

GUIA DO EVENTO . OEIRAS . 1 DE JULHO DE 2023

THE COLOR RUN™
Unicorn Tour



#happiest5k

✓ LEVANTAMENTO DO KIT

Levanta o teu kit antes do dia da corrida

Dias, horas e local

dia 29 de junho das 10:00 às 21:00

dia 30 de junho das 10:00 às 21:00

Local:

Centro Desportivo Nacional do Jamor,
junto à parede de escalada

🕒 NÃO CONSEGUISTE LEVANTAR O KIT?

SÁBADO, 01 de julho

das 10:00 às 15:00

(chega cedo!)

Local:

Centro Desportivo Nacional do Jamor,
junto à parede de escalada

Se já compraste o teu bilhete podes levantar o teu KIT de participação. Para isso é obrigatória a apresentação do bilhete electrónico ou impresso, com o código de barras ou QR Code bem visível.

Podes levantar os kits dos teus amigos ou colegas de equipa desde que apresentes os respectivos bilhetes.

Atenção: Damos-te uma dica valiosa :D traz contigo uma lista com os tamanhos das t-shirts que cada amigo veste.

Se encontrares a nossa mascote, o Unicórnio, ABRAÇA-O e tira uma selfie, ele adoraaaaa ser o rei da festa!



COLOR RUNNERS, SEJAM BEM-VINDOS À UNICORN TOUR!

Desenvolvemos este guia para te dar toda a informação que vais precisar para que a tua experiência neste evento seja a MELHOR possível.

Prepara-te para uma dia cheio de cor e rodeado de amor nos 5km mais FELIZES do planeta.



🍷 O TEU KIT INCLUI...

Vais receber uma T-SHIRT exclusiva da Unicorn Tour, um LENÇO, uma TATUAGEM temporária, uma MOCHILA, e uma SAQUETA de PÓ COLORIDO.

A T-SHIRT É O TEU BILHETE DE ENTRADA NO EVENTO, O SEU USO É OBRIGATÓRIO.

🏃 CORRER COM CRIANÇAS

Os participantes que correm com crianças, são encorajados a nunca as perder de vista, a trazer água, óculos de sol, e a escrever o seu contacto na parte de trás do dorsal.

Relembramos que só podem participar crianças que tenham sido registadas.

🦄 LOJA DA TCR

No dia do evento, junto ao check-in, irás encontrar a nossa loja COLORIDA, onde poderás adquirir artigos da The Color Run, como as nossas meias coloridas, um dos nossos tutus, ou a nossa fantástica mascote, o Unicórnio. Se já usaste, ou esqueceste o teu saquinho de COR, teremos uma quantidade limitada para venda. Nota: não temos Multibanco.



#UNICORNTOUR #HAPPIEST5K



CRIANÇAS QUE PARTICIPAM GRATUITAMENTE, NÃO RECEBEM O KIT, APENAS O DORSAL.



