

3.ª EDIÇÃO

SÃO SILVESTRE LOUROSA

10KM CORRIDA • 5KM CAMINHADA

20 DEZ. '25

KIDS . SUB 18

REGULAMENTO



Regulamento 2025

Versão 1.2

20 de Dezembro de 2025

Corrida S. Silvestre de Lourosa by Lourosa em Movimento

3ª Edição

A 3º edição da São Silvestre Lourosa, aposta na renovação do traçado, tornando-o mais competitivo, na alteração do local de partida e chegada. Este ano quisemos englobar toda a família apostando em 3 valências:

CORRIDA KIDS – Poderão participar crianças dos 4 aos 15 anos. A corrida de 100 aos 800 metros metros, conforme a idade, não tem cariz competitivo.

CORRIDA SUB 18 – poderão participar jovens de 16 e 17 anos, na distância dos 5km, sem cariz competitivo.

CAMINHADA 5 KM

CORRIDA 10 KM, onde poderão participar atletas de 18 ou mais anos. O tempo máximo de duração da prova é de 2 horas.

REGULAMENTO DA PROVA

1- ORGANIZAÇÃO

A 3ª São Silvestre Lourosa é organizada pela Associação Desportiva Lourosa em Movimento, em parceria com a Camara Municipal de Santa maria da Feira, e que conta com o e Junta de Freguesia de Lourosa.

2 – DATA, HORA E LOCAL

A 3ª São Silvestre de Lourosa, realiza-se a 20 de Dezembro de 2025. A partida e a chegada será no Pavilhão Gimnodesportivo de Lourosa, sítio Rua da Escola C+S.

Kids – com inicio pelas 15:00 horas com várias partidas conforme o escalão.

Sub 18 – com inicio pelas 18:05 horas no seguimento da corrida dos Kids.

Corrida – com inicio às 18 horas, tem uma duração máxima de 2 horas

Caminhada – com inicio às 18:05 horas

O tempo máximo de duração da prova é de 2 Horas.

03 – PERCURSO

A corrida Kids terá uma distância conforme as idades:

- 4 e 5 anos – 100 metros
- 6 a 11 anos – 500 metros
- 12 a 15 anos – 800 metros

A corrida Sub 18 (16 e 17 anos) - 5 Km

A corrida de São Silvestre Lourosa tem 10 km.

A caminhada familiar de São Silvestre Lourosa tem 5 km.

04 – ABASTECIMENTOS

Haverá abastecimento no 5º Km da competição.

05 – PROGRAMA

15:00 - Partidas dos kids conforme escalões
17:20 - Aquecimento
18:00 - Partida da corrida
18:05 - Partida dos Sub 18
18:05 – Partida da Caminhada

06 – CATEGORIAS E ESCALÕES DA CORRIDA SÃO SILVESTRE LOUROSA

As categorias são diferenciadas pelo ano de nascimento, pelo sexo e distância – 10 km

-Sub 23 – M/ F
-Sénior – até 34 anos – M/ F
-Veteranos - dos 35 aos 39 anos – M/F
-Veteranos – dos 40 aos 44 – M/F
-Veteranos – dos 45 aos 49 – M/F
-Veteranos – dos 50 aos 54 – M/F
-Veteranos – dos 55 aos 59 - M/F
-Veteranos - + 60 anos M/ F

Haverá controlo técnico pontual ao longo do percurso e indicação quilométrica.

07 – INSCRIÇÕES

As inscrições são feitas na plataforma da Lap2go e estão sujeitas às seguintes taxas de inscrição:

- CORRIDA

-1ª fase até 30 de Setembro	Euro:11,00
-2ª fase até de 01 a 31 de Outubro	Euro:13,00
-3ª fase de 1 a 30 de Novembro	Euro:15,00
-Última hora de 01 a 15 de Dezembro	Euro:20,00

- CAMINHADA

-1ª fase de até 30 de Setembro	Euro:6,50
-2ª fase até de 01 a 31 de Outubro	Euro:8,50
-3ª fase de 1 a 30 de Novembro	Euro:10,50
-Última hora de 01 a 15 de Dezembro	Euro:12,00

A caminhada com medalha acresce euro:2,50.

As inscrições encerram a 15 de Dezembro de 2025.

Parte do valor da caminhada reverterá a favor do **Parque Ornitológico de Lourosa**.

