XIII GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO DE ALMARGEM DO BISPO

29 de Novembro de 2026

Regulamento de Prova

CÂMARA MUNICIPAL DE SINTRA
Divisão de Desporto
E-mail: desp@cm-sintra.pt
Tel.: 21 923 61 35

JUNTA DE FREGUESIA DE ALMARGEM DO BISPO
Av. Dom Afonso Henriques nº2
Almargem do Bispo
Tel.: 219628160

1 – ORGANIZAÇÃO

A Junta de Freguesia de Almargem do Bispo, em parceria com a Câmara Municipal de Sintra, vai realizar no domingo, dia 29 de novembro de 2026, a partir das 9h00, um evento desportivo de atletismo, designado por "XIIII Grande Prémio de Atletismo de Almargem do Bispo".

2 – ÂMBITO

Esta prova, que está integrada no Troféu "Sintra a Correr" 2026-2027, é aberta a todos os interessados, de ambos os géneros de acordo com os escalões etários definidos no ponto 5 deste regulamento, em representação coletiva ou a título individual, desde que se encontrem de boa saúde e aptos a realizar esforços prolongados.
No âmbito deste evento, vai realizar-se igualmente uma caminhada, aberta a toda a população, **sem quaisquer prémios ou classificação entre os participantes**, cuja partida está prevista às 10h35 (ver ponto 7).
Alerta-se os participantes para o facto de as provas serem de carácter competitivo, pelo que a participação obriga a que a maioria do percurso seja realizado a correr.

3 – PERCURSOS

O **XIII Grande Prémio de Atletismo de Almargem do Bispo** é composto por 5 corridas com os seguintes percursos:

