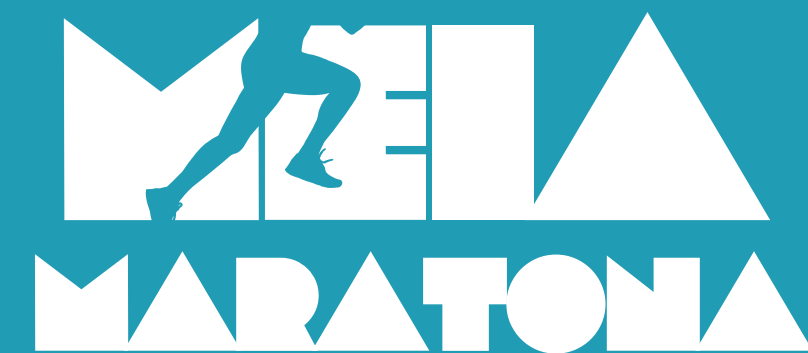


Guia do Atleta



MEIA
MARATONA

ODIVELAS / LOURES / ODIVELAS

Juntos pelo desporto

Apresentação

Os Municípios de Odivelas e Loures organizam pela terceira vez a Meia Maratona – Odivelas-Loures-Odivelas, no dia 21 de setembro. Sob o slogan Juntos pelo Desporto, as duas autarquias unem-se para reviver uma prova de atletismo que se realizava nos anos 80 e 90 e que ligava as duas cidades.

Numa data em que se comemora a Semana Europeia do Desporto, a iniciativa, integra também, uma corrida de 10km, uma caminhada de 5km e uma corrida kids para os mais pequenos na véspera.