LINHA DE PARTIDA

**SÁBADO, 1 de julho
às 16:00 e às 17:00**

Centro Desportivo Nacional
do Jamor, em Oeiras

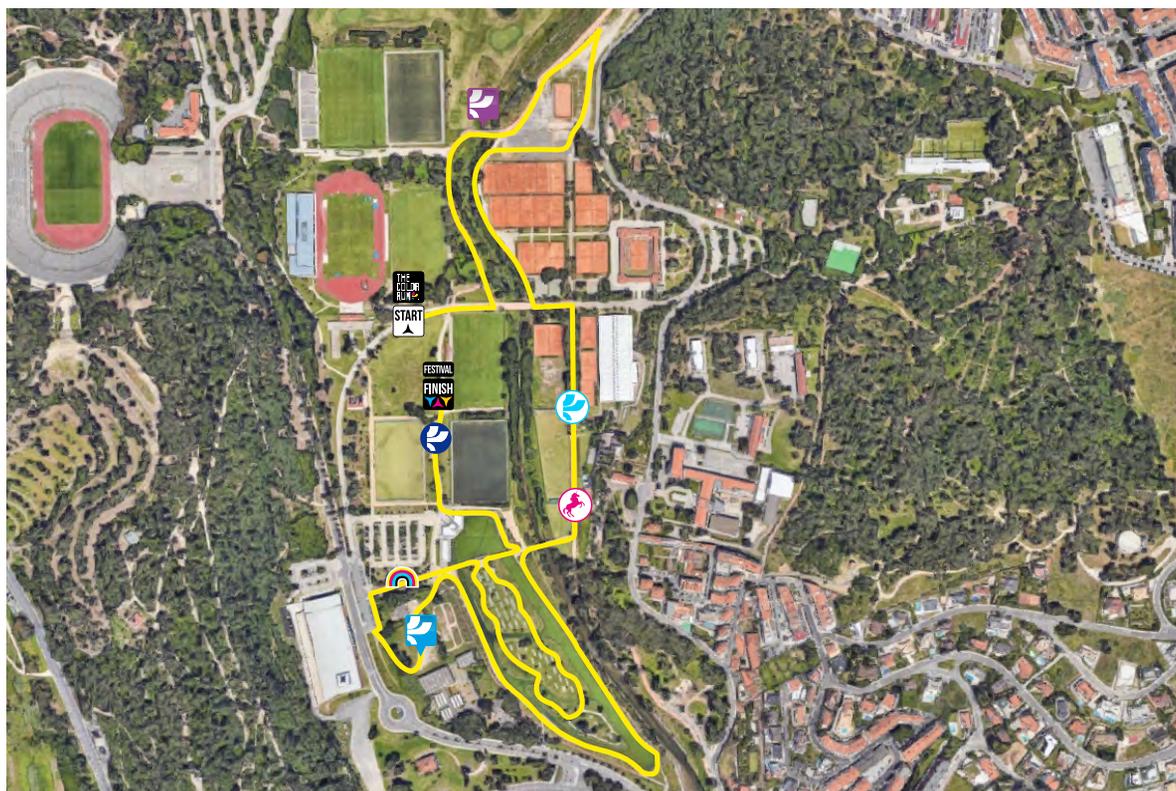
**IMPORTANTE: CERTIFICA-TE QUE
TENS A TSHIRT OFICIAL DO
EVENTO VESTIDA, E QUAL O
TEU HORÁRIO DE PARTIDA.**

Planeia o teu tempo para ires de transportes públicos, alongar, rir e conhecer novos amigos.

- . AQUECIMENTO às 15:30
- . 1º HORÁRIO de partida às 16:00, e as partidas seguintes serão feitas em ondas de 450 pessoas a cada 3 minutos. Tudo para receberes a COR a que tens direito.
- . O último horário de partida começa às 17:00 e as partidas seguintes serão feitas em ondas de 450 pessoas a cada 3 minutos.

Lembra-te que não há cronometragem, a única competição é ver quem chega à meta mais FELIZ e COLORIDO!

**NOTA: O evento não tem cacifos.
Deixa os teus pertences em casa
ou no carro. Leva apenas o
essencial.**



Estação Roxa: 

Estação de Espuma: 

Estação Multicolor: 

Estação Azul: 

Túnel Colorido: 

Ponto de água: 



Vitalis

TRANSPORTES PÚBLICOS PARA O COMPLEXO DESPORTIVO DO JAMOR

De forma a evitares problemas para estacionar, se puderes usa os transportes públicos da cidade.

Estas são as rotas de transportes públicos para o Complexo Desportivo do Jamor:

AUTOCARROS: 102 e 116, 06

Nome das Estações e distância:

- . Tomás Ribeiro (Rotunda De Queijas) - 4 min a caminhar
- . Estádio Nacional do Jamor - 6 min a caminhar
- . Rua Das Tílias (Camélias/Violetas) - 8 min a caminhar
- . Complexo Desportivo Jamor (Piscinas) - 10 min a caminhar
- . Caxias (Cidade Do Futebol) - 19 min a caminhar

COMBOIO: Estação Cruz Quebrada

Nome das Estações e distância:

- . Cruz Quebrada - 39 min a caminhar
- . Algés - 62 min a caminhar

ESTACIONAMENTO:

Infelizmente não conseguimos assegurar parques de estacionamento para todos os participantes por isso aconselhamos que as deslocações sejam feitas por transportes públicos.



