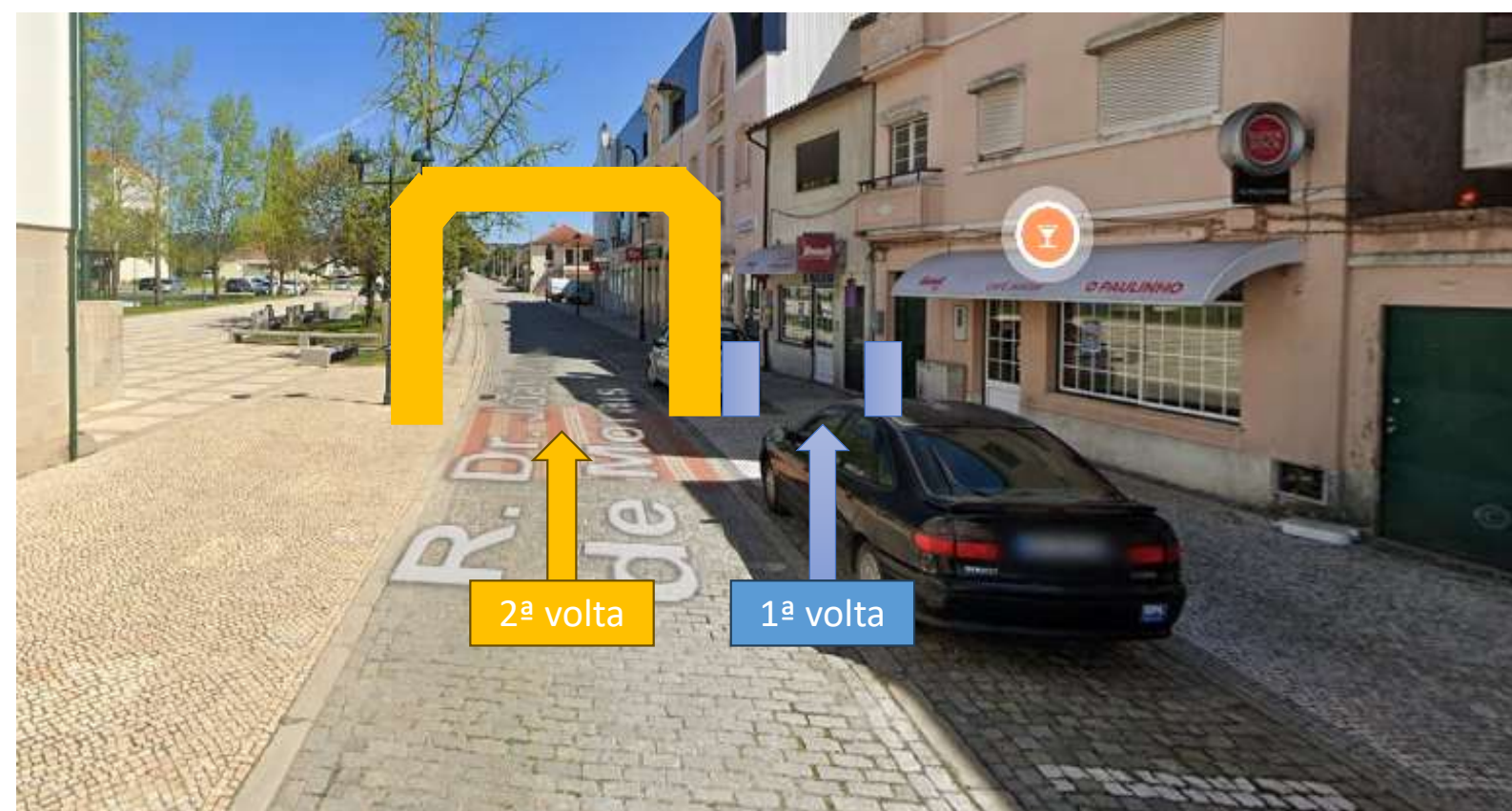
Hora de partida: 17h30

Faixa etária: Maiores de 18 anos*

*a participação de menores de 18 anos também será válida, caso haja autorização do seu Encarregado de Educação).



Corrida 10 km – Passagem na linha da meta



1ª volta

Passagem pelo passeio ao lado do pórtico

2ª volta

Passagem pelo pórtico - cronometragem



Zona de Banhos

Relativamente aos banhos, utilizaremos os balneários das Piscinas Municipais de Mortágua, para que possa tomar banho durante ou após o evento.

Notas:

Caso pretenda ir de carro terá que aguardar pelo final da prova, pois só nesse momento é que a estrada reabrirá novamente ao trânsito.

Caso pretenda ir a pé, pode fazê-lo sem ser necessário aguardar pelo final da prova. Pedimos só que tenha cuidado e respeito por quem ainda está a realizar a prova.

Legenda

- 1 Câmara Municipal
- 2 Piscinas Municipais
- — Percurso pedestre
- Percurso de carro

São Silvestre de Mortágua e Kids Race 2023

Guia do Atleta