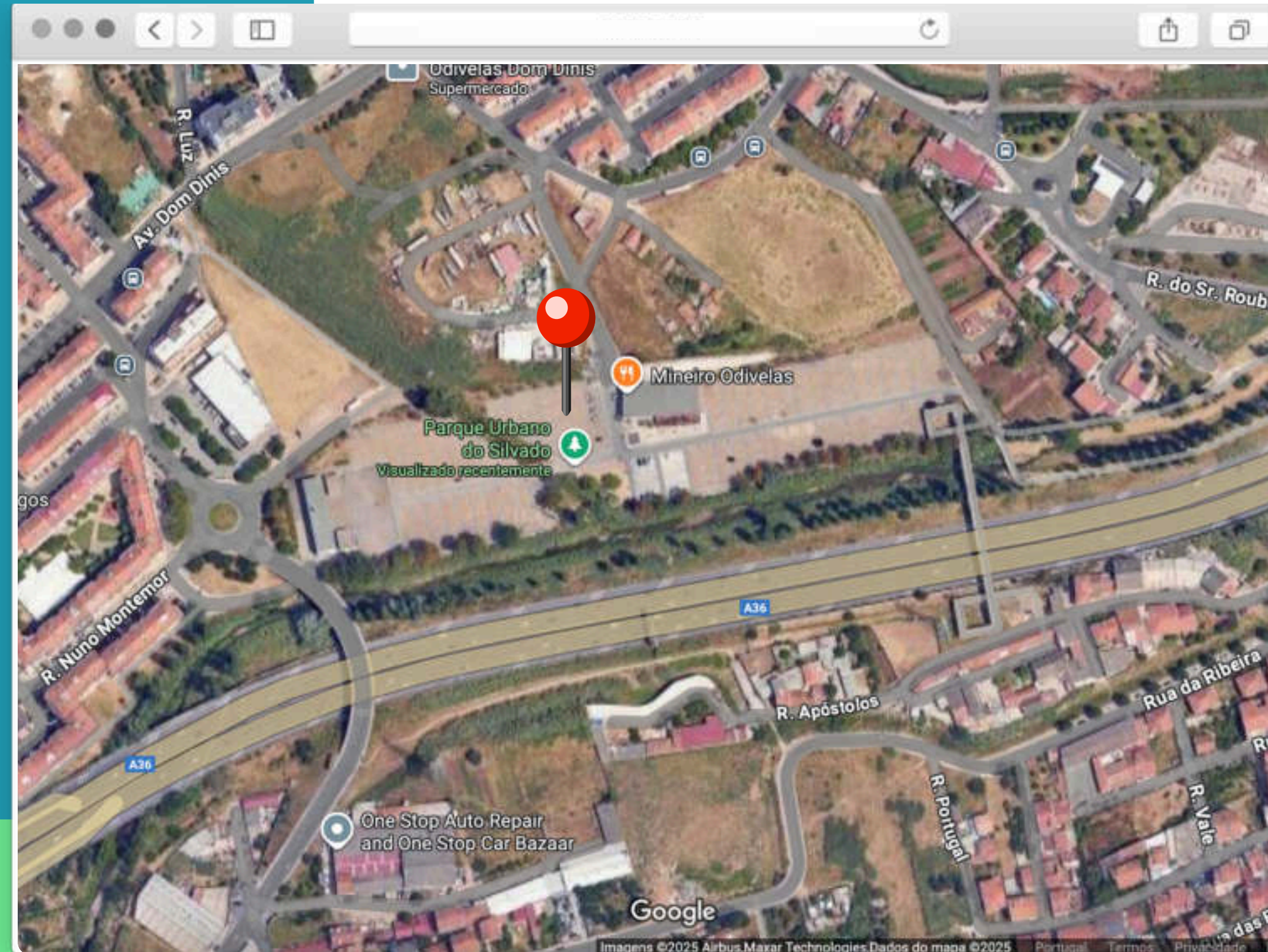
MADRINHA



**NAIDE
GOMES**

Partida/Chegada

Parque do Silvado, Odivelas



Programa



Listagem de Inscritos

[Consulta aqui o número do teu dorsal](#)

[Corrida KIDS](#)