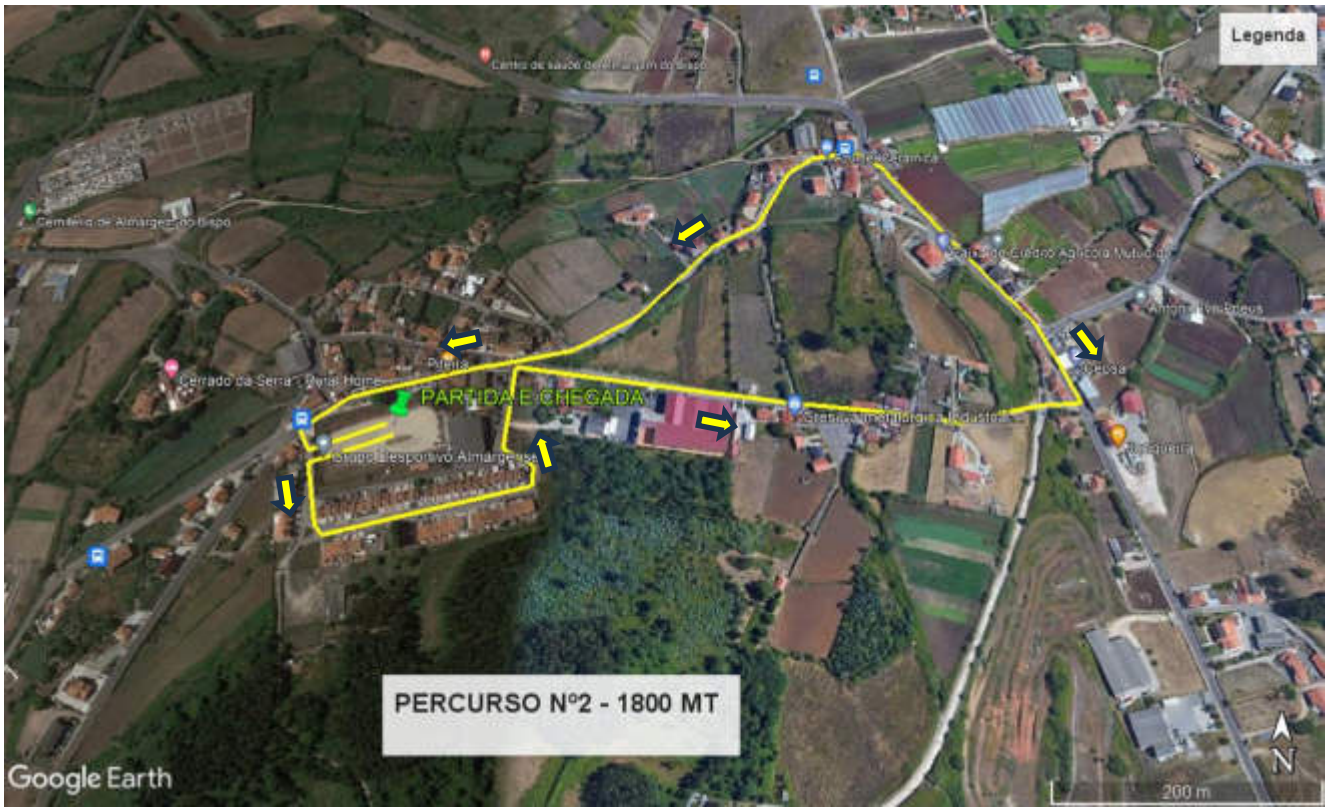
Percurso nº1 – 700 metros

Partida do Recinto Desportivo Almargense, virando à esquerda, pela Rua Dona Amélia Sofia Gonzaga, entra na Av. General Humberto Delgado e continua pela esquerda, virando de novo à esquerda e sair para a Rua Amélia Sofia Gonzaga, entrando de seguida no Recinto Desportivo Almargense, até à linha cruzar a linha de chegada.



