



10K Avintes e Caminhada

Dia de Avintes

REGULAMENTO

1 – DATA E HORA DA REALIZAÇÃO

Realiza-se no dia 01 de março de 2026 pelas 09h30, na Vila de Avintes, com partida e chegada na Escola Adriano Correia de Oliveira, Rua Castanheira do Ribatejo s/n - 4430-784 **Avintes**, a 13ª prova denominada de 10 Km de Avintes, na qual se integrará uma Caminhada com a distância de 5 km.

2 – A CORRIDA E CAMINHADA

Serão duas as provas: uma caminhada na distância de 5 km denominada de “Caminhada dia de Avintes” e destinada a todas as classes etárias e sem fins competitivos e uma corrida com distância de 10 km para todos os atletas, nascidos em 2007 e anos anteriores.

3 – OS PERCURSOS

Corrida 10 km:

Partida e chegada: Escola Adriano Correia de Oliveira, Rua Castanheira do Ribatejo, virar esquerda Rua 1º de maio, virar direita Rua 5 de outubro, virar esquerda Rua dos Metalúrgicos, virar à direita, Rua 5 de outubro, virar esquerda na Travessa dos Metalúrgicos, em frente Rua Padrão Vermelho, direita Rua 5 de outubro, virar à direita Rua Escola Central, passagem pela Igreja Paroquial, no Cruzeiro virar à esquerda para Rua 5 de outubro em direção à Gândara, virar à direita, Rua Poeta Mesquita e Melo, virar esquerda para Rua Castanheira do Ribatejo, passagem pela linha de meta, virar esquerda para Rua 1º de maio, virar direita Rua 5 de outubro, virar à esquerda rua dos metalúrgicos, virar à direita rua 5 de outubro(ascendente), virar em direção à Zona industrial de Avintes, retorno pela Rua 5 de outubro descendente, virar direita, Rua Maria Isabel Van Zeler, seguir Rua Santa Isabel, virar à direita Travessa das Costeiras, virar esquerda Rua do Padrão Vermelho, seguir em frente, virar à direita rua 5 de outubro, virar esquerda Rua 1º de maio, virar direita Rua Castanheira do Ribatejo, Meta.

Total 10Km

Nota: Abastecimento na rua 1º de maio aos 5K.

Caminhada Dia de Avintes, 5 km:

Partida e chegada: Escola Adriano Correia de Oliveira, Rua Castanheira do Ribatejo, virar esquerda Rua 1º de maio, virar direita Rua 5 de outubro, virar esquerda rua dos Metalúrgicos, virar direita rua 5 de outubro, ascendente, virar esquerda travessa dos metalúrgicos, em frente Rua Padrão Vermelho, virar a direita Rua 5 de outubro, em direção à Gândara, virar direita Rua Escola Central, passar Igreja Paroquial, no cruzeiro virar à esquerda para rua 5 de outubro em direção à Gândara, virar direita Rua Poeta Mesquita e Melo, virar esquerda Rua Castanheira do Ribatejo, Meta.

4 – ORGANIZAÇÃO

É uma organização da Associação Cultural e Musical de Avintes - ACMA, com sede na Urbanização Pinhais Bastos Rua C Nº 150, 4430 – 776, em Avintes Portugal, com o apoio das seguintes entidades:

- Câmara Municipal de Gaia
- Junta de Freguesia de Avintes
- Associação de Atletismo do Porto
- Conselho Regional de Arbitragem da AAP
- Guarda Nacional Republicana
- Bombeiros Voluntários de Avintes
- Corpo de Escuteiros de Avintes
- Grupo de Motards de Avintes

5 – ABASTECIMENTOS

Segundo as normas da WA haverá abastecimentos ao km 5 e no final, e caso seja necessário, em função da temperatura que se fizer sentir, os abastecimentos poderão aumentar.

6 – INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

6.1 – PREÇO DE INSCRIÇÃO:

Corrida | 10 km

- Até 31 de dezembro de 2025 – 10.00€
- De 01 de janeiro a 31 de janeiro 2026 – 12.00€
- De 01 de fevereiro a 25 de fevereiro – 2026 – 14.00€
- Última hora dias 26 de fevereiro a 01 de março 2026 – 15,00€ (no local da prova)

Nota: Inscrições limitadas.

Caminhada | 5 km

- Até 31 de dezembro 2025 – 6,00€
- De 01 janeiro a 31 de janeiro 2026 – 7.00€

- De 01 de fevereiro a 01 de março 2026 – 7.50€

Nota: Inscrições limitadas.

6.2 – LOCAIS DE INSCRIÇÃO

- . [Inscrições On-line em 10kmavintes2025.statusmarathon.net/](http://Inscrições%20On-line%20em%2010kmavintes2025.statusmarathon.net/)

6.3 – As inscrições são limitadas. A organização poderá a qualquer momento encerrar as inscrições.