**Podes consultar
aqui o tempo que
estará no dia do
Evento**

Secretariado

Sexta-Feira, 19/09

Matrizauto Loures, Rua Cidade de Aveiro, 2660-018 Frielas
das **11h às 19h**

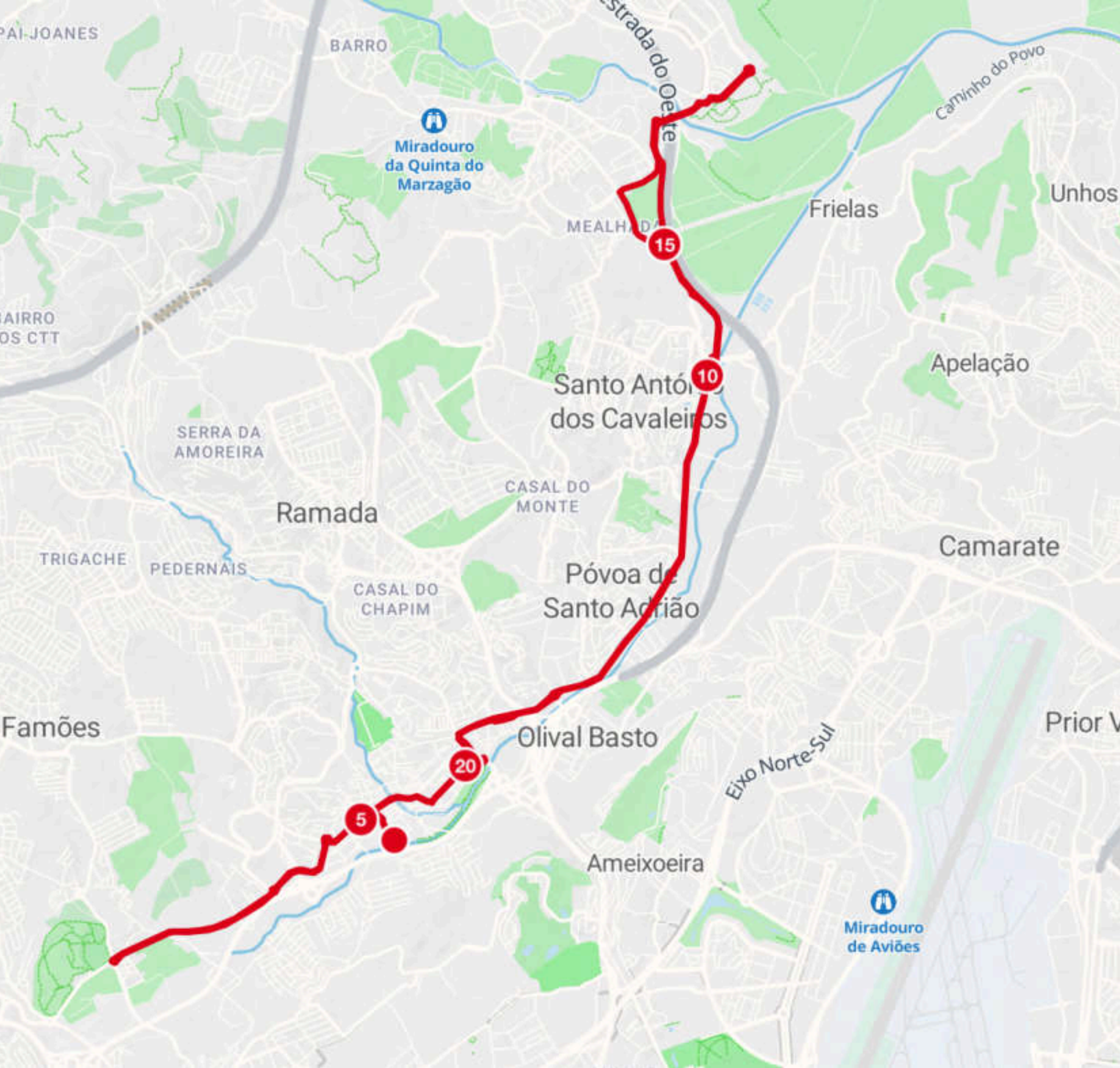
Sábado, 20/09

Parque Silvado,
