

TERRAS *de*  
**MIRANDA**  
GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO

28 DE JUNHO 2026

GUIA DO  
ATLETA

V1.0



MIRANDADO CORVO  
MUNICÍPIO

## 1. Organização e Responsabilidades

### 1.1 Organização

O Grande Prémio Terras de Miranda 2026 é organizado pela Associação Abutrica, com o apoio das entidades locais e enquadramento regulamentar da Federação Portuguesa de Atletismo e da Associação de Atletismo de Coimbra.

### 1.2 Programa Horário

Data / Hora	Prova	Distância	Escalões	Categoria	GPX
27 jun · 17h–22h	Secretariado		Junta de Freguesia de Miranda do Corvo		
28 jun · 7h–9h30	Secretariado		Junta de Freguesia de Miranda do Corvo		
28 jun · 09h00	Corrida Jovens	900 m	Benjamins A e B	M/F	<a href="https://bit.ly/4czcMB6">https://bit.ly/4czcMB6</a>
28 jun · 09h15	Corrida Jovens	1500 m	Infantis	M/F	<a href="https://bit.ly/48ls8Xr">https://bit.ly/48ls8Xr</a>
28 jun · 09h30	Corrida Jovens	2000 m	Iniciados	M/F	<a href="https://bit.ly/4vRnHOa">https://bit.ly/4vRnHOa</a>
28 jun · 09h45	Corrida Jovens	2600 m	Juvenis	M/F	<a href="https://bit.ly/4e9rkc2">https://bit.ly/4e9rkc2</a>
28 jun · 10h00	Corrida	10 km	Sub-20, Sub-23, Seniores, Veteranos	M/F	<a href="https://bit.ly/4tugQIP">https://bit.ly/4tugQIP</a>
28 jun · 10h15	Caminhada	6 km	Participação livre	M/F	
28 jun · 12h30	Cerimónia	—	Entrega de prémios	M/F	

### 1.3 Enquadramento Legal

O evento está devidamente licenciado pelas autoridades competentes e cumpre toda a legislação aplicável em matéria de eventos desportivos, segurança e proteção de dados.

## 2. Provas e Categorias

Prova	Distância	Participantes		Carácter	Categoria	Limite
		Elegíveis				
Corrida	10 km	Nascidos em 2008 ou anteriormente		Competitivo com cronometragem	M/F	2h00
Caminhada	6 km	Todas as idades		Não competitivo, recreativo	M/F	2h00
Corrida Jovens	2600 m	Juvenis (2009/2010)		Competitivo com cronometragem	M/F	—
Corrida Jovens	2000 m	Iniciados (2011/2012)		Competitivo com cronometragem	M/F	—
Corrida Jovens	1500 m	Infantis (2013/2014)		Competitivo com cronometragem	M/F	—
Corrida Jovens	900 m	Benjamins A (2017/2018) e B (2015/2016)		Competitivo com cronometragem	M/F	—

### 3. Escalões Etários (10 km)

A idade é calculada com base no ano de nascimento, considerando a data da prova (28 de junho de 2026). No caso dos sub escalões de veteranos, é considerado o dia de nascimento para contabilizar a idade (atletas que transitem de sub escalão na presente época desportiva só serão considerados do novo escalão no caso de completarem a idade antes do dia da competição).

Escalão	Anos (masc./fem.)
Sub-20	2007 – 2008
Sub-23	2004 – 2006
Seniores	Até 34 anos
Veteranos M/F 35	35 – 39 anos
Veteranos M/F40	40 – 44 anos
Veteranos M/F45	45 – 49 anos
Veteranos M/F50	50 – 54 anos
Veteranos M/F55	55 – 59 anos
Veteranos M/F60	60 – 64 anos
Veteranos M/F65+	≥ 65 anos

## 4. Inscrições

### 4.1 Processo de Inscrição

- As inscrições são efetuadas através da plataforma oficial (link a divulgar).
- A confirmação da inscrição apenas ocorre após pagamento integral.

### 4.2 Responsabilidade dos Dados

O participante é responsável pela exatidão, veracidade e autenticidade dos dados fornecidos. Dados incorretos podem resultar em desqualificação. Ao concluir a inscrição, o atleta aceita integralmente o presente Regulamento.

### 4.3 Condições de Pagamento e Reembolsos

- O pagamento deve ser efetuado dentro dos prazos indicados na plataforma; o incumprimento resulta no cancelamento automático da inscrição.
- Não são efetuados reembolsos, exceto em caso de cancelamento do evento por força maior.

## 4.4 Transferências e Cessões

É proibida a cedência, transferência ou venda de dorsais. A violação implica desqualificação imediata, impedimento de participação em futuras edições e anulação de resultados.

## 5. Valores e Períodos de Inscrição

### 5.1 Taxas por Prova

Período	Caminhada 6	
	10 km	km
1ª Fase (01 - 31 mai)	12 €	10 €
2ª Fase (01 jun - 14 jun)	14 €	10 €

### 5.2 Pack Promocional – Experiência Estrada + Trail

Combinação	Valor
10 km + SkyRace® 12 km	20 €
10 km + SkyRace® 12 km + T-shirt	22 €

### 5.3 Faturação

A emissão de fatura deve ser solicitada através da plataforma de inscrições.

## 6. Kit de Participação

Cada participante terá direito a:

- Dorsal com chip de cronometragem integrado (10 km).
- T-shirt técnica oficial.
- Medalha oficial.
- Material promocional dos patrocinadores.
- Instruções e informações do evento.