08 – PARTIDAS

- Os **Kids** com várias partidas iniciam ás 15:00 horas;
- A **CORRIDA** de 10Km tem inicio ás 18 Horas, no primeiro bloco;
- A **CORRIDA SUB 18** de 5Km tem inicio ás 18:05 Horas no segundo bloco;
- A **CAMINHADA** parte ás 18:05 no terceiro bloco.

09 – KITS DE PARTICIPAÇÃO/ DORSAIS

Os Kits de participação destinam-se aos participantes da **CORRIDA DOS 10 KM** e da **CAMINHADA** e poderão ser levantados dia:

- 19/12/2025 das 17 horas ás 22 horas
- 20/12/2025 das 09 horas ás 16 horas

No Pavilhão Gimnodesportivo de Lourosa (Rua da Escola C+S em Lourosa).

Para levantamento do kit, cada atleta/ caminheiro deve fazer-se acompanhar de BI ou Cartão de Cidadão, bem como comprovativo de inscrição com o respectivo número de dorsal.

Todos os participantes na **CORRIDA DE 10 KM/ CAMINHADA** de São Silvestre de Lourosa irão receber:

- T-shirt, de acordo com o tamanho pedido, mediante disponibilidade. Caso algum dos tamanhos esgote, a organização irá substituir um tamanho aproximado alternativo.
- Dorsal de utilização obrigatória durante a prova. O dorsal é pessoal e intransmissível e deverá ser colocado na parte frontal da T-shirt.

10 – CLASSIFICAÇÕES

Apenas a **CORRIDA** de 10 km terá classificações individuais por atleta. A leitura e classificação é dada através do chip de cronometragem que faz parte do kit do atleta, e que é de uso obrigatório.

A organização não se responsabiliza pela perda nem má leitura do chip originada pela sua carência ou má colocação.

Existirá controlo electrónico no decorrer do percurso, para fiscalização do cumprimento do mesmo. A falha de leitura de alguma dessas passagens, por parte de algum atleta, levará à sua desclassificação, salvo erro informático.

11 – ESCALÕES E PRÉMIOS

Para a **CORRIDA** de São Silvestre de Lourosa, 3^a edição, são considerados prémios, além do troféu, ainda a definir, até ao 5º lugar da classificação geral.

Classificação	Masculino	Feminino
1º Lugar da Geral	troféu	troféu
2º Lugar da Geral	troféu	troféu
3º Lugar da Geral	troféu	troféu
4º Lugar da Geral	troféu	troféu
5º Lugar da Geral	troféu	troféu

Serão também premiados os 1º, 2º e 3º lugar de cada escalão M/ F :

-Sub 23	- M/ F
-Sénior	- até aos 34 anos – M/ F
-Veteranos	- dos 35 aos 39 anos – M/F
-Veteranos	- dos 40 aos 44 – M/F
-Veteranos	- dos 45 aos 49 – M/F
-Veteranos	- dos 50 aos 54 – M/F
-Veteranos	- dos 55 aos 59 - M/F
-Veteranos	- + 60 anos M/ F

Quanto aos escalões, considera-se a idade do atleta à data do evento.

O prémio a atribuir, poderá ser em dinheiro ou em vales ou cartão, ou outro bem, cabendo à organização a decisão, e podem sofrer alterações beneficiando os participantes.

No caso de prémios pagos em dinheiro estão sujeitos à retenção de IRS à taxa em vigor.

Os atletas não poderão acumular prémios, ou seja receberão o de maior valor no prazo máximo de 30 dias após a realização do evento, mediante apresentação de elementos de identificação pessoal e fiscal.

12 – MEDALHA

Todos os atletas da **CORRIDA DE 10 KM** São Silvestre de Lourosa, que passem a linha de chegada receberão uma medalha finisher .

Os caminheiros, que no ato da inscrição tiverem solicitado medalha, a mesma é entregue com o kit de participação.

13 – BALNEÁRIO/ GUARDA ROUPA

A organização disponibilizará balneários e guarda roupa no Pavilhão Gimnodesportivo de Lourosa, localizado na Rua da Escola C+S .

O balneário estará disponível a partir das 18:00 e as 20:30H

A organização disponibilizará ainda local para guardar roupa, contudo não se responsabiliza por qualquer perda de bens. Não se guardam objectos avulsos.

Os sacos disponibilizados deverão ser identificados pelo atleta com o número do seu dorsal. O serviço de guarda-roupa funcionará entre as 17 horas e as 20 horas.

