



REGULAMENTO

4ª SÃO SILVESTRE PRAIA DA TOCHA PÁGINA 1

CAMPEONATO DISTRITAL DE ESTRADA 2025 PÁGINA 7

27 DEZEMBRO 2025



REGULAMENTO

A 4ª São Silvestre Praia da Tocha, realiza-se no dia **27 de dezembro de 2025** e é uma Organização do Atletismo Clube da Tocha, com o apoio da Junta de Freguesia da Tocha e do Município de Cantanhede.

A PROVA

1.1. APRESENTAÇÃO

- a) Da 4ª São Silvestre Praia da Tocha faz parte uma prova de corrida com 10 km e uma caminhada com aproximadamente 8 km.
- b) O percurso da São Silvestre será linear, com início na Vila da Tocha e final na Praia da Tocha.
- c) O percurso da Caminhada será circular, com início e fim na Praia da Tocha, em percurso misto, entre urbano e trilhos envolventes.
- d) A organização disponibiliza o *transfer* dos atletas dos 10km, da Praia da Tocha para a zona de partida.

1.2. IDADE DE PARTICIPAÇÃO

- a) Podem participar na São Silvestre Praia da Tocha todos os atletas, maiores de idade (mais de 18 anos) de ambos os sexos.
- b) A atividade de caminhada não tem carácter competitivo e está aberta a todas as pessoas de ambos os sexos, sem limite de idade. Os menores de idade devem ser acompanhados por um adulto responsável.
- c) Com exceção dos atletas veteranos, todos os escalões são considerados em relação ao ano civil em que os atletas atingem as idades estipuladas (i.e. a mudança de escalão ocorre a de 1 de janeiro).

1.3. PROGRAMA / HORÁRIO

Sábado, 27 de dezembro 2025

14:00 – Abertura do Secretariado – *Praia da Tocha*

João Botelho

SÃO SILVESTRE PRAIA DA TOCHA

16:30 – Início do transfere dos atletas Praia da Tocha – Vila da Tocha

16:30 – Partida da Caminhada – *Praia da Tocha*

18:00 – Partida da 4ª São Silvestre Praia da Tocha – *Vila da Tocha*

19:30 – Cerimónia de Entrega de Prémios – *Praia da Tocha*

Programa sujeito a alterações

1.4. METODOLOGIA DE CONTROLO DE TEMPOS

- a) É obrigatória a passagem dos participantes pela linha de partida e chegada.
- b) O controlo de tempo é efetuado através de chip eletrónico.
- c) O relógio iniciará a contagem no momento estabelecido, com ou sem a presença dos atletas.
- d) A classificação final é ordenada de acordo com o tempo de chip de cada um dos atletas.

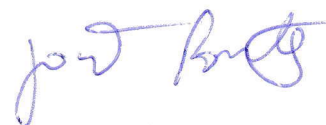
1.5. SEGURO DESPORTIVO

- a) Será subscrito um Seguro por participante de acordo com a lei em vigor, para os participantes devidamente inscritos. Caso algum dorsal seja utilizado durante a prova por atletas não devidamente inscritos fica claro que a Organização e a Seguradora não assumem qualquer responsabilidade por tudo o que decorrer desse ato ilegítimo.

INSCRIÇÃO

2.1. PROCESSO DE INSCRIÇÃO

- a) O ato de inscrição pressupõe a aceitação integral do regulamento da prova e das decisões do júri da prova.
- b) A inscrição será formalizada através de plataforma *on-line* da *Stop and Go* e após pagamento do valor da inscrição.
- c) A inscrição que não for paga dentro do prazo indicado pela referência multibanco é automaticamente anulada.



2.2. VALORES E PERÍODOS DE INSCRIÇÃO

Prova	Fase 1	Fase 2	Fase 3
	12 a 31 de outubro	1 de novembro a 8 de dezembro	9 a 18 de dezembro
São Silvestre	12€	14€	16€
Caminhada	10€		13€

As inscrições encerram impreterivelmente no dia 18 de dezembro.

A organização não garante o tamanho selecionado da T-Shirt Oficial do evento, na fase 3.

2.3. CONDIÇÕES DE VOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO

- Até ao dia 08 de dezembro a Organização permite a mudança dos dados da inscrição para outro atleta.
- Não haverá direito à devolução do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada previamente por motivos imputáveis à Organização.

2.4. MATERIAL INCLUÍDO COM A INSCRIÇÃO

- Com a inscrição os participantes terão direito a:
 - Dorsal
 - Seguro de Acidentes pessoais
 - T-shirt Oficial do evento
 - Bebidas nos abastecimentos
 - Medalha de *Finisher*, a todos os atletas que concluírem a prova de corrida e caminhada
 - Reforço/jantar Final

2.5. LEVANTAMENTO DO KIT DE ATLETA

- O Kit de Atleta será entregue no horário de funcionamento do secretariado e mediante a apresentação do Documento de Identificação.