das **11h às 19h00**

Sábado, 20/09
(Corrida Kids)

Praça da República (Urbanização Jardim da Amoreira, Odivelas),
das **16h às 17h30**

Meia Maratona

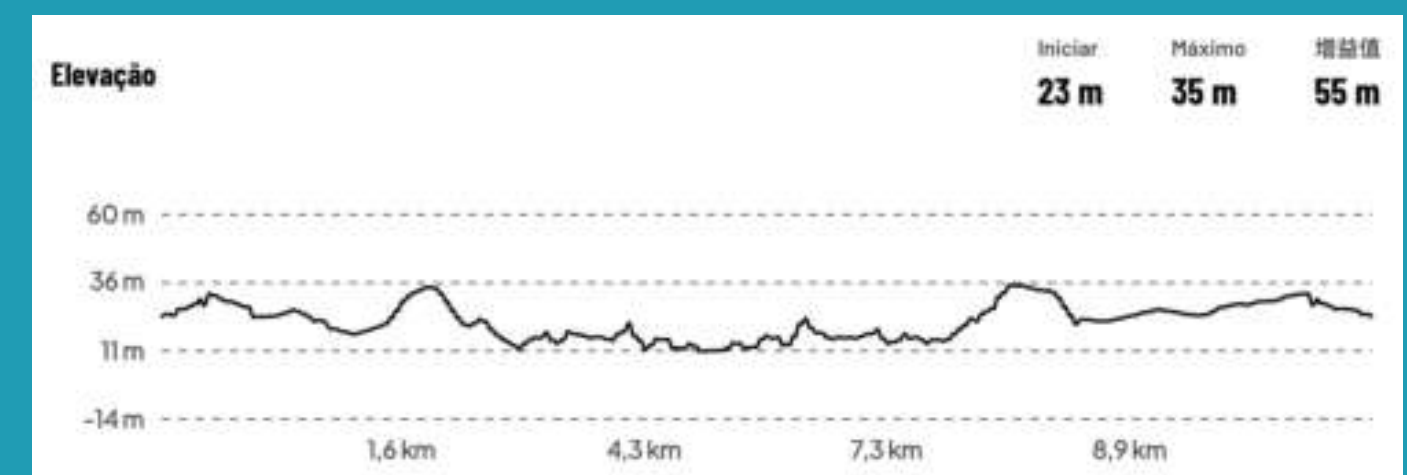
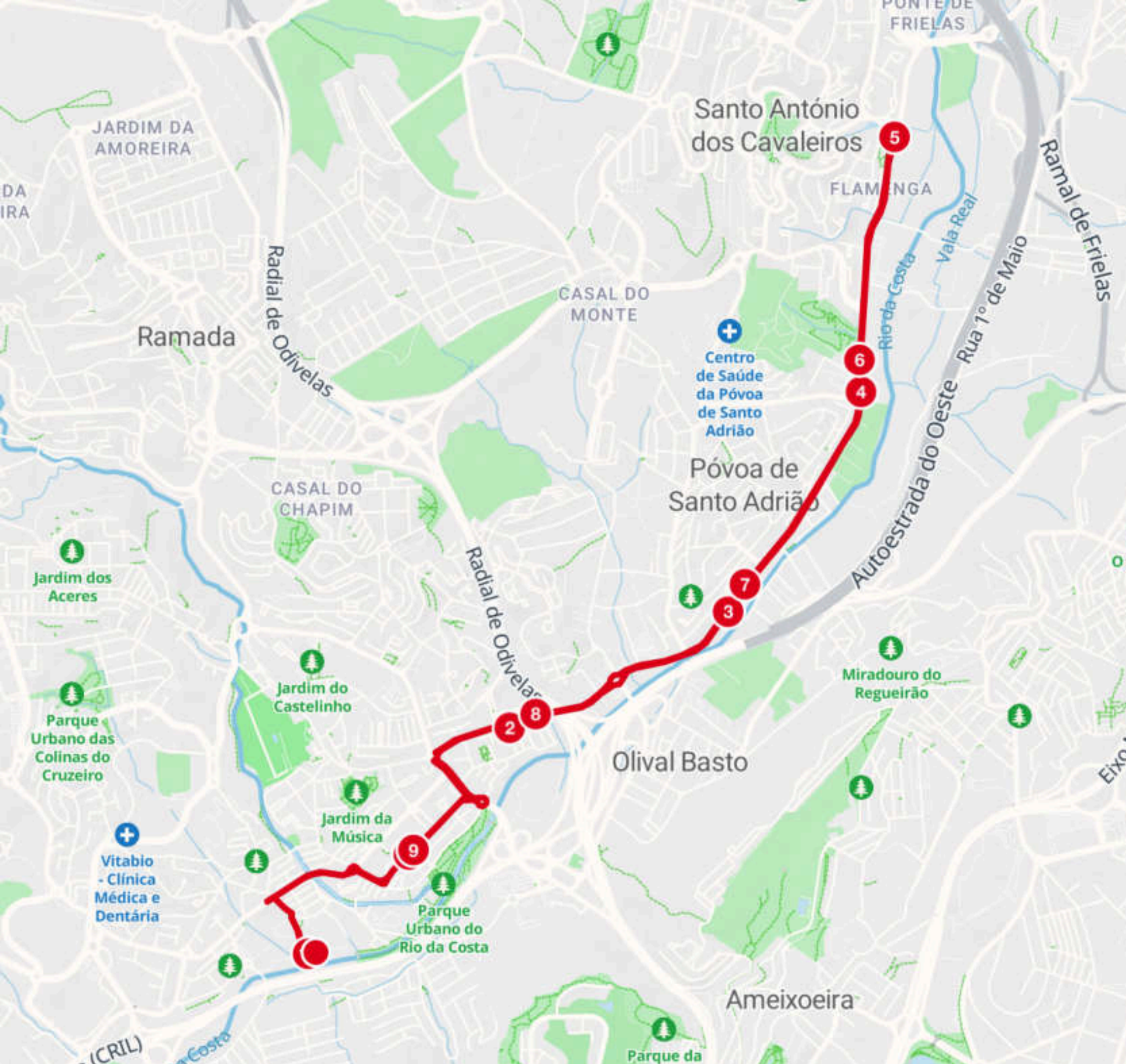