✓ SEGURANÇA EM 1º LUGAR!

A COR é feita com uma receita mágica de pó colorido. Todos os produtos são 100% naturais, seguros e de qualidade alimentar.

As crianças entre os 0 e os 10 anos de idade que participam gratuitamente, têm que estar registradas e usar o dorsal visível.

A The Color Run é um evento para não fumadores.

Se levas carrinhos de bebé, mantém-te à direita. Se vais correr, ultrapassa pela esquerda.

Se estás preocupado com o pó colorido, usa óculos e/ou máscara anti-pó, e traz uma garrafa de água.

Colabora e segue as instruções da organização, voluntários e autoridades.

Acima de tudo, DIVERTE-TE, sê cordial e respeita os outros.



📄 IMPORTANTE

A T-SHIRT OFICIAL DO EVENTO É DE USO OBRIGATÓRIO. Esta é a forma de seres IDENTIFICADO como COLOR RUNNER, e a única forma de passares os CONTROLOS DE ACESSO - no percurso e na festa final.

As crianças que participam gratuitamente têm que ter colocado o dorsal que lhes foi atribuído.

As equipas podem fazer o percurso juntas ou separadas, a escolha é tua / vossa.

A CORRER, CAMINHAR, DANÇAR ou simplesmente DESFILAR! O evento é para TODOS e tu percorres os 5km ao teu ritmo e da forma que preferires! O nosso conselho é: faz um pouco de tudo para te divertires à grande.

Para facilitar a fluidez dos participantes procura seguir esta regra: Caminhantes, dançarinos e modelos pela DIREITA, e os Corredores ultrapassam pela ESQUERDA.

Nunca é demais lembrar que a grande FESTA DAS CORES ESTÁ À TUA ESPERA DEPOIS DA META!

Se tiveres por hábito pintar o cabelo, e em particular se o cabelo for loiro protege-o com o buff incluído no kit, ou apanhando-o com gel, ou óleo de coco antes do evento. Desta forma será mais difícil que o pigmento agarre ao cabelo. Um bom chuveiro limpa a maior parte da cor. No entanto aconselhamos a que sacudas bem o pó antes de te molhar.

No festival iremos ter uma ESTAÇÃO DE LIMPEZA para tirares os excessos de pó.

Quanto ao outfit, aposta na descontração. Não levas a tua roupa mais chique, pois pode ficar com algumas cores extra. Se fores de carro, leva umas toalhas para cobrir os assentos ou reveste-os com película aderente. A não ser que queiras aproveitar para ficar com o carro bem colorido. Nesse caso vamos de boleia contigo. :)

GRUPO AGEAS PORTUGAL | TITLE SPONSOR

O Grupo Ageas Portugal e a Ageas Seguros são patrocinadoras oficiais dos eventos da The Color Run em Portugal. Todos participantes estão abrangidos pelo seguro da Ageas Seguros aquando a sua participação nos 5km mais felizes do Planeta.

Para saber mais informações sobre a Ageas Seguros visita: www.ageas.pt

MITSUBISHI | MAIN SPONSOR

A Mitsubishi Motors Portugal é patrocinadora da The Color Run Portugal. No dia 1 de julho a Mitsubishi irá estar em Oeiras para dar o arranque aos 5km e vai deixar a sua marca no evento mais colorido do ano.

Para saberes mais sobre os modelos Mitsubishi visita: www.mitsubishi-motors.pt

AUCHAN | MAIN SPONSOR

A Auchan é patrocinadora da The Color Run Portugal para dar ainda mais cor à vida dos Portugueses. O Clube Auchan é o programa de fidelização criado para aumentar ainda mais as suas poupanças. Está dividido por vários níveis, à medida que faz compras, ganha pontos, podendo ganhar: promoções exclusivas, ofertas diárias, descontos semanais, cupões e vales, descontos marca Auchan e muito mais...

