



# Caminhada ASSOPS

## Regulamento

### 1. Conceito da Caminhada ASSOPS

A Caminhada da ASSOPS é uma atividade de promoção da atividade física e estilo de vida ativo. Valoriza o convívio entre os participantes. Será uma caminhada acessível à comunidade em geral, pois não é de carácter competitivo. Um percurso de aproximadamente 8 km e de baixo grau de dificuldade.

### 2. Organização

A organização desta caminhada está ao cuidado da ASSOPS – Associação de Passos de Silgueiros, com o apoio da Câmara Municipal de Viseu e diversos parceiros.

### 3. Data e Local

Decorrerá dia 22 de Junho, às 9h00 na ASSOPS – Associação de Passos de Silgueiros (local do secretariado)

### 4. Programa e Horários

8:30 – Abertura do Secretariado

8:50 – Briefing para o percurso da Caminhada

9:00 – Início da Caminhada

12:30 – Almoço Convívio

### 5. Condições de Participação

Participantes menores de idade, convém que se sintam fisicamente capazes para realizar o percurso. Contudo devem vir acompanhados de algum adulto responsável pelo menor.

Ao aceitarem participar na caminhada da ASSOPS, os participantes devem ter consciência das suas condições de saúde e capacidades físicas necessárias para a realização do percurso.

### 6. Inscrições

As primeiras 33 inscrições serão premiadas com um brinde feito exclusivamente para este evento.

A inscrição deverá ser efetuada através do site [waitastart.com](http://waitastart.com)

A Caminhada terá um custo de:

10€ - Sócios s/ almoço

12€ - Não Sócios s/ almoço

11€ - Sócio c/almoço

13€ - Não Sócios c/ almoço

#### 7. Condições de devolução do valor da inscrição

No caso de um participante não poder participar no evento, a organização vê-se no direito de não devolver o valor da inscrição. No entanto, até à data do evento, o participante pode passar a sua inscrição a outro participante.

#### 8. Kit de Participante

O Kit de Participante deverá ser levantado no secretariado, antes da hora da caminhada, e é constituído por:

- Brinde (nas primeiras 33 inscrições)

- 1 T-shirt

- 1 garrafa de água

- 1 peça de fruta

- 1 senha para almoço

#### 9. Equipamento Recomendado

Calçado e roupa confortável à realização da caminhada (aproximadamente 8km).

#### 10. Direitos de Imagem

Os inscritos na Caminhada da ASSOPS declaram autorizar a utilização de imagens ou vídeos recolhidos durante qualquer fase da atividade, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

#### 11. Material incluído na Inscrição

Kit de Participante e almoço convívio.

#### 12. Contatos da ASSOPS

ASSOPS – Associação de Passos de Silgueiros

Rua Dr. José Assunção, 113

3500-541 Passos de Silgueiros

232 952 001

solidariedade@assops.pt