6.4 – OS DORSAIS DE PARTICIPANTE SERÃO ENTREGUES:

Dia 28 de fevereiro das 09.00 às 18.30 horas

Carby Peugeot – Avintes, R. 5 de Outubro 4584 · 21 049 6921

Dia 01 de março das 07h45 às 09h00

No local de início e chegada da prova

Não serão entregues DORSAIS em nenhum outro momento para além dos designados anteriormente.

6.4.1 – Documentação necessária para levantamento do dorsal:

- Confirmação da inscrição com o número de dorsal.
- Documento de identificação pessoal, Bilhete de Identidade, Cartão de Cidadão ou Carta de Condução.

6.5 – Tendo em conta a segurança dos participantes não será permitida a participação de atletas em bicicletas, acompanhados por animais, skates ou patins.

6.6 – A organização poderá a qualquer momento suspender ou prorrogar os prazos ou ainda adicionar ou limitar o número de inscrições disponíveis em função das disponibilidades técnicas/questões de segurança ou necessidades estruturais, sem aviso prévio.

6.7 – A organização poderá a qualquer momento realizar campanhas promocionais que tenham influência direta ou indireta no preço da inscrição. Estas inscrições podem ter características especiais de fidelização do titular, locais de realização de inscrição e períodos onde a campanha esteja disponível.

6.8 – Extras – Durante o processo de inscrição poderão estar disponíveis alguns produtos e/ou serviços complementares à participação no evento. Estes produtos e/ou serviços, que serão cobrados à parte do valor da inscrição, estarão acessíveis de acordo com o stock disponível e com os prazos necessários para sua correta implementação.

7 – IDADES MÍNIMAS DE PARTICIPAÇÃO

Corrida | 10 km | Nascidos 2007 e anteriores | Hora: 09h30m

Caminhada | 5 km | Para todas as idades | Hora: 09h30m

8 – KIT DE PARTICIPANTE

8.1 – Os kits de participante serão entregues única e exclusivamente nos locais e horários previstos no número 6 do presente regulamento.

8.2 – O stock de t-shirts é distribuído mediante a disponibilidade. Caso se verifique rutura de stock em algum tamanho a organização proporá ao participante um tamanho alternativo. A organização solicita o tamanho pretendido na ficha de inscrição.

9 – ZONA DE CHEGADA

9.1 – A zona técnica na chegada do evento onde se realiza a receção aos atletas, será apenas acessível aos participantes que cumprirem o presente regulamento, e tal como previsto no número 15 do presente documento, tenham efetuado a totalidade do percurso da prova em que se inscreveram.

9.2 – Nesta zona de chegada será disponibilizado um abastecimento e podem ser entregues brindes comemorativos do evento. Caso estes brindes comemorativos tenham tamanhos, estes serão distribuídos conforme solicitados neste local sendo que o stock é distribuído mediante a disponibilidade. Caso se verifique rutura de stock em algum tamanho a organização proporá ao participante um tamanho alternativo.

9.3 – Esta é uma zona exclusiva dos participantes do evento e não será permitido o acesso de acompanhantes ou familiares.

10 – CLASSIFICAÇÕES

A Caminhada de 5 km, Dia de Avintes, não tem classificações, é de puro convívio e lazer. A Corrida 10 km de Avintes: Classificações individuais e coletivas para atletas e equipas: geral individual e coletiva masculinos e femininos. Contam para a classificação coletiva masculina e feminina os quatro primeiros atletas chegados à linha de meta de cada equipa.

Esta prova será cronometrada com o sistema eletrónico de alta precisão. Chip – Sistema eletrónico de deteção.

Todos os atletas inscritos na Corrida 10 km de Avintes devem utilizar o chip fornecido no kit do atleta. O chip encontra-se codificado para o atleta, é pessoal e intransmissível. A leitura do chip apenas ocorrerá se este for colocado conforme as instruções. A organização não se responsabiliza pela falha da apresentação de resultados resultante da má colocação do chip.

A organização desclassificará todos os atletas que efetuam a prova com:

1. Mais do que um chip
2. Um chip de outro atleta
3. Incorram em alguma das infrações previstas neste regulamento.

12 – JÚRI

O Júri da prova é da responsabilidade do Conselho Regional de Arbitragem da Associação de Atletismo do Porto.

13 – ACOMPANHAMENTO

13.1 – Assistência médica será colocada à disposição durante o percurso, partida e chegada da prova.

13.2 – Só poderão acompanhar as provas as viaturas que tenham identificação da organização e as viaturas da G.N.R.

