

## PEDDY-PAPER “UMA JANELA ABERTA À PRIMAVERA”

9 ABRIL 2016 | 13h30m



O Peddy-paper “Uma janela aberta à Primavera” tem um percurso urbano e rural, com partida e chegada ao Jardim de Vanicelos em Setúbal e é organizado pela Associação de Atletismo Lebres do Sado.

Esta actividade não é mais que uma caminhada realizada por equipas de amigos ou familiares, num percurso circular onde a incerteza do caminho correcto é sempre uma constante. Cada equipa deslocar-se-á ao seu próprio ritmo, disfrutando assim da prática dum exercício físico saudável e do contacto que a natureza nos oferece.

**Data:** Sábado, 9 de abril de 2016

**Hora:** 13h30m

**Local de concentração e secretariado:** Jardim de Vanicelos (junto ao campo de jogos)

**Hora de concentração:** entre as 13h00m e as 13h15m

**Local de chegada:** mesmo local de partida

**Percurso:** Urbano e rural

**Distância:** 12kms (aproximadamente)

**Grau de dificuldade:** 3 numa escala de 0 a 5

**Nº de “Estações”:** 15 (aproximadamente)

**Tipo e dificuldade de questões colocadas:** Observação visual e cultura geral com um grau de dificuldade 2 numa escala de 0 a 5

**Equipas:** de 3 a 4 pax – a equipa terá que ser caracterizada por um nome próprio a atribuir no ato da inscrição. A formação das equipas pode ser mista – masculina ou feminina (terá que ser indicado no acto da inscrição).

**Modo de Orientação:** através de um Road-book de leitura muito fácil que será entregue no momento da partida.

**Partida das Equipas:** de dois em dois minutos.

**Equipamento:** cada equipa é portadora da sua própria água. Terá de se fazer acompanhar por uma esferográfica, telemóvel, roupa e calçado compatível com o clima. Se cada participante tiver um bastão, ele irá ajudar tanto nas subidas como nas descidas. Se não for possuidor(a) desse auxiliar de caminhada, não irá deixar de a fazer. Uma barrinha de cereais ou uma peça de fruta também ajuda.

**Inscrições:** deverão ser enviadas para [acarolino.cruz@gmail.com](mailto:acarolino.cruz@gmail.com) ou [lebresdosado.geral@gmail.com](mailto:lebresdosado.geral@gmail.com).

Nota: apenas serão aceites quando acompanhadas do comprovativo do pagamento da taxa de inscrição efetuada através do

**NIB 0035 0752 0000 5276 9309 6** ou do

**IBAN PT50 0035 0752 0000 5276 9309 6** da A.A. Lebres do Sado.

**Data limite das inscrições:** 7 de abril de 2016

**Taxa de inscrição:** 3€ para não sócios e 2,5€ para sócios da A.A. Lebres do Sado

**Lembranças para a todos os participantes!**

**Classificações:**

1. Para efeitos de classificação serão considerados 3 escalões: masculino, feminino e misto.
2. À equipa com maior número de respostas certas serão atribuídos 200 pontos.
3. À equipa com melhor tempo na classificação geral serão atribuídos 100 pontos.
4. Às restantes equipas será atribuída uma pontuação proporcional ao número de respostas certas e ao tempo gasto.
5. Haverá um troféu para as três primeiras equipas de cada escalão.

**Condição física:** os participantes estão cobertos por um seguro. Contudo, são responsáveis pela sua condição física durante o percurso.

**Informações:** quaisquer dúvidas poderão ser esclarecidas através do mail [lebresdosado.geral@gmail.com](mailto:lebresdosado.geral@gmail.com) ou dos telemóveis **919 832 316** (Alberto Carolino) ou **919 753 745** (Paulo Mota). Em [www.lebresdosado.pt](http://www.lebresdosado.pt) e na página das “**Lebres do Sado**” no Facebook serão disponibilizadas também informações adicionais sempre que se justifique ou a organização considere convenientes.