



REGRAS DE PARTICIPAÇÃO CORRIDA DE OBSTÁCULOS 2025

Sábado, 20 setembro

Desafio para todos em pleno contacto com a natureza nos **trilhos do BioRia**, num cenário paradisíaco que convida à prática de exercício físico. Corrida com uma mistura de obstáculos naturais e outros criados para animar e dificultar a aventura.

Correr, saltar e rastejar são alguns dos ingredientes que não vão faltar. Reúne os teus amigos e inscreve a tua equipa.

Para os mais pequenos temos a BioRace junior com extensões e obstáculos adequados às idades.

Escolhe o desafio que mais se ajusta aos teus objetivos e supera-te!

Provas

BioRace 10k (inclui a elite):

- 15-99 anos: 8000-10000 m aproximadamente / mínimo 20 obstáculos

BioRace 5k (inclui a elite):

- 12-99 anos: 4500-6500 m aproximadamente / mínimo 12 obstáculos

BioRace junior:

- 6-8 anos: 750-1000 m aproximadamente / mínimo 5 obstáculos
- 9-11 anos: 1000-1500 m aproximadamente / mínimo 7 obstáculos
- 12-14 anos: 1500-2000 m aproximadamente / mínimo 10 obstáculos

BioRace especial / inclusiva:

- Prova adaptada a pessoas com deficiência

Recinto

O local de partida e chegada ficam localizados no recinto da prova, onde também serão disponibilizadas diversas estruturas e serviços essenciais à organização do evento, como o secretariado, bengaleiro, chuveiros e vestiários, primeiros socorros, WC's, praça de alimentação e atividades de entretenimento.

Onde e como chegar

Junto ao [Centro de Interpretação Ambiental do BioRia – Salreu](#), Estarreja

Como chegar:

- Carro
[http://www.bioria.com/como chegar](http://www.bioria.com/como_chegar) GPS N 40° 43' 57" | W 8° 34' 7"
- Comboio
Apeadeiro de Salreu fica 700m do local da prova. Consulte os horários disponíveis em: <https://www.cp.pt/passageiros/pt/consultar-horarios>

Aconselha-se que os participantes cheguem ao recinto do evento cerca de 45 a 60 minutos antes do seu horário de partida, para que se possam preparar-se para a prova e fazer um breve aquecimento orientado pela organização do evento.

Estacionamento e transporte

A organização irá disponibilizar vários parques de estacionamento gratuitos nas imediações do recinto, com transporte gratuito efetuado por autocarro em sistema de vaivém, sempre que necessário. Mais informações, como a localização dos parques e horários dos transportes, serão divulgadas nas páginas de [Facebook](#) e [Instagram](#) da BioRace.

Secretariado

O secretariado estará disponível no recinto do evento, onde os atletas poderão efetuar o levantamento do kit, solicitar informações e esclarecimentos acerca da prova, e resolver assuntos relacionados com a mesma.

O secretariado estará em funcionamento nos dias 18 e 19 de setembro, das 9:00 às 12:30 e das 13:30 às 19:30, e no dia do evento (20 de setembro), das 9:00 às 17:30.

Bengaleiro

Os atletas inscritos terão direito ao serviço gratuito de bengaleiro para os seus pertences, durante o dia do evento, 20 de setembro, das 9:30 às 19:30. Este serviço estará localizado no recinto da prova, sendo a entrega e levantamento dos pertences no mesmo local.

A organização não efetuará qualquer controlo sobre o conteúdo dos pertences entregues pelo atleta no bengaleiro, não procedendo à sua inventariação nem à verificação dos danos que tais objetos possam ter. Os atletas não deverão deixar objetos de valor no bengaleiro.

Chuveiros e vestiários

Tendo em conta as características únicas da BioRace, no recinto da prova serão disponibilizados chuveiros a céu aberto e de água fria a todos os participantes, assim como sabonete biodegradável. Haverá ainda uma zona de vestiários onde os participantes poderão trocar de roupa de forma mais resguardada.

Primeiros socorros

No recinto da prova haverá um local destinado a prestar auxílio a todas as ocorrências e urgências médicas que possam ocorrer, com uma equipa de enfermeiros e médicos dedicados, sem qualquer custo para os participantes.

Praça de Alimentação

Estará presente uma pequena praça de alimentação no recinto, com diversas *foodtrucks*. Este serviço decorre de forma independente da prova e, portanto, a organização não é responsável pelos produtos apresentados e o serviço em causa.

