



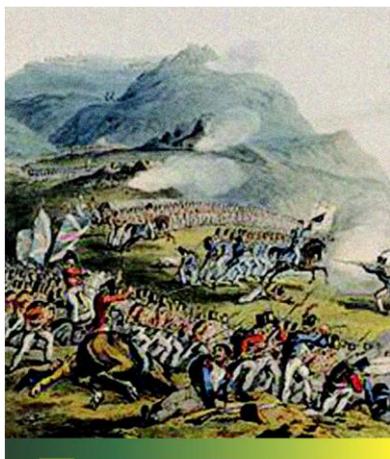
5ª Marcha dos Fortes

17 de Outubro de 2009
REGULAMENTO



A Marcha dos Fortes é uma actividade pedestre, de resistência, não competitiva, que se desenrola ao longo das Linhas de Torres, a Norte de Lisboa, passando por algumas das fortificações mais representativas.

1. A actividade é organizada pelo Clube de Actividades de Ar Livre e pela Câmara Municipal de Loures, no sábado, 17 de Outubro de 2009.



5ª MARCHA DOS FORTES®
17 de Out 2009

Runa 07h00 - 0 Km

Forte da Feiteira
Forte da Archeira
Forte do Alqueidão
Forte da Carvalha
Forte do Cego
Forte de Mato da Cruz
Forte da Agueira
Bucelas 19h15 - 41,5 Km

Inscrições e informações:
Com condições especiais até 22 de Setembro
Data limite 9 de Outubro

CAAL - Clube de Actividades de Ar Livre
Tel.: 21 778 83 72 Fax: 21 778 83 67
caal@mail.telepac.pt
www.clubeatividadelivre.org

Câmara Municipal de Loures
Tel.: 21 984 87 31
divisaodesportocm@cm-loures.pt

2. Pretende-se uma grande jornada desportiva e lúdica, de convívio e evocativa, tendo sido escolhido um percurso essencialmente em caminhos rurais, sem desníveis muito acentuados e que proporcionará aos participantes a beleza dos grandes horizontes e da ruralidade da zona Oeste.

3. Esta actividade tem um total de 41,5 km, inicia-se às 07h00 em Runa e termina às 19h15 em Bucelas.

4. Nela poderão participar praticantes federados e não federados de desportos de montanha, nomeadamente o pedestrianismo, bem como todos aqueles que estejam interessados em desfrutar activamente do património natural, paisagístico, histórico e cultural.

5. A participação efectiva fica sujeita a uma inscrição prévia, a efectuar junto de qualquer das entidades organizadoras.

6. A inscrição será efectuada por ordem de chegada da documentação requerida. Aos inscritos será fornecida documentação referente à prova.

7. Haverá documento de participação, que comprovará a efectivação (total ou parcial) do percurso.

8. Para os que o desejarem, a Organização assegura na noite de 16, sexta, a utilização de pavilhão desportivo para pernoita, com duchas e instalações sanitárias.

9. A Organização assegura o transporte entre Bucelas e o início da actividade, em Runa.

10. A Marcha dos Fortes assume a forma de uma marcha de regularidade. No intuito de assegurar a observância do horário pré-estabelecido, o ritmo da marcha será marcado por elementos da organização – batedores – devidamente identificados. **É terminantemente proibido aos participantes ultrapassar os batedores.**

11. A organização providenciará complementos alimentares e bebidas em pontos pré-determinados do percurso.

12. Haverá assistência sanitária, viaturas de apoio e pontos de saída, que funcionarão como escapatória aos que pretendam abandonar a prova.

13. O atraso por parte de um participante relativamente ao horário pré-estabelecido pela organização implicará o abandono da prova, que será efectivado no primeiro ponto de saída alcançado após constatação do referido atraso.

14. Aos participantes que abandonem a prova em qualquer dos pontos de saída será fornecido transporte de regresso a Bucelas.

15. A prova não será suspensa devido a condições meteorológicas, salvo motivo de força maior.

16. A organização reserva-se o direito de modificar o percurso e/ou o presente regulamento, em virtude de alguma necessidade imprevista.

17. A participação na Marcha dos Fortes subentende a aceitação deste regulamento.



O Forte do Alqueidão como era no tempo das Invasões Francesas; e o Forte da Archeira na Marcha dos Fortes de 2008!

