



1ª caminhada AMAE- Marco Autismo e Eu

11 de dezembro 2022

Parque florestal de Montedeiras

Regulamento

1. Caminhada

A caminhada **AMAE** é organizada pela **Associação Marco Autismo e EU**. O evento será realizado no dia 11 de Dezembro de 2022, no parque florestal de Montedeiras, independentemente das condições climatéricas do dia, desde que a organização entenda que não ofereçam risco aos participantes. A organização acompanhará, em permanência a evolução das condições meteorológicas podendo anular a caminhada em qualquer altura.

2. Condições Físicas

Para participar é indispensável:

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da caminhada por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado física e mentalmente.
- Haver adquirido, antes do evento, capacidades reais de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas.
- Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro e chuva.
- Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc.
- Estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas.

3. Local e Horário

Parque Florestal de Montedeiras – 9.30 horas

4. Inscrição e Preços

A inscrição será feita através do link <https://forms.gle/5GXCULSuMwqNpgia7>

O Preço da inscrição será de 5€, sendo o pagamento efetuado no dia antes do início da caminhada. O secretariado funcionará no local entre as 8.30 horas e as 9.15 horas.

O preço da inscrição inclui:

- T-shirt alusiva ao evento
- Reforço alimentar no final
- Outros brindes promocionais que a organização venha a angariar

5. Percurso

A caminhada decorrerá num percurso circular com partida e chegada ao Parque Florestal de Montedeiras. Terá uma distância aproximada de 6 km e um grau de dificuldade baixo/médio.

6. Material obrigatório

Não haverá material obrigatório, no entanto, a organização adverte os participantes a protegerem - se com vestuário adequado às condições climáticas que se venham a verificar. Também é aconselhável o uso de sistemas de hidratação e telemóvel.

7. Responsabilidade Ambiental

O participante é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transporta-lo até à linha de meta.

8. Direitos de Imagem

A aceitação deste regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza aos organizadores da prova a gravação total ou parcial da sua participação na mesma, pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a imagem do participante para a promoção e difusão da caminhada em todas as suas formas (vídeo, fotografia, Internet, cartazes, meios de comunicação social, etc.) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do participante, a receber qualquer compensação económica.

9. Termo de responsabilidade

Os participantes inscritos na caminhada **AMAE** aceitam participar voluntariamente e sobre a sua responsabilidade na competição. Por conseguinte concordam em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e outros participantes qualquer responsabilidade em relação aos mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes. Onde não existir corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.