Inscrições

A inscrição em qualquer prova inclui a oferta de um *Kit* “9.ª BioRace Challenge Estarreja 2025” composto por uma t-shirt técnica oficial e um dorsal. Em caso de inscrição nas provas dos 5k, 5k elite, 10k e 10k elite, será também entregue um *chip* para cronometragem e uso obrigatório durante a prova. Todos os elementos do *Kit* são de uso obrigatório, exceto a t-shirt.

Inscrições em equipa

Os participantes podem inscrever-se individualmente ou em equipa (mínimo de 3 pessoas e não tem máximo). Na inscrição em equipa deve ser designado um responsável pela mesma, e é gerado um código de equipa, que pode ser usado para acrescentar posteriormente elementos a uma equipa já criada.

Participação de menores na prova dos 5k

A prova dos 5k estará disponível, pela primeira vez, para menores a partir dos 12 anos, no entanto, e para que a segurança de todos seja garantida, a participação de menores entre os 12 e os 14 anos apenas é permitida se acompanhados por, pelo menos, um adulto responsável.

Onde efetuar a inscrição

<https://lap2go.com/biorace-estarreja-2025>

[+ Info] biorace@cm-estarreja.pt | <http://www.cm-estarreja.pt/biorace>

Seguro de Acidentes Pessoais

Com a inscrição, todos os participantes usufruem de um seguro de acidentes pessoais da responsabilidade da organização.

Participação de menores

Todas as participações de menores de 18 anos implicam o preenchimento e entrega do Termo de Responsabilidade por parte da/do Encarregada/o de Educação/Mãe/Pai/Tutor/a da/do menor, fazendo prova da sua identidade assim como da/do menor aquando da credenciação e/ou levantamento do kit, no secretariado e até ao início da prova. O não cumprimento deste fator impede a participação na prova. O formulário do Termo de Responsabilidade pode ser descarregado [aqui](#).

Horários de Partida

Ao realizar a inscrição, os participantes devem selecionar o horário preferencial para a sua partida, não sendo a escolha vinculativa. Assim sendo, a organização reserva-se ao direito de realizar ajustes aos horários consoante a lotação das partidas predefinidas, sendo que os participantes vão receber atempadamente a confirmação dos horários de partida, que podem ser consultados em <https://lap2go.com/pt/event/biorace-estarreja-2025>

Após lotado um horário de partida, a organização garante que novos elementos adicionados a uma equipa já criada sejam colocados no mesmo horário, que eventualmente poderá ser reajustado após o fecho das inscrições, tendo em conta a gestão das partidas.

As partidas são efetuadas em várias vagas, previsivelmente com cerca de 200 elementos cada, de forma a permitir a fluidez da prova.

BioRace Junior	
10:00	6 – 8 anos
10:10	9 – 11 anos
10:20	12 – 14 anos

BioRace Especial / Inclusiva	
10:30	Todos*

*Inscrição por convite da organização. Caso esteja interessado em participar deverá contactar a organização biorace@cm-estarreja.pt

BioRace 5k	
nº	hora
1	10:45 elite**
2	10:50
3	11:00
4	11:10
5	11:20
6	11:30
7	11:40
8	11.50
9	12:00

BioRace 10k			
nº	hora	nº	hora
1	14:20 elite**	10	15:50
2	14:30	11	16:00
3	14:40	12	16:10
4	14:50	13	16:20
5	15:00	14	16:30
6	15:10	15	16:40
7	15:20	16	16:50
8	15:30	17	17:00
9	15:40		

**A categoria elite consiste em saídas mais competitivas na medida em que os obstáculos e o percurso vão estar mais libertos, possibilitando a obtenção de melhores tempos. A inscrição nesta categoria implica o pagamento adicional de 3 euros.

Datas e preços de inscrição

	BioRace Júnior		BioRace 5k		BioRace 10k	
	Individual	Equipa	Individual	Equipa	Individual	Equipa
Até 15 junho	12 €	11 €	18 €	16 €	22 €	20 €
16 de junho a 31 de julho	14 €	13 €	21 €	19 €	25 €	23 €
1 a 31 de agosto	16 €	15 €	26 €	24 €	30 €	28 €
Última hora*	21 €	20 €	34 €	32 €	38 €	36 €

*Inscrições realizadas no Secretariado – recinto da prova, junto ao Centro de Interpretação Ambiental de Salreu, BioRia – caso o limite de inscrições não tenha sido atingido até à data, e apenas durante a manhã, entre as 9h e as 12h.

Inscrições em equipa

O desconto na inscrição por equipa é válido com um mínimo de 3 inscrições. O código de equipa gerado no momento da inscrição, pode ser usado para acrescentar elementos àquela equipa posteriormente e ter acesso ao desconto. Para tal basta colocar o código da equipa no formulário das equipas e clicar em validar, automaticamente o nome da equipa é preenchido. Um código de equipa só aplicará o desconto depois de haver pelo menos 3 inscrições pagas.