14 – INFRAÇÕES

- Não efetuem o controlo de partida
- Não cumpram o percurso na sua totalidade
- Não levem o dorsal ao peito e bem visível durante a prova
- Falsifiquem qualquer elemento relativo à sua inscrição
- Corram com o dorsal em termos incorretos
- Não respeitem as instruções da organização
- Corram por cima dos passeios – quando não autorizados pela organização
- Sejam ajudados por terceiros
- Utilizem algum meio de transporte

15 – REGULAMENTOS

Os casos omissos no presente regulamento, serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

16 – RECURSOS

Apresentação de protestos - Qualquer reclamação terá de ser apresentada por escrito em papel timbrado do clube, ao júri da prova até 10 minutos depois de terminada a corrida, juntamente com a importância de €100,00 (Cem euros), a qual será devolvida se o protesto for deferido (de acordo com a normativa da WA World Athletics e da FPA, Federação Portuguesa de Atletismo)

17 – SEGURO

A organização da Prova, fará um seguro desportivo nominal a todos os participantes de acordo com o regime jurídico de seguros desportivos obrigatórios – decreto lei nº10/2009.

Em caso de sinistro o atleta deverá contactar a organização do evento para que esta diligencie o encaminhamento para a seguradora. Para dar início a um processo é necessário que o atleta seja atendido pela equipa que faz o acompanhamento médico durante o evento, sem prejuízo de o atleta ser mais tarde encaminhado para outra unidade de emergência médica.

É reservada à seguradora a averiguação dos factos apresentados e respetiva atuação em conformidade no deferimento ou não do pedido de ativação do seguro.

18 – DURAÇÃO

A prova principal e a caminhada terão uma duração máxima de 2 horas.

19 – ACEITAÇÃO

19.1 – É reservado o direito à organização a aceitação das inscrições.

19.2 – Ao inscreverem-se, todos os participantes aceitam o presente regulamento e, em caso de dúvida ou surgimento de uma situação não contemplada no mesmo, devem informar a organização.

20 – CONTROLO ANTIDOPPING

Os participantes poderão estar sujeitos a efetuar uma análise de controlo de dopagem.

21 – PROTEÇÃO DE DADOS

Todos os dados recolhidos no processo de inscrição são mantidos e tratados de uma forma segura e destinam-se ao desenvolvimento natural do evento nomeadamente; validação do seguro nominal efetuado para todos os participantes no evento, lista de inscritos e elaboração de tabelas de resultados/classificações.

Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais enviando e-mail para

22 – DIREITOS DE IMAGEM

O participante, ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada nas filmagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

23 – CANCELAMENTO, CEDÊNCIA E ALTERAÇÃO DA INSCRIÇÃO

23.1 – CANCELAMENTO

Serão aceites pedidos de cancelamento de inscrição até dia 15 de fevereiro não havendo lugar a reembolso do valor da inscrição.

23.2 – CEDÊNCIA

O pedido de cedência da inscrição a um terceiro participante tem de ser efetuado por e-mail para , através do mesmo endereço de e-mail que consta no login.

23.3 – ALTERAÇÃO

Serão aceites pedidos de alteração de prova dentro do programa da Corrida 10 Km de Avintes (10k, 5k) até 15 de fevereiro, não havendo lugar a reembolso por parte da organização caso a inscrição a alterar seja mais cara do que a inscrição na prova pretendida.

Caso a prova pretendida tenha um valor superior à inscrição anteriormente efetuada, ao participante será solicitado o valor da diferença entre o preço da inscrição, à data deste pedido, e o valor pago.

24 – TABELA DE PRÉMIOS

24.1 - Individuais

Júnior Mas.	Júnior Fem.	Absoluto Mas.	Absoluto Fem.	Veter. Mas. I 40-44	Veter. Mas. II 45-49	Veter. Mas. III 50-54	Veter. Mas. IV 55-59	Veter. Mas. ≥ 60	Veter. Fem. 40-50	Veter. Fem. ≥ 50
1º 30€	1º 30€	1º 150 €	1º 150 €	1º 60 €	1º 40 €	1º 30 €	1º 20 €	1º 20 €	1º 50 €	1º 30 €
		2º 90 €	2º 90 €	2º 40 €	2º 30 €	2º 20 €	2º 10 €	2º 10 €	2º 30 €	2º 20 €

		3º 60 €	3º 60 €	3º 20 €	3º 20 €	3º 10€	3º 10 €	3º 10 €	3º 20 €	3º 10 €
		4º 40 €	4º 40 €	4º 10 €	4º 10€					
		5º 30 €	5º 30 €							

24.2 Coletivos

Lugar	Masculino (mínimo, 4 primeiros atletas)	Femininos (mínimo, 4 primeiros atletas)
1º	60.00€	60.00€
2º	40.00€	40.00€
3º	30.00€	30.00€

Nota:

Os prémios não são acumuláveis, isto é, será sempre entregue o prémio com maior valor.

25 – CANCELAMENTO DO EVENTO

O cancelamento do evento pode ocorrer devido a fatores externos à organização: catástrofes naturais, greves, manifestações, impossibilidade de usar as vias de circulação de trânsito, impossibilidade de usar telecomunicações, restrições do governo, nova legislação, etc. Nestes casos a organização reserva-se no direito de nos 30 dias seguintes à data prevista para a realização do evento emitir um parecer acerca das ações a serem tomadas resultantes da gravidade do cancelamento.