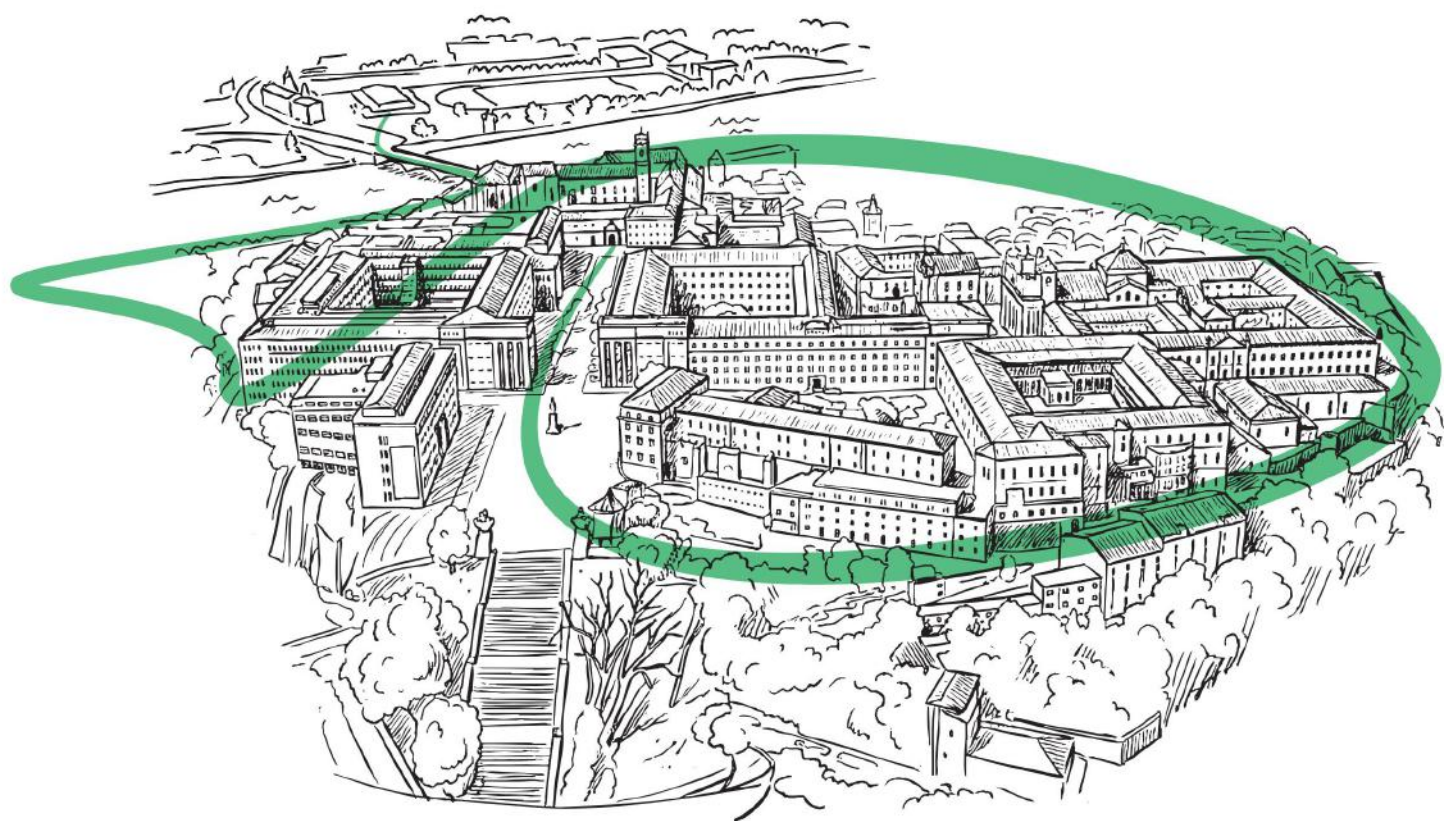


# CAMINHADA E CORRIDA UNIVERSIDADE DE COIMBRA



**1 MARÇO 2026**

**REGULAMENTO**



## **1. ORGANIZAÇÃO**

A **Caminhada e Corrida da Universidade de Coimbra** é uma organização da Universidade de Coimbra (UC), através do projeto **Healthy Campus UC**, com o objetivo de promover a prática desportiva, estilos de vida saudáveis e a integração entre a comunidade académica e a cidade. O evento conta com a colaboração de uma equipa multidisciplinar, voluntários da UC e articulação com as entidades competentes, nomeadamente, Câmara Municipal de Coimbra (CMC), forças de segurança locais PSP e Proteção Civil e Associação Distrital de Atletismo de Coimbra.

## **2. DATA / HORA / DISTÂNCIA / LOCAL**

O evento realizar-se-á no dia **1 de março**.

### **Horário (Previsão):**

- **09h30:** Aquecimento conjunto e animação.
- **10h00:** Partida da Caminhada – 4 Km.
- **11h00:** Partida da Corrida – 7,36 Km.
- **13h00:** Cerimónia de Pódio

### **Locais:**