Levantamento do Kit de participante

A entrega dos *Kits* será efetuada no secretariado, localizado recinto da prova, junto ao Centro de Interpretação Ambiental de Salreu – BioRia, nos seguintes dias e horários:

18 e 19 de setembro – 9h00-12h30 e das 13h30-19h30

No próprio dia – das 9h00 às 13h00

Para o levantamento do Kit deverá apresentar:

Bilhete de Identidade ou Cartão de Cidadão e o comprovativo de pagamento. No caso de menores de idade têm de preencher o [Termo de Responsabilidade](#), devidamente assinado pelo Encarregado de Educação. Caso não procedam à sua entrega até à hora limite de credenciação (13h00 do dia 20 de setembro) ficam impedidos da participação na prova.

No caso de inscrições de equipa, a pessoa responsável deverá apresentar o seu documento de identificação juntamente com o comprovativo de pagamento da equipa e fazer o levantamento dos *kits* de todos os elementos em simultâneo.

Sugere-se o levantamento antecipado do kit de prova.

Prémios

As provas dos 5k, 5k elite, 10k e 10k elite serão cronometradas com recurso a um chip, e os resultados dos tempos serão disponibilizados em: <https://lap2go.com/pt/event/biorace-estareja-2025>, com referência ao nome, dorsal, equipa e prova.

O grande prémio será superar o desafio e atingir a meta, contudo a organização atribuirá medalhas a todos os participantes, bem como os seguintes prémios:

BioRace 10k (inclui a elite) e 5k (inclui a elite):

Masculinos 10k e Masculinos 5k – Troféus para os três melhores tempos;

Femininos 10k e Femininos 5k – Troféus para os três melhores tempos;

Equipas 10k e Femininos 5k – Troféus para as primeiras três equipas, contabilizando o tempo dos primeiros três atletas de cada equipa a chegarem à meta.

A entrega dos prémios está prevista para 1 hora após a última partida de cada prova.

BioRace junior e especial/inclusiva:

Medalha de participação para todos os participantes. Não terá classificação individual e coletiva.

Desclassificações e impedimentos à participação e proibição de circulação automóvel

Serão alvo de desclassificação da prova todos os participantes que não utilizarem o dorsal e o chip entregues para esse efeito.

Também podem ser desclassificados os participantes que não seguirem as indicações da organização, nomeadamente não seguirem o percurso marcado com bandeiras, setas e fitas de sinalização em alguns locais estratégicos.

O tempo limite para a realização da BioRace 10k é de 2h45min e da BioRace 5k é de 1h45min.

Pode ainda ser recusada a participação na prova a pessoas que apresentem comportamentos considerados inadequados, causem distúrbios e ofensas junto de espectadores, a outros participantes ou elementos da organização.

Só é permitido acompanhar a prova e circular nos respetivos percursos às viaturas que tenham a identificação da organização, viaturas da GNR e dos Bombeiros.

Cancelamentos/Devoluções

Dada a natureza do evento e toda a logística associada não serão aceites cancelamentos de inscrição e devolução de valores, no entanto, podem os inscritos fazer levantamento do *kit* nas datas e horários previstos e/ou durante a semana seguinte no Complexo de Desporto e Lazer de Estarreja.

Captação de imagens e direito à imagem

No dia das provas da BioRace, e para o registo dos vários momentos, iremos recorrer à captação de imagens e de vídeos, através das quais será possível identificar os participantes.

O tratamento de dados relativos à captação de imagens e registo de vídeo no dia da prova é opcional e está sujeito a consentimento de vontade livre, específica, informada e inequívoca. As imagens serão utilizadas no âmbito da divulgação e promoção da BioRace nas páginas geridas pelo Município de Estarreja das redes sociais Facebook e Instagram. Ademais, poderão ser ainda utilizadas em materiais de promoção e divulgação do evento como cartazes publicitários e/ou website do Município de Estarreja.

De forma a conseguirmos cumprir o tratamento de dados relativos à captação de imagens no dia da prova, a organização reserva-se ao direito de identificar, durante a prova, e de forma inequívoca pelos meios que a organização vier a definir, todos os participantes que não forneçam o consentimento para a captura de imagens e a sua utilização nas páginas geridas pelo Município de Estarreja da rede social Facebook.

Política de Privacidade e Proteção de Dados

A política de privacidade e proteção de dados relativa à recolha e tratamento de dados efetuados no âmbito da BioRace pode ser consultada [aqui](#).

Organização
Município de Estarreja