João Brito

CATEGORIAS E PRÉMIOS

3.1 PRÉMIOS INDIVIDUAIS

- a) Será entregue um prémio aos três primeiros classificados da Geral (Masculina e Feminina) e aos três primeiros classificados dos Escalões (Masculino e Feminino).
- b) Os prémios serão entregues em cerimónia pública, a realizar junto à meta.
- c) Os atletas que não compareçam na cerimónia pública de entrega de prémios, não poderão reclamar o prémio *a posteriori*.

3.2. PRÉMIOS EQUIPAS

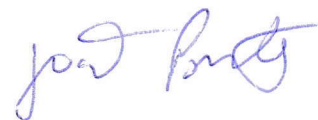
- a) Será entregue um prémio às três melhores equipas Femininas e Masculinas.
- b) Para o cálculo das melhores equipas será tido em conta o resultado dos três melhores classificados. Em caso de empate, o critério de desempate é a equipa que fechar primeiro.
- c) As equipas que não compareçam na cerimónia pública de entrega de prémios, não poderão reclamar o prémio *a posteriori*.

3.3. CATEGORIAS/ESCALÕES

Os atletas serão escalonados de acordo com a sua idade nos seguintes agrupamentos etários:

- Júniores M/F – 18 e 19 anos / nascidos em 2006 e 2007
- Sub 23 M/F – 20 aos 22 / nascidos em 2003, 2004 e 2005.
- Sénior M/F – 23 aos 34 anos
- Veterano 35 M/F – 35 a 39 anos
- Veterano 40 M/F – 40 a 44 anos
- Veterano 45 M/F – 45 a 49 anos
- Veterano 50 M/F – 50 a 54 anos
- Veterano 55 M/F – 55 a 59 anos
- Veterano 60 M/F – 60 a 64 anos
- Veterano 65 M/F – 65 a 69 anos
- Veteranos 70M/F -70 anos ou superior

Com exceção dos atletas veteranos, todos os escalões são considerados em relação ao ano civil em que os atletas atingem as idades estipuladas (i.e. a mudança de escalão ocorreu a de 1 de janeiro).



O participante obriga-se a cumprir toda a regulamentação nacional e internacional antidopagem.

REGRAS DE CONDUTA DESPORTIVA

- a) Todos os atos do evento deverão ser norteados por um completo fair-play, assumido pelos atletas ao inscreverem-se.
- b) Os atletas que prejudiquem intencionalmente outros atletas (por exemplo, obstruções, empurrões ou outros), serão imediatamente desclassificados.
- c) Não é permitido o acompanhamento de atletas durante o percurso por pessoas não inscritas na prova, sob pena de desclassificação.

PENALIZAÇÕES/ DESCLASSIFICAÇÕES

- a) Os participantes que não cumprirem as normas constantes no regulamento serão impedidos de participar se, a infração respeitar a procedimentos prévios à Partida, e desclassificados se, a infração respeitar a atos que ocorram durante a realização do evento
- b) A Direção da corrida poderá aplicar outras sanções que salvaguardem a verdade desportiva.

RESPONSABILIDADES PERANTE O ATLETA/ PARTICIPANTE

- a) Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada previamente por motivos imputáveis à Organização.

DIREITOS DE IMAGEM

- a) Ao inscreverem-se os participantes renunciam aos direitos de imagem durante todos os atos do evento nomeadamente a prova e as cerimónias protocolares. Apenas a organização pode transmitir esse direito de imagem a outros, nomeadamente aos órgãos de comunicação social.

CASOS OMISSOS

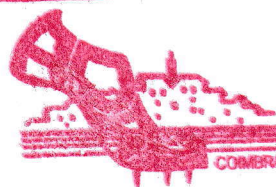
- a) Os casos omissos serão resolvidos pela Organização tendo como referência as normas e regulamentos da Federação Portuguesa de Atletismo, se técnicos, e o seu critério, se de outra índole.
- b) O Regulamento pode ser enriquecido com informações complementares.
- c) Visite regularmente o sítio do evento.

A organização,

Atletismo Clube da Tocha

Tocha, 29 de Setembro de 2025

Associação Distrital de Atletismo de Coimbra



PROVAS DESPORTIVAS

NA VIA PÚBLICA

VISTO

07/10/2025

João Paulo



CAMPEONATO DISTRITAL DE ESTRADA

Local: Vila da Tocha

27/12/2025

10 KM (distância homologada pela World Athletics)

REGULAMENTO

1 – Organização e apoios

A Associação Distrital de Atletismo de Coimbra e o seu Clube Associado Atletismo Clube da Tocha (ACT), em parceria com a Câmara Municipal de Cantanhede e com apoio da Junta de Freguesia da Tocha, vão realizar no dia 27 de dezembro de 2025, com partida na Vila da Tocha pelas 18H00 e chegada na Praia da Tocha, o Campeonato Distrital de Estrada.