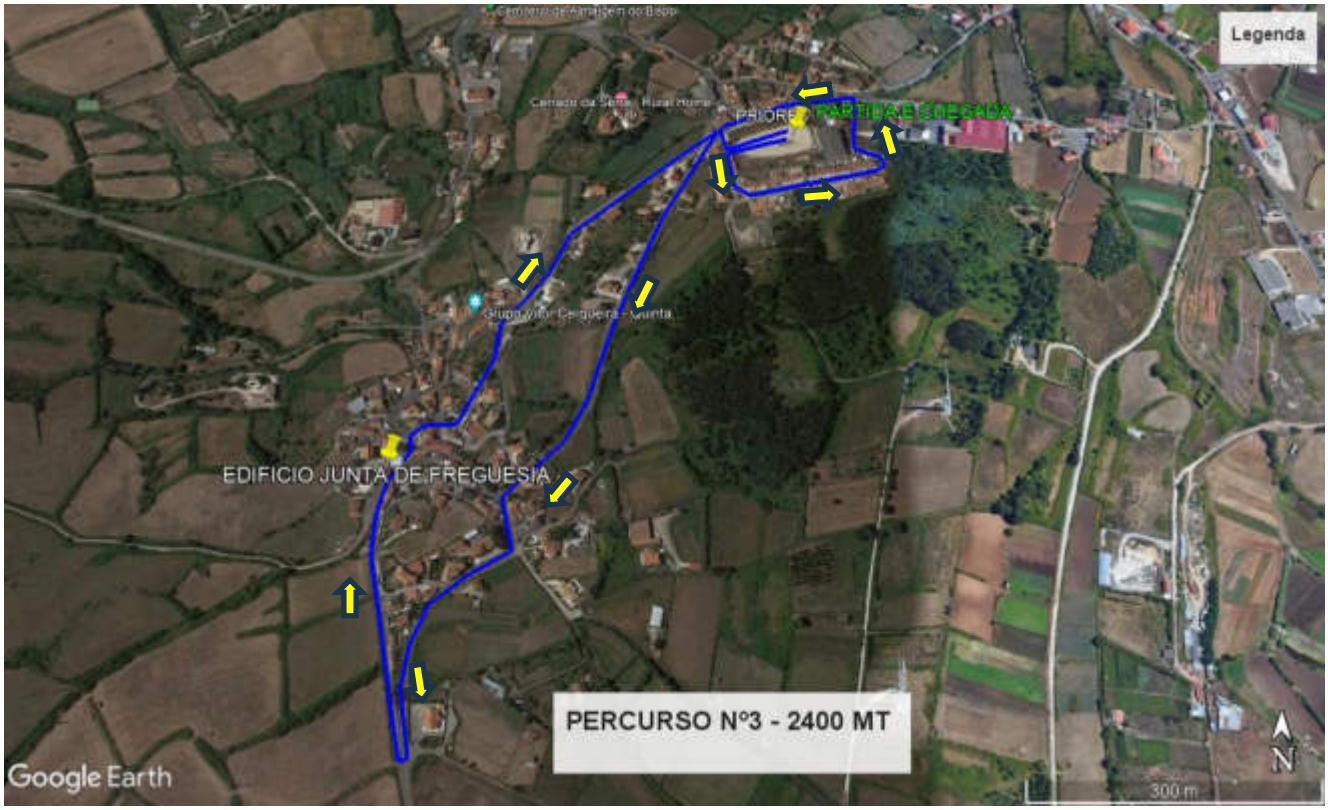
Percurso nº2 – 1800 metros

Partida do Recinto Desportivo Almargense, virando à esquerda pela Rua Dona Amélia Sofia Gonzaga, seguindo à direita pela Rua da Boavista, segue em frente na Azinhaga da Boavista, virando à esquerda para Av. General Humberto Delgado, seguindo à direita até ao final da rua 1º de Maio, seguindo de seguida pela esquerda para a rua Amélia Antunes da Silva, virando à direita para a Rua Dona Amélia Sofia Gonzaga, entrando de seguida para o Recinto Desportivo Almargense até cruzar a linha de chegada.



