

“CORRIDA DOS GAMBOZINOS 2014”

3ª CORRIDA NOTURNA

DA

QUINTA DO CONDE

- INTRODUÇÃO | CONCEITO

Acompanhando o crescente número de participantes de running em Portugal, esta nova corrida vem ocupar um espaço em aberto na Quinta do Conde. Na verdade, mais de 80% dos praticantes de running fazem o seu treino ao final do dia, muitas vezes preparando-se para corridas que são normalmente organizadas aos domingos de manhã. Este evento garante uma total originalidade, ao ponto de captar novos participantes além dos habituais corredores.

Para além da vertente desportiva, este evento terá algo mais aliciante.

Uma vez que se realiza à noite utilizando jogos de luz, cor e som pouco habituais, cria uma mecânica de envolvimento, entusiasmo e convívio, antes, durante e após o evento.

A **partida** será o momento mais importante do evento: a EBI da Boa Água irá cair na escuridão total, sendo apenas iluminada pelos efeitos criados pela iluminação pública, que com música e interação com um animador, irá causar um forte impacto, nos participantes, de diversão e energia, proporcionando ao mesmo tempo o aquecimento necessário para o início da corrida.

A **chegada** será no local da partida, para que os participantes possam, após a corrida, reencontrarem-se, onde poderão partilhar a sua experiência desta fantástica corrida noturna.

- OBJETIVO

Pretende-se realizar uma nova corrida, num momento diferente do habitual, isto é, à noite, que pela sua originalidade contribua para levar e alertar os Quinta Condenses para a prática desportiva e ao mesmo tempo divulgar e ajudar a Associação de Pais da Escola Básica Integrada da Boa Água (APABIBA) a desenvolver os seus projetos de apoio à Escola.

- O QUE É | ONDE | QUANDO

A 3ª Corrida Noturna da Quinta do Conde terá uma distância de 5 quilómetros, **para correr e ou andar** em algumas ruas da Quinta do Conde (mapa em anexo).

Com data de realização no **dia 28 de Fevereiro de 2014, pelas 21 horas.**

Próximas corridas: 28 de Março/25 de Abril/23 de Maio/13 de Junho.

- PERCURSO | ITINERÁRIO

- O percurso tem como motivo principal a ligação entre todas as Escolas do Agrupamento.

- **PARTIDA:** EBI da Boa Água - Av. dos Aliados (esq.) - Av. da liberdade (direita) - Rua Cidade Coimbra (esq.) - Rua Cidade de Évora (esq.) - Rua Cidade de Faro (direita) - Rua Cidade de Portalegre (esq.) - Rua Cidade do Funchal (esq.) - Rua Cidade de Setúbal (direita) - Rua de Timor (direita) - Rua Ilha Terceira (esq.) - Rua Ilha da Madeira (esq.) - Rua Ilha de Porto Santo (direita) - Av. da Liberdade (esq.) - Rua Serra da Arrábida (direita) - Rua das Olaias (esq.) - Av. dos Aliados (esq.) - Rua Serra de Monchique (esq.) - EBI da Boa Água – **FINAL.**

- APOIOS | COLABORAÇÕES

Segurança para o evento: Policia com a “Escola Segura”, meios de socorro (ambulância) com a Proteção Civil da Câmara Municipal de Sesimbra, a ser solicitada em colaboração com a direção do Agrupamento de Escolas da Boa Água, por o evento estar integrado no Plano Anual de Atividades.

Colaboração da Junta de Freguesia com a cedência do equipamento de som, caso a Escola não possua.

Colaboração das Associações Culturais e Desportivas da Quinta do Conde para a divulgação do evento, assim como a sua participação de forma organizada onde se destacaram as suas cores que irão dar mais cor ao evento.

Colaboração de um ou mais animadores/professores para a interação inicial com música e movimento para o aquecimento dos participantes antes da corrida.

- PARTICIPAÇÃO | INSCRIÇÃO

As inscrições estão abertas a todos os Quinta Condenses com principal incidência nos **Alunos e Encarregados de Educação, Docentes e não Docentes das Escolas do Agrupamento de Escolas da Boa Água.**

A inscrição será efetuada junto da APABIBA na EBI da Boa Água, tem um custo simbólico de **1 Gambozino (1 €)**, ou de outra forma publicitada junto das Escolas e Associações da Quinta do Conde.

- RECOMENDAÇÕES | SUGESTÕES

Trazer:

(obrigatório)

- Equipamento desportivo confortável;
- Camisola branca e ou com motivos refletos;
- Ténis adequados;
- Uma garrafa pequena de água;

(facultativo)

- Gorro e luvas;
- Um foco de luz ou pequena lanterna;
- Algum alimento sólido.

- ANEXOS

“A” - Ficha de Inscrição;

“B” - Cartaz de publicitação;

“C” - Mapa do percurso.

Quinta do conde, 20 de Fevereiro de 2013

A Organização

“SAI DO SOFÁ, VEM DIVERTIR-TE A CORRER OU ANDAR NA QUINTA DO CONDE!...”