

UTILIZAÇÃO DAS INSTALAÇÕES DO CENTRO DESPORTIVO NACIONAL DO JAMOR (CDNJ) POR PARTE DOS PRATICANTES DESPORTIVOS INSCRITOS NO PROGRAMA NACIONAL DE MARCHA E CORRIDA (PNMC)

1. Acesso e utilização livre* dos **balneários** do Estádio Nacional e dos balneários n.º 2 (junto ao Centro de Treino de Atletismo) durante os horários de funcionamento dessas instalações (**Estádio Nacional**: das **7:00 às 22:00** horas; **Balneários n.º 2** das **7:00 às 23:00** horas).
2. Acesso e utilização individual da **pista de atletismo do Estádio Nacional** de segunda a sexta-feira, das **7:00 às 10:00** horas e das **13:00 às 17:00** horas.
No período da tarde, de **segunda a sexta-feira**, das **19:00 às 21:00** horas, e aos sábados, das **10:00 às 13:00** horas, devem ser respeitados os horários previstos para a realização das atividades tecnicamente enquadradas do **Centro de Marcha e Corrida do Jamor (ver horário em anexo)**.
3. A utilização da **pista de atletismo do Estádio Nacional** fora dos horários acima mencionados será realizada de acordo com as regras de acesso ao mesmo estabelecidas para os praticantes desportivos em geral e será sujeita ao pagamento da taxa prevista para essa utilização.

* O acesso e **utilização individualizada**, quer dos balneários, quer da pista de atletismo do Estádio Nacional, por parte dos praticantes desportivos inscritos no Programa Nacional de Marcha e Corrida (PNMC), **fora do âmbito das atividades enquadradas** e promovidas pela equipa de técnicos do **Centro de Marcha e Corrida do Jamor**, obriga a que esses praticantes desportivos estejam devidamente referenciados e tenham uma assiduidade mínima de 2 presenças mensais nas atividades do **Centro de Marcha e Corrida do Jamor**. Cabe aos técnicos do **Centro de Marcha e Corrida do Jamor** agendar as entrevistas e o registo de participações, e a sua posterior comunicação aos serviços do CNDJ.

A **disponibilidade** da pista de atletismo e dos balneários está sempre **condicionada à realização de outros eventos** que se realizem no Centro Desportivo Nacional do Jamor (CDNJ).

Pista de Atletismo n.º 1 - Estádio Nacional

Pista de Atletismo n.º 1	Dias da Semana	Horas															
		07:00	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00
Alto Rendimento e Seleções Nacionais	2.ª a 6.ª feira				10:00 - 13:00							17:00 - 19:00					
	Sábado				10:00 - 13:00												
Programa Nacional Marcha e Corrida (atividades enquadradas)	3.ª e 5.ª feira												18:00 - 21:00				
	2.ª, 4.ª e 6.ª feira												19:00 - 21:00				
	Sábado				10:00 - 13:00												
Clubes	2.ª a 6.ª feira												19:00 - 22:00				
	Sábado e Domingo	07:00 - 10:00						13:00 - 20:00									
Utentes em geral (inclui utentes do PNMC em atividades não enquadradas)	2.ª a 6.ª feira	07:00 - 10:00						13:00 - 17:00				19:00 - 22:00					
	Sábado							13:00 - 22:00									
	Domingo	07:00 - 20:00															

Notas:

1. A disponibilidade da pista de atletismo está sempre condicionada à realização de jogos e outros eventos que se realizam no Estádio Nacional.
2. Os praticantes de AR e SN podem utilizar a pista em todos os horários, mas sem beneficiarem da exclusividade que os períodos para eles especificamente definidos lhes confere.