



Regulamento

Organiza ção: Instituto do Desporto

Data: 1 de Novembro de 2020 (Domingo)

Local: Nave Desportiva dos Jogos da Ásia Oriental de Macau e espa ços circundantes

1. Apresentação da actividade: É um desafio competitivo ao ar livre que envolve corridas de estrada e ultrapassagens de obstáculos e visa testar a capacidade cardiopulmonar, a força muscular e a condição física dos participantes. Para além de sentir a alegria do desporto, os participantes podem ainda mostrar o resultado da prática regular de exercício físico. Os participantes podem optar pela categoria de desafio ou categoria de alegria de acordo com a sua própria situação. À Organiza ção compete decis ão final sobre as formas de ultrapassagem de obstáculos.

Categoria	Conte údo	Forma de participa ção
Categoria de desafio	<ul style="list-style-type: none"> ➤ O cálculo do tempo é efectuado por meio do chip de cronometragem. Os participantes ultrapassam os diferentes obstáculos encontrados num percurso de 4 Km de distância e cortam a meta. Os participantes que não conseguem concluir a prova devem realizar tarefas físicas indicadas, por forma a poderem continuar a desafiar as restantes provas. ➤ As provas são compostas por eliminatória e finais. Os 20 participantes individuais e as 6 equipas que obtêm a melhor classificação na eliminatória serão apuradas para as finais. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Prova individual: Categorias Masculina e Feminina. ➤ Prova por equipas: Cada equipa é composta por 3 participantes, pelo menos um dos participantes deve ser de sexo feminino. Os 3 participantes devem iniciar a prova e cortar a meta ao mesmo tempo.
Categoria de alegria	Não se calculam o tempo e a pontuação da prova, os participantes ultrapassam os diferentes obstáculos encontrados num percurso de 3.2 Km de distância e cortam à meta.	Individual (sem distin ção das categorias)

2. Inscri ções - Informa ções:

2.1 Per íodo de inscri ção: A partir das 09.00 horas do dia 24 de Setembro (5.ªfeira) até às 12.00 horas do dia 23 de Outubro (6.ªfeira);

2.2 Condi ções de inscri ção: Os seguintes portadores de documento de identifica ção v álido emitido pela entidade competente da RAEM:



Categoria	Ano de Nascimento
Categoria de desafio	Nascidos em 2004 ou anteriores
Categoria de alegria	Nascidos em 2007 ou anteriores

2.3 Formas de inscrição:

Inscrição Online	<p>www.sport.gov.mo/pt/obstacleracingchallenge</p> 
Inscrição presencial	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Levantamento do boletim de inscrição na sede do ID (Av. do Dr. Rodrigo Rodrigues, n.o 818, Macau) ou descarregar no link do ID acima referido; ➤ Os participantes devem preencher o boletim de inscrição, e assinar declarando possuir aptidão física para participar na actividade (poderá em alternativa apresentar a declaração médica emitida por um médico registado em Macau que atesta a sua aptidão física); ➤ A entrega de documentos deve ser efectuada até ao termo do prazo de inscrição, na sede do ID durante o horário de expediente.

2.4 Taxa de inscrição: Grátis;

2.5 Vagas: 800, esgotam-se quando preenchidas;

2.6 Atendendo que o evento é destinado aos participantes com condição física capaz de se integrarem em actividades físicas normais, a Organização desaconselha a inscrição de indivíduos que possuem as seguintes condições de saúde: pressão alta, doenças cardíacas, perturbações da coluna, tonturas frequentes, gravidez ou outras doenças;

2.7 A apresentação do boletim de inscrição significa a confirmação e concordância com as regras, os termos e as disposições das provas decididas pela Organização.

3. Programa:

Data	Hora	Conteúdo
31 de Outubro (Sábado)	14:30-17:30	Treinos práticos
1 de Novembro (Domingo)	08:00-09:00	Marcação de presença e armazenamento
	09:30	Início do evento (em período diferente)



4. Prémios:

Categoria	Classificação	Prémios
As categorias da Prova individual	1.º Classificado	1 troféu e cupão de artigos desportivos no valor de Mop \$1.000
	2.º Classificado	1 troféu e cupão de artigos desportivos no valor de Mop \$800
	3.º Classificado	1 troféu e cupão de artigos desportivos no valor de Mop \$500
	4.º a 10.º Classificados	1 troféu
Prova por equipas	1.ª Classificada	1 troféu e cupão de artigos desportivos no valor de Mop \$3.000
	2.ª Classificada	1 troféu e cupão de artigos desportivos no valor de Mop \$2.000
	3.ª Classificada	1 troféu e cupão de artigos desportivos no valor de Mop \$1.000
Categoria de alegria	10 participantes que obtêm a melhor classificação	1 troféu

5. Lembrança: Os participantes que terminarem a prova receberão um certificado e uma toalha.

6. Equipamentos:

6.1 Os participantes poderão vestir os seus próprios equipamentos, não podendo conter mensagens de conteúdo obsceno ou opiniões públicas;

6.2 Os participantes devem usar calçado de sola rasa (é expressamente proibido usar calçado com pitons ou material saliente que possa danificar o campo de jogo);

6.3 Para além de calçado, luvas e equipamentos de proteção (por exemplo: cotoveleiras ou joelheiras), é expressamente proibido o apoio de qualquer roupa ou pertences pessoais para concluir as atividades;

6.4 O incumprimento do disposto neste regulamento é penalizado com a desclassificação.

7. Outros assuntos:



- 7.1 Todos os participantes que entram no local devem usar máscara, efectuar a medição da temperatura corporal, apresentar o “Código de Saúde de Macau” do próprio dia. Devem usar máscara durante todo o tempo, excepto o período de aquecimento e de competição. Manter o distanciamento adequado entre participantes;
 - 7.2 A Organização providencie postos de água e de armazenamento, pelo que os participantes devem garantir tempo suficiente para o armazenamento dos artigos no posto de armazenamento e a deslocação à zona de partida. Recomenda-se que os participantes não tragam consigo objectos valiosos, sendo os quais responsáveis pela perda dos seus artigos;
 - 7.3 Os participantes devem seguir e respeitar as orientações da Organização, sob pena de ser em desqualificados;
 - 7.4 É estabelecido o limite máximo de participantes para cada obstáculo. Quando os participantes atingirem a um certo número, os que vierem posteriormente devem aguardar a sua vez ao lado do obstáculo;
 - 7.5 Os participantes devem usar e guardar adequadamente os chips, o dano ou a perda dos chips implica a impossibilidade do cálculo do tempo efectuado;
 - 7.6 A Organização reserva-se o direito de alterar o percurso da prova e de ajustar o nível de dificuldade da corrida dos obstáculos;
 - 7.7 Quaisquer eventuais conflitos relacionados com os resultados da prova, cabe ao juiz da prova a decisão final;
 - 7.8 A Organização estabelece “*check point*” no percurso (a localização do “*check point*” dependerá das condições das estradas no momento da actividade e será anunciada antes da actividade), os participantes devem passar pelo “*check point*” no tempo estabelecido. Caso não se verifique, a Organização terá o direito de suspender a continuação da corrida, os participantes necessitarão de obedecer às directrizes da Organização e por conseguinte, sair da pista.
8. Para mais informações, por favor contactar o ID através do telefone n.º 28236363 ou aceder ao *link* acima referido.

Nota: Em caso de existir qualquer dúvida ou omissão no presente Regulamento, a Organização reserva-se o direito de efectuar as devidas alterações e interpretações e tomar uma decisão final sobre a matéria.