



## REGULAMENTO CENTRO DESPORTIVO DE MARCHA E CORRIDA ÉPOCA DESPORTIVA 2023-24 1. DATAS E HORÁRIOS

A época desportiva tem o seu início a 4 de setembro de 2023 e termina a 31 de julho de 2024, com a duração de 11 meses.

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Local Início de Treino	CNL	ESTÁDIO	CNL	CNL	CNL
Horário da Tarde	19h - 20h15 07h45 - 9h00	19h - 20h15	07h45 - 9h00	19h - 20h15	07h45 - 9h00
Enquadramento Técnico	Daniel Dias Nuno Baltazar Nataniel Lopes	Daniel Dias Nuno Baltazar	Nataniel Lopes	Daniel Dias Nuno Baltazar	Nataniel Lopes

### 2. INSCRIÇÃO E SEGURO DESPORTIVO

A inscrição no Programa Nacional de Marcha e Corrida é obrigatória por forma a possuir o seguro desportivo (<http://marchae corrida.pt/weventual/inscricoes>), sendo que os utentes são responsáveis por assumir o custo da franquia associado à ativação do seguro desportivo em caso de acidente desportivo.

### 3. PREÇOS E MODO DE PAGAMENTO

O pagamento do enquadramento técnico e utilização do Centro Nacional de Lançamentos tem um valor anual de 200€ (desconto de 1 quota mensal), havendo também a possibilidade do pagamento em prestações mensais de 20€. Caso o utente opte pela modalidade de quota mensal será o valor de 11 prestações de 20€. O valor da joia de inscrição (inicial e renovações) será de 10€ que inclui oferta de uma t-shirt.

Centro Desportivo de Marcha e Corrida	Joia de Inscrição	Quota Mensal	ou	Quota Anual
ACOMPANHAMENTO TÉCNICO + UTILIZAÇÃO DO CNL	10€	20€		200€

Há ainda a possibilidade de adquirir packs de treinos (consultar tabela abaixo).

Centro Desportivo de Marcha e Corrida	Joia de Inscrição	Pack 10 Treinos	ou	Pack 20 Treinos
AQUISIÇÃO DE PACKS DE TREINOS	10€	35€		66.50€

**Nota:** O pack de treinos deverá ser entregue ao técnico em cada utilização na unidade de treino.

O pagamento das prestações mensais deverá ser efetuado até ao dia 8 do mês de prática e pode ser feito das seguintes formas:

- Transferência Bancária para o IBAN PT50 0033 0000 06180898001 23 (enviar o comprovativo para [geral@juventudevidigalense.org](mailto:geral@juventudevidigalense.org)).
- Por MB Way para o número 912727166.
- No gabinete do EML - em numerário ou multibanco

A falta não justificada, não frequência dos treinos ou desistência não isenta o pagamento das quotas mensais que deverão ser liquidadas entre setembro e julho, sem interrupção.

### 4. INTERRUÇÃO DE TREINOS

24 e 25 de dezembro de 2023 (Natal)
31 de dezembro de 2023 e 1 de janeiro de 2024 (Ano Novo)
7 março de 2024 (Taça da Europa de Lançamentos)
31 de julho (Término da época) até 2 setembro (Início da Época);

### 5. EXAME MÉDICO-DESPORTIVO

A realização do Exame Médico Desportivo é aconselhável. O Exame serve para despistar qualquer problema que condicione a prática desportiva do atleta.

### 6. DIREITOS DE IMAGEM

Ao proceder à inscrição, autoriza a cedência de forma gratuita e incondicional ao Juventude Vidigalense, os direitos da utilização da imagem tal como captada, por meio de fotografia ou vídeo, durante a participação em competições e/ou atividades desportivas inerentes à atividade regular do clube e dos seus técnicos, autorizando a sua reprodução em peças de comunicação única e exclusivamente de apoio à divulgação e promoção das atividades do clube e dos respetivos parceiros institucionais.