Para saberes mais sobre o Clube Auchan visita: www.auchan.pt



VITALIS | PARCEIRO

As águas VITALIS juntam-se aos 5km mais felizes do planeta para hidratar os nossos Color Runners num dia repleto de festa e muita animação.

Visita www.vitalis.pt e junta-te ao #movimentovitalis



FOTOP | PARCERIA

A Fotop vai tirar fotos aos participantes durante o percurso e dispõem de vários pacotes através dos quais os nossos Color Runners podem comprar as suas fotos na The Color Run.

SE TIVERES INTERESSADO COMPRA JÁ O TEU PACOTE ANTECIPADO E GANHA UM DESCONTO. VAIS SER O PRIMEIRO A RECEBER AS TUAS FOTOS.

Com o pacote antecipado, garantes todas as tuas fotos do evento em alta resolução e recebe-as no próprio dia.

Pacote normal: 21 euros

Pacote antecipado: 17,90 euros

O Fotop trabalha em Portugal, Brasil, Equador e Austrália. As fotos são de alta resolução, compra segura, fácil e rápida.



MARCAS PRESENTES



Vitalis

FOTOP

imagine
FOR ALL



SOLIDARIEDADE

Este ano a The Color Run Portugal decidiu apoiar duas instituições em Lisboa. São elas:

. A **FUNDAÇÃO ANTÓNIO LUÍS DE OLIVEIRA** em Lisboa e convidar todas as crianças/jovens que vivem na fundação a participarem de forma gratuita no evento The Color Run que se vai realizar em Oeiras.

A Fundação é uma Instituição Particular de Solidariedade Social, que acolhe fratrias (grupos de irmãos) de ambos os sexos, dos 3 aos 18 anos, provenientes de famílias desestruturadas e tem por objectivo prestar assistência, educação e formação.

A Fundação apoia as crianças e jovens no seu crescimento psico/social, visando a reintegração na família e sociedade, numa perspectiva de cidadania. Apoia as famílias, envolvendo-as no decurso de todo o processo.

Se quiseres ajudar ou saber mais informações sobre o trabalho desenvolvido visita o website: www.falo.pt

. A **CERCICA - Cooperativa de Educação, Reabilitação e Capacitação para a Inclusão** em Cascais.

A CERCICA é uma Instituição de Solidariedade Social, com carácter complementar na educação e reabilitação social em relação ao Estado, tendo várias respostas sociais que acompanham todo o ciclo de vida de pessoas com deficiência, e dentro da sua resposta social do lar residencial, onde desenvolvem várias atividades que contribuem para a autonomia e qualidade de vida, surgiu esta vontade de participarem na The Color Run por todos acreditarmos que dá continuidade ao trabalho desenvolvido no lar, que é também, serem felizes.

Se quiseres ajudar ou saber mais informações sobre o trabalho desenvolvido visita o website: www.cercica.pt



♥ OBRIGADO

A The Color Run não poderia realizar-se sem o trabalho de uma vasta equipa. Queremos manifestar o nosso agradecimento especial à Ageas Seguros, ao Grupo Ageas Portugal, à Câmara Municipal de Oeiras, ao Complexo Desportivo do Jamor, ao IPDJ, e um agradecimento enorme aos nossos voluntários dedicados e incansáveis que trazem cor e alegria a este evento.

Mas o agradecimento mais COLORIDO vai para todos vocês, os nossos COLOR RUNNERS, sem os quais este evento não faria sentido.

Estes são MESMOOO os 5km MAIS FELIZES DO PLANETA. Por isso divirtam-se, vivam momentos mágicos, e partilhem os vossos SORRISOS COLORIDOS nas nossas redes sociais. Encontramo-nos na linha de chegada! ;)



#UNICORNTOUR #HAPPIEST5K



THE COLOR RUN™
Unicorn Tour



Prepara-te para brilhar!