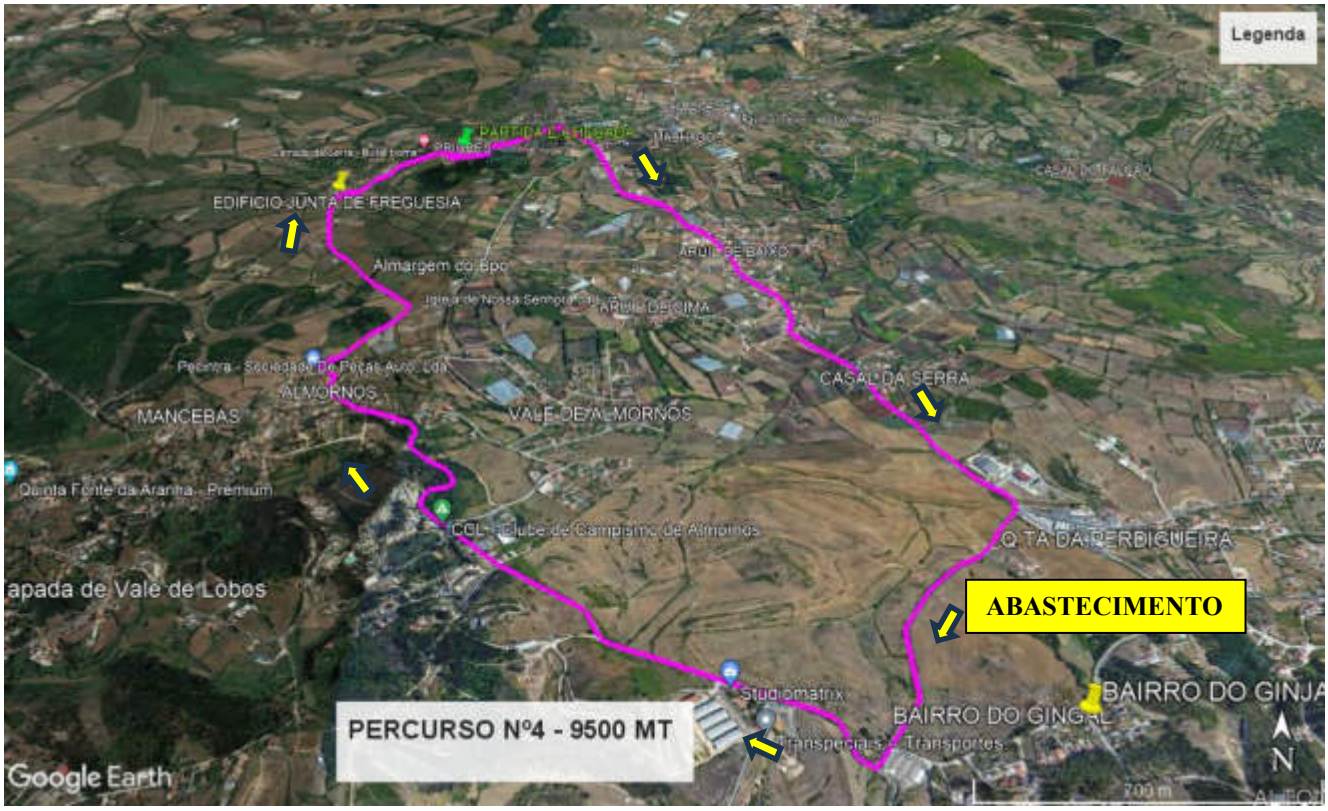
Percurso nº3 – 2400 metros

Partida do Recinto Desportivo Almargense, virando à esquerda para a Rua Dona Amélia Sofia Gonzaga, segue à esquerda pelo Largo do Campo da Bola, seguindo pela esquerda na Av. José Maria Pais, virando se seguida à direita até ao final da Av. D. Afonso Henriques, de seguida vira à direita para Rua da Serra seguindo para a a Rua Dona Amélia Sofia Gonzaga, entrado de seguida no Recinto Desportivo Almargense até cruzar a linha de chegada.