(O tempo limite para a Meia Maratona 21km é de 3 horas, sendo esse controlo efetuado na linha de chegada)



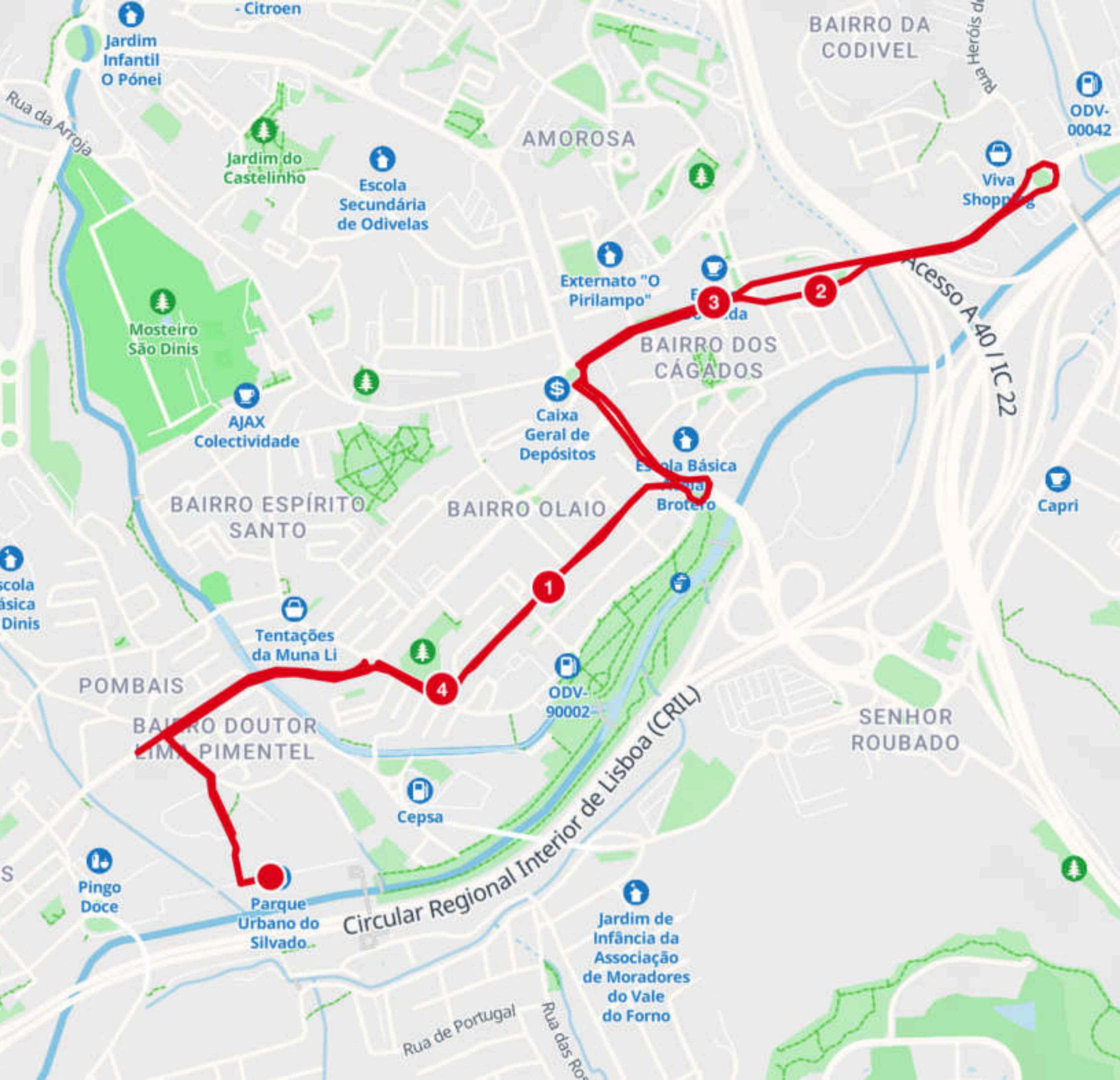
[Link Percurso](#)

Corrida 10km



[Link Percurso](#)

Caminhada 5km



[Link Percurso](#)

Segue as setas!

Por precaução, transfere o ficheiro GPX para teres acesso ao percurso 24/7.



*Meia Maratona
21 KM*



*Corrida
10 KM*



Caminhada

(Imagens Ilustrativas)

Blocos de Partida



- Elite
- 4 min/km
- 4:30 min/km
- 5 min/km
- 5:30 min/km
- 6 min/km

(Imagens Ilustrativas)

Atenção!



(Imagens Ilustrativas)

Respeita o bloco de partida indicado no teu dorsal e posiciona-te corretamente na manga de partida!

Dorsais Oficiais da Prova



**Meia Maratona
21km**



Corrida 10km



Caminhada 6km

Kit do Atleta

T-SHIRT: 6€



*Medalha Finisher para os 21km e os 10km

Kit do Atleta

(Oferta do Hospital da Luz para a Caminhada)





FOTOP

Compra o teu pacote com antecedência e serás o primeiro a receber as fotos, além de pagar menos por ele! Com o pacote antecipado, garante todas as tuas fotos de alta resolução no evento com desconto e ainda começa a receber as fotos antes que o evento esteja disponível.

[Compra aqui](#)

CLR PROJECT

Durante o secretariado a **CLR Project** estará a fazer a recolha de t-shirts (qualquer tamanho, cor ou feitio).

As t-shirts recolhidas serão entregues pela ONGD-CLR Project nas missões de intervenção humanitária e social em Portugal e África diretamente nas aldeias e população.



CLR project

ASSOCIAÇÃO DE APOIO SOCIAL - INTERVENÇÃO HUMANITÁRIA E SOCIAL EM PORTUGAL E ÁFRICA



Organização:



Com o Apoio:



Divulgação:



MEIA MARATONA

ODIVELAS / LOURES / ODIVELAS
Juntos pelo desporto