O Campeonato Distrital de Estrada realiza-se em paralelo com a prova aberta de 10Kms da 4ª Edição da São Silvestre da Praia da Tocha 2025, evento organizado pelo nosso associado o ACT.

2 - Programa horário

Sábado, 27 de dezembro 2025

14:00 – Abertura do Secretariado – Praia da Tocha

16:30 – Início do transfere dos atletas Praia da Tocha – Vila da Tocha

16:30 – Partida da Caminhada – Praia da Tocha

18:00 – Partida da 4ª São Silvestre Praia da Tocha/Campeonato Distrital de Estrada – Vila da Tocha

19:30 – Cerimónia de Entrega de Prémios – Praia da Tocha Programa sujeito a alterações

3 – Inscrições

- a) As inscrições serão abertas a todos os atletas federados na Associação Distrital de Atletismo de Coimbra, estando a cargo da Stop and Go, parceiro oficial desta competição, a área das inscrições e cronometragem. Para efectuar as inscrições, será utilizada uma plataforma on-line que está localizada em: [4ª São Silvestre Praia da Tocha › STOP and GO](#), devendo na mesma assinalar a opção referente ao Campeonato Distrital de Estrada e seguir os passos seguintes.
- b) O Campeonato Distrital de Estrada destina-se apenas a atletas Masculinos e Femininos dos escalões de Sub20, Seniores e Veteranos, filiados na Associação Distrital de Atletismo de Coimbra.
- c) Serão atribuídos Dorsais com chip para a realização da prova, que devem ser levantados no secretariado.
- d) Os **Atletas Veteranos** que pretendam participar **como Seniores**, devem comunicar à Associação Distrital de Atletismo de Coimbra através do email: geral.adacoimbra2018@gmail.com até às 12h00 do dia 19 de dezembro de 2025.
- e) Os atletas do Campeonato Distrital terão direito a tudo o que os atletas da 4ª Edição da São Silvestre da Praia da Tocha 2025 terão.

4 – Taxas de inscrição

Prova	Fase 1 (12 a 31 de outubro)	Fase 2 (1 de novembro a 8 de dezembro)	Fase 3 (9 a 18 de dezembro)
Campeonato Distrital de Estrada	10,50€	12,50€	14,50€

Notas: os preços correspondem a uma redução de 1,50€ face aos preços referentes à 4ª Edição da São Silvestre da Praia da Tocha 2025; o fecho das inscrições acontece impreterivelmente às 23h59 de dia 18 de dezembro de 2025; a organização não garante o tamanho pretendido das t-shirts na 3ª fase de inscrições

5 – Classificações

- a) Serão elaboradas classificações individuais e coletivas masculinos e femininos. Das classificações individuais serão extraídos os pódios para os escalões de Sub20, Sub23, seniores e sub escalões de veteranos;
- b) Classificações Coletivas - A pontuação da equipa será obtida somando o número de pontos correspondentes à classificação dos 4 melhores atletas da equipa, sendo o número de pontos atribuídos a cada atleta, os correspondentes à respetiva ordem da classificação geral (1 ponto para o primeiro classificado, 2 pontos para o segundo classificado, etc.). Em caso de empate, o desempate será resolvido a favor da equipa cujo quarto elemento esteja melhor classificado. Após não existirem equipas com 4 atletas, classificam-se todas as equipas que terminem apenas com 3 atletas (em caso de empate destas equipas, fica à frente a equipa cujo o último elemento fechou primeiro a sua classificação);
- c) O Escalão de Veteranos é considerado para efeitos de Classificação Coletiva, como escalão **Único** em Masculinos e em Femininos.

6 – Prémios

- a) Medalhas aos três primeiros classificados individuais, sub 20, sub23 e sénior masculino e feminino, e em cada Sub escalão de veteranos/género.
- b) Troféus às três primeiras equipas de cada um dos escalões em competição.

7 - Outras considerações

- a) O ajuizamento da prova será feito pelo Conselho de Arbitragem da Associação Distrital de Atletismo de Coimbra com base no regulamento internacional da World Athletics.
- b) Para qualquer protesto deve o mesmo ser efetuado até 30 minutos após a conclusão da prova a que o mesmo se refere.
- c) Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

Coimbra, 8 de outubro de 2025

O Presidente de Direção da ADAC

(João Rodolfo da Silva Pontes)