O levantamento do kit requer comprovativo de inscrição e documento de identificação. O levantamento por terceiros é permitido mediante apresentação do comprovativo. Local e datas serão comunicados oportunamente no site oficial. A organização apenas garante o tamanho correto da T-shirt para inscrições regularizadas até 7 de junho de 2026.

## 7. Cronometragem e Classificações

- Sistema eletrónico de chip integrado no dorsal.
- O dorsal deve ser usado na frente do peito, sem ser dobrado ou ocultado.
- Haverá controlos na partida, pontos intermédios e meta.
- Cada chip é pessoal e intransmissível.

### 7.1 Desclassificações

Qualquer situação não prevista neste regulamento será resolvida de acordo com o Regulamento da Federação Portuguesa de Atletismo e decisão do júri da prova.

### 7.2 Publicação de Resultados

Os resultados provisórios serão publicados na plataforma oficial até 2 horas após o evento. Alterações são possíveis mediante verificação de irregularidades.

## 8. Abastecimentos e Serviços

Para a corrida de 10 km haverá um posto de água aproximadamente ao km 5 e abastecimento de água e fruta na meta. Para a caminhada, haverá abastecimento de água e fruta na meta. A organização poderá reforçar os abastecimentos em função das condições meteorológicas.

## **9. Assistência Médica e Segurança**

### **9.1 Cobertura Médica**

O evento terá ambulâncias especializadas. Casos que exijam continuidade serão encaminhados para o Serviço Nacional de Saúde.

### **9.2 Seguro Desportivo**

Todos os participantes estarão cobertos por seguro desportivo obrigatório. Em caso de sinistro, é obrigatória a notificação à organização. Eventuais taxas moderadoras são responsabilidade do participante, podendo ser reembolsadas pela seguradora caso o processo cumpra os requisitos.

### **9.3 Segurança do Evento**

A segurança será assegurada por forças policiais e voluntários identificados. Os participantes devem acatar as instruções das autoridades.

### **9.4 Restrições**

Não é permitida a participação com bicicletas, skates ou patins, acompanhamento por animais nem utilização de equipamentos que comprometam a segurança.

## **10. Prémios e Reconhecimentos**

### **10.1 Medalhas de Participação**

Todos os participantes dos 10 km e provas jovens que completem a prova dentro do limite de tempo recebem medalha oficial.

## 10.2 Classificação Geral

Serão atribuídos troféus aos 3 primeiros classificados (masculino e feminino). Poderão existir prémios monetários adicionais a anunciar.

## 10.3 Prémios Monetários

Classificação Geral 10km	Masculino	Feminino
1.º lugar	150 €	150 €
2.º lugar	100 €	100 €
3.º lugar	75 €	75 €
4.º lugar	50 €	50 €
5.º lugar	25 €	25 €

## 10.4 Escalões Etários

Serão atribuídos troféus aos 3 primeiros classificados de cada escalão (masculino e feminino) das **provas de 10 km** e das **provas jovens**.

## 11. Arbitragem e Recursos

### 11.1 Júri da Prova

A arbitragem é da responsabilidade do Conselho Regional de Arbitragem da Associação de Atletismo de Coimbra.

### 11.2 Infrações e Sanções

Constituem infração:

- Não efetuar controlo de partida.
- Não cumprir o percurso integral.
- Não usar dorsal visível no peito.

- Falsificar dados de inscrição.
- Utilizar dorsal de terceiros.
- Prejudicar intencionalmente outros participantes.

### **11.3 Recursos e Reclamações**

As reclamações deverão ser apresentadas por escrito ao júri da prova no local da prova até 30 minutos após conhecimento dos resultados. Será cobrada uma caução de 100 €, devolvida caso a reclamação seja procedente.

## **12. Cancelamento e Força Maior**

### **12.1 Causas de Cancelamento**

O evento pode ser cancelado por:

- Catástrofes naturais.
- Restrições governamentais.
- Impossibilidade de utilização das vias.
- Greves ou manifestações.
- Outras situações de força maior.

### **12.2 Procedimentos**

Em caso de cancelamento, a organização emitirá parecer no prazo de 30 dias sobre as medidas a adotar, que podem incluir reagendamento do evento, reembolso parcial ou total, ou transferência para edição seguinte.

## **13. Proteção de Dados**

Os dados pessoais fornecidos serão registados pela entidade organizadora apenas para gestão do evento e publicação de listas de inscritos e classificações. Os participantes

podem exercer os seus direitos de acesso, retificação ou eliminação de dados pessoais através do endereço de e-mail oficial da organização; [geral@abutres.net](mailto:geral@abutres.net).

## **14. Direitos de Imagem e Publicidade**

A entidade organizadora reserva-se o direito de utilizar a imagem do evento, incluindo audiovisuais, fotos e material jornalístico. Qualquer iniciativa publicitária relacionada com o evento deverá obter consentimento prévio da organização.

## **15. Disposições Finais**

Casos omissos serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo e por decisão da organização. A organização poderá alterar este regulamento por motivos de segurança, técnicos ou legais, comunicando previamente aos participantes.

A inscrição no Grande Prémio Terras de Miranda implica o conhecimento e aceitação deste Regulamento.

TERRAS *de*  
**MIRANDA**  
GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO



ASSOCIAÇÃO ABUTRICA  
**ABUTRES®**