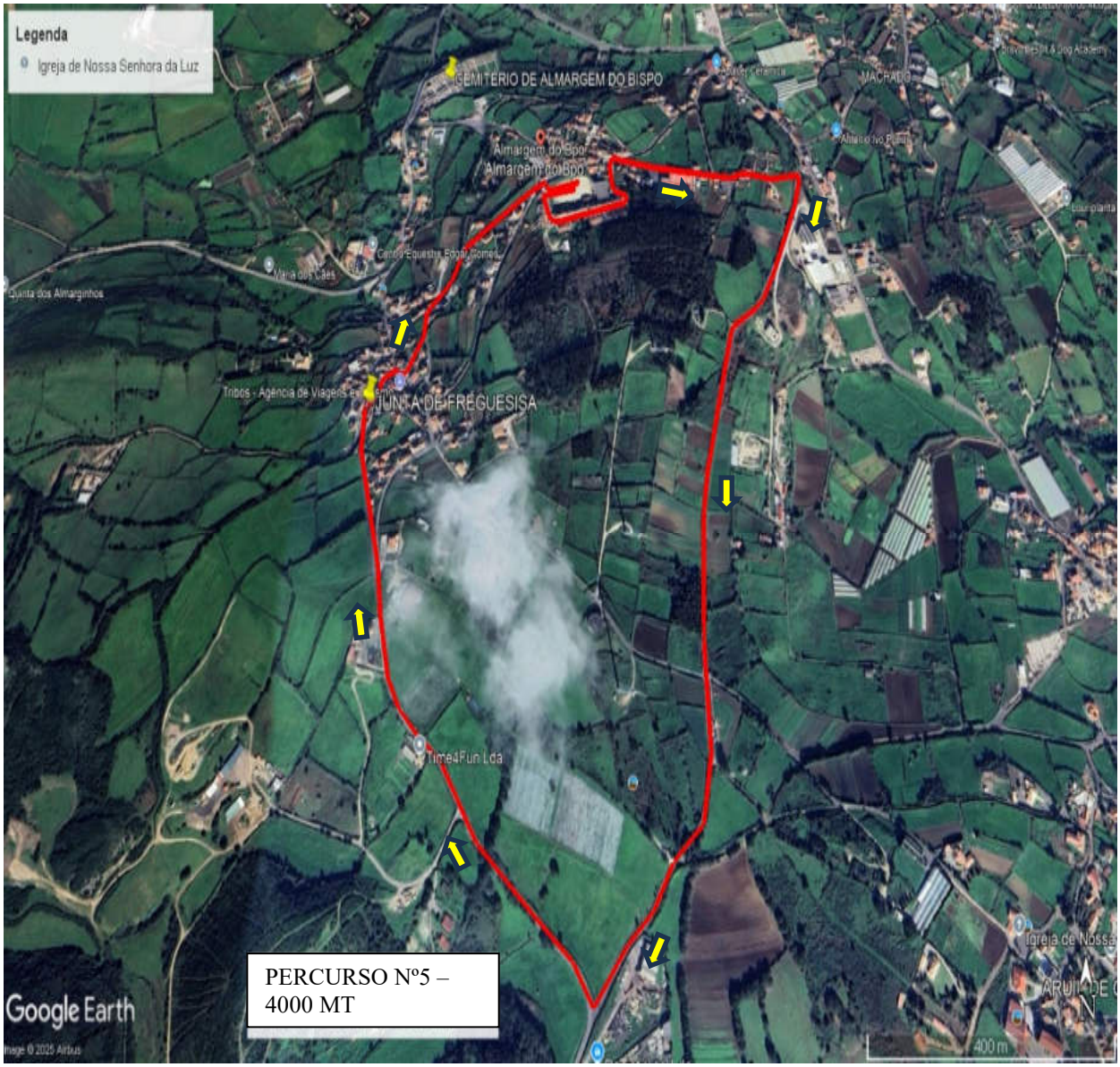
Percurso nº4 – 9500 metros

Partida do Recinto Desportivo Almargense, virando à esquerda para a Rua Dona Amélia Sofia Gonzaga, seguindo à direita pela Av. General Humberto Delgado, mantendo em frente pela Rua Prof. Dr. Joaquim Fontes, de seguida viram à direita para Estrada do Casal do Carniceiro, **ZONA DE ABASTECIMENTO**, virando depois à direita para Estrada do Parque, seguindo virando à direita para Av. José Maria Pais, até à Rua Dona Amélia Sofia Gonzaga, entrando no Recinto Desportivo Almargense até cruzar a linha de chegada.



Percurso nº5 – 4000 metros

Partida do Recinto Desportivo Almargense, virando à esquerda, pela Rua Dona Amélia Sofia Gonzaga, entrando na Av. General Humberto Delgado seguindo à direita pela Rua da Boavista, segue em frente pela Azinhaga da Boavista, virando de seguida à direita pelo Caminho da Carvalheira, seguindo em frente pela Rua das Terras Pretas, virando de seguida á direita pela Av. José Maria Pais, virando-se de seguida pela esquerda pela Av. Dom Afonso Henriques, virando-se á direta Pela Rua da Serra, finalizando à direita no Recinto Desportivo Almargense.



ZONA DE AQUECIMENTO

Os atletas em período de aquecimento ou em recuperação ativa após terminarem as suas provas deverão obrigatoriamente usar as áreas para esse efeito, nomeadamente, Rua da Serra e Rua José Maria Pais.



4 – PARTIDA

A concentração dos participantes será no Campo de Futebol do Almargense e as partidas serão dadas de acordo com o seguinte programa-horário:

Hora	Escalões	Percurso	Distância
09h00	Juniores M + Seniores M/F, M35 a M60 + F35 a F40	4	9500 m
09h10	Benjamins M/F	1	700 m
10h30	Juv. M/F; Jun. F; M65 a M75; F45 a F65; Desp. Adap. F/M	5	4000 m
10h35	Caminhada		
11h20	Iniciados M/F	3	2400 m
11h40	Infantis M/F	2	1800 m

5 - ESCALÕES

Os escalões etários são os seguintes:

MASCULINO		FEMININO	
Escalão(1)	**Anos de Nascimento**	**Escalão**(1)	**Anos de Nascimento**
Benjamins	2016, 2017 e 2018	Benjamins	2016, 2017 e 2018
Infantis	2014 e 2015	Infantis	2014 e 2015
Iniciados	2012 e 2013	Iniciados	2012 e 2013
Juvenis	2010 e 2011	Juvenis	2010 e 2011
Juniores	2008 e 2009	Juniores	2008 e 2009
Seniores	1993 a 2007	Seniores	1993 a 2007
M 35	1988 a 1992	F 35	1988 a 1992
M 40	1983 a 1987	F 40	1983 a 1987
M 45	1978 a 1982	F 45	1978 a 1982
M 50	1973 a 1977	F 50	1973 a 1977
M 55	1968 a 1972	F 55	1968 a 1972
M 60	1963 a 1967	F 60	1963 a 1967
M 65	1958 a 1962	F 65	1962 e antes
M 70	1953 a 1957	Desporto Adaptado	Escalão único*
M 75	1952 e antes	**(*) - O escalão único de "Desporto Adaptado" só é valido para escalões etários acima de Juvenis**	
Desporto Adaptado	Escalão único*		

(1) – A partir de 01 janeiro de 2027.

6 – SECRETARIADO

O secretariado da prova funcionará entre as 8h30 e as 11h40.

7 – INSCRIÇÕES

A participação é gratuita em todas as provas do Troféu "Sintra a Correr" 2026-2027, porém, os atletas que ainda não possuem dorsal e chip deverão registar-se previamente através da plataforma "Sintra a Correr", disponível para computador, smartphones e tablets (sistemas Android e IOS), até às 23h59 de quinta-feira, dia **16 de abril de 2026.**

ATENÇÃO:
- Os atletas federados só podem representar o clube da filiação.

A participação na caminhada é igualmente gratuita e a inscrição também terá de ser através da mesma plataforma.

Ao participarem nos eventos do Troféu "Sintra a Correr", TODOS os participantes aceitam ceder à Câmara Municipal de Sintra, de forma gratuita e incondicional, os direitos de utilização da sua imagem tal como captada em eventuais registos fotográficos ou de vídeo realizados pela CMS que tenham lugar durante a prova, autorizando a sua reprodução em eventuais peças comunicacionais de apoio.

8 – CONFIRMAÇÃO DE PRESENÇA NA PROVA (não aplicável aos caminheiros)

Para efeitos logísticos, todos os atletas que pretendam participar nesta prova terão de confirmar a sua presença através da plataforma "Sintra a Correr" até à data indicada no ponto anterior.
A falta desta confirmação desresponsabiliza a organização pela eventual falta de brindes a atribuir aos atletas.

9 – SEGURO

A Câmara Municipal de Sintra garante a existência de um seguro de responsabilidade civil para cada evento e outro de acidentes pessoais para todos os participantes nas provas do troféu, desde que estes se encontrem devidamente registados na aplicação "Sintra a Correr".
O seguro de acidentes pessoais apenas cobre situações ocorridas com atletas durante a corrida destinada ao seu escalão, ficando, assim, excluídas todas e quaisquer ocorrências que tenham efeito antes e depois deste momento.

10 - IDENTIFICAÇÃO DOS PARTICIPANTES

Serão **efetivamente desclassificados** todos os atletas que, à chegada **não se apresentem com o dorsal visivelmente colocado no peito.**

A organização, sempre que o entender, poderá exigir a identificação de qualquer participante, que para o efeito se deve apresentar munido do Cartão de Cidadão ou documento oficial que comprove a sua idade.
Caso se verifique alguma irregularidade, o participante em causa será desclassificado.

11 – CLASSIFICAÇÕES

11.1 – Individual

As classificações individuais são efetuadas em função da ordem de chegada, por escalão-género.
Assim, ao 1º classificado serão atribuídos 15 pontos, ao segundo 14 e assim sucessivamente até ao décimo-quinto classificado e seguintes, a quem será atribuído 1 ponto.

11.2 – Coletiva

A classificação por equipas é calculada através do somatório dos pontos obtidos por todos os atletas de cada clube em cada escalão.
A equipa que obtiver maior número de pontos é a vencedora.
Em caso de igualdade pontual, o desempate será efetuado através das melhores classificações obtidas, equipa com mais primeiros lugares, segundos lugares e assim sucessivamente.

12 - PRÉMIOS

12.1 – Individuais

Serão atribuídos prémios (medalhas) aos 5 (cinco) primeiros atletas dos escalões de Benjamins, Infantis, Iniciados e Juvenis e aos 3 (três) primeiros atletas dos restantes escalões (masculino e feminino).

12.2 - Coletivos

Na classificação por equipas serão atribuídos troféus às 10 (dez) primeiras equipas.

13 – INSTALAÇÕES SANITÁRIAS

A organização garante a disponibilidade de utilização de instalações sanitárias próprias; com possibilidade de duche, por todos os participantes que necessitem.

14 - RECLAMAÇÕES

Apenas serão consideradas as reclamações que sejam apresentadas no dia e local da prova antes da cerimónia protocolar de entrega de prémios ou através da plataforma, **até 48 horas após a disponibilização das classificações no site do Troféu "Sintra a Correr".**

15- CASOS OMISSOS

Todos os casos omissos que não constem deste Regulamento, terão resolução de acordo com as Normas de Participação do Troféu "Sintra a Correr" ou pela organização.