14 – JURÍ DA PROVA

O júri da prova é responsabilidade do Conselho Regional de Arbitragem da Associação de Atletismo de Aveiro.

15 – INFRAÇÕES

É motivo de desclassificação, os atletas que pratiquem os seguintes atos:

- falsificação de dados da inscrição;
- não efectuem o percurso na integra;
- não tenham a leitura do seu dorsal nos pontos de controlo de cronometragem;
- colocação incorrecta do dorsal ou sua má visibilidade;
- troca de dorsais ou chip com outros atletas;
- falta de respeito pela organização, voluntários, outros atletas e público;
- desrespeito pelas regras da prova e regras de higiene e segurança.

16 - SEGURANÇA

O planeamento, a gestão, e controlo de tráfego nas ruas onde decorrerá a corrida e caminhada de São Silvestre, cabe às entidades competentes.

O trânsito será cortado com antecedência necessária à realização da prova, e por todo o seu percurso. Apenas poderão circular as viaturas identificadas da organização da prova, viaturas da GNR, Bombeiros e Inem.

A equipa médica terá autoridade para retirar da prova qualquer atleta que não se revele apto para participar da mesma, ou que tenha recebido cuidados médicos vitais.

17 – SEGURO

A organização da prova fará seguro nominal a todos os atletas de acordo com o regime jurídico de seguros desportivos obrigatórios – decreto-Lei nº10/2009.

Em caso de sinistro, o atleta deverá ser assistido pela equipa que dará assistência médica durante o evento, sem prejuízo do atleta ser, posteriormente encaminhado para outra unidade de emergência médica, e entretanto contactar a organização, para que se desencadeie todo o processo junto da seguradora.

18 – ACEITAÇÃO

Ao efectuar a inscrição, os participantes assumem reunir as condições de saúde física e psicológicas necessárias à prática desportiva, assumindo-se preparados para o esforço físico inerente à prova em que irão participar, isentando a organização e parceiros de quaisquer responsabilidade.

Ao efectuar a inscrição, os participantes assumem aceitar o descrito neste Regulamento.

Para qualquer esclarecimento adicional ou dúvida, os participantes deverão contactar a organização do evento através do email: sslourosa2023@gmail.com.

19 – PROTEÇÃO DE DADOS

Os dados pessoais recolhidos aquando da inscrição serão mantidos seguros, nos termos aprovados pelo Regulamento Geral de Proteção de Dados, destinando-se à prestação de serviços necessários à participação no evento em que se inscreve, nomeadamente para validação do seguro nominal efectuado para todos os participantes, lista de inscritos e elaboração de tabelas de resultados e classificações.

Os dados recolhidos serão também utilizados para envio de informações relevantes sobre o S. Silvestre de Lourosa – 1ª Edição, e outros eventos ou comunicações futuras.

Todos os participantes poderão exercer os seus direitos de acesso, rectificação e anulação dos seus dados pessoais em qualquer altura, mediante envio de email para sslourosa2023@gmail.com.

20 – DIREITOS DE IMAGEM

Ao efectuar a inscrição, os participantes autorizam de forma gratuita e incondicional, a cedência à organização e seus associados, os direitos de captação de imagem, vídeo, fotografia, durante o evento, autorizando a sua divulgação e reprodução em peças comunicacionais e de apoio.

21 – CANCELAMENTO OU ALTERAÇÃO DA INSCRIÇÃO

Será aceite o pedido de cancelamento da inscrição até dia 10 de Dezembro de 2025, contudo não se efectuam devoluções do valor da inscrição. Os participantes poderão ceder a sua inscrição a outro atleta, desde que esse pedido seja efectuado por email para sslourosa2023@gmail.com até 10 de Dezembro. A falta de comunicação à organização do evento, no caso de cedência de dorsal, desresponsabiliza a organização por qualquer acidente ou dano que o atleta venha a sofrer.

Em caso de lesão ou doença, devidamente comprovada, a inscrição passará para a edição do ano seguinte, sendo necessário o envio de certificado médico para sslourosa2023@gmail.com.

22 – CANCELAMENTO DO EVENTO

O cancelamento do evento pode ocorrer por factores externos à organização, nomeadamente devido a catástrofes naturais, greves, manifestações, impossibilidade de uso das vias de circulação de trânsito, impossibilidade de uso de telecomunicações, restrições do governo, nova legislação e outras situações de força maior.

Nestes casos a organização reserva-se o direito de, nos 30 dias seguintes à data prevista para a realização do evento, emitir parecer acerca das acções a serem tomadas resultantes da gravidade do cancelamento.

No caso de adiamento do evento, as inscrições serão válidas para a nova data.

Este Regulamento, bem como outras informações sobre a São Silvestre de Lourosa, podem sofrer alterações.

23 - RECLAMAÇÕES

Qualquer reclamação terá de ser apresentada para o email sslourosa2023@gmail.com, no prazo máximo de 30 minutos após o término do evento, com o pagamento de caução de euro:200,00, que será devolvida no caso de deferimento.

24 – CONTACTOS

Os participantes poderão recorrer aos seguintes emails para dar resposta às suas dúvidas e questões:

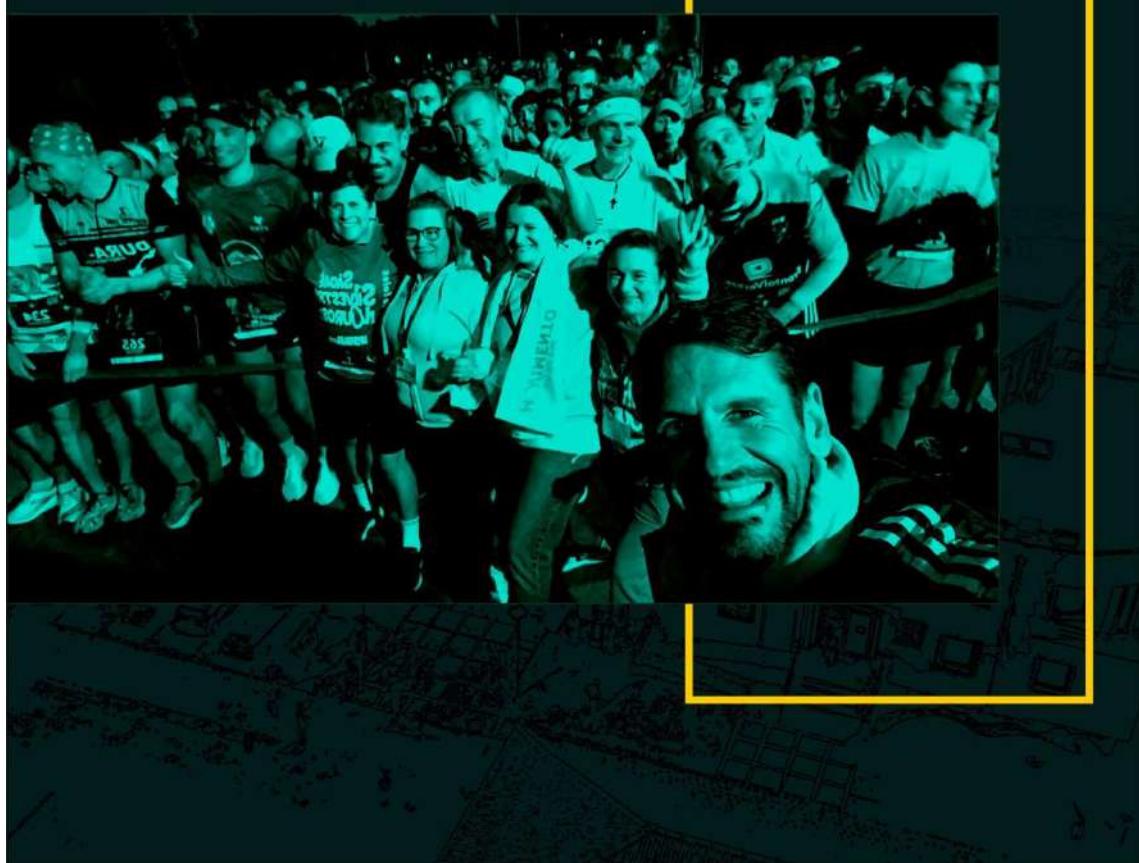
sslourosa2023@gmail.com

lourosaemmovimento@gmail.com

25 – ALTERAÇÃO AO REGULAMENTO

Todas as informações aqui apresentadas podem ser alteradas ou melhoradas a qualquer momento pela entidade organizadora.

Lourosa, 20 de Agosto de 2025.



 [/LourosaMovimento](https://www.facebook.com/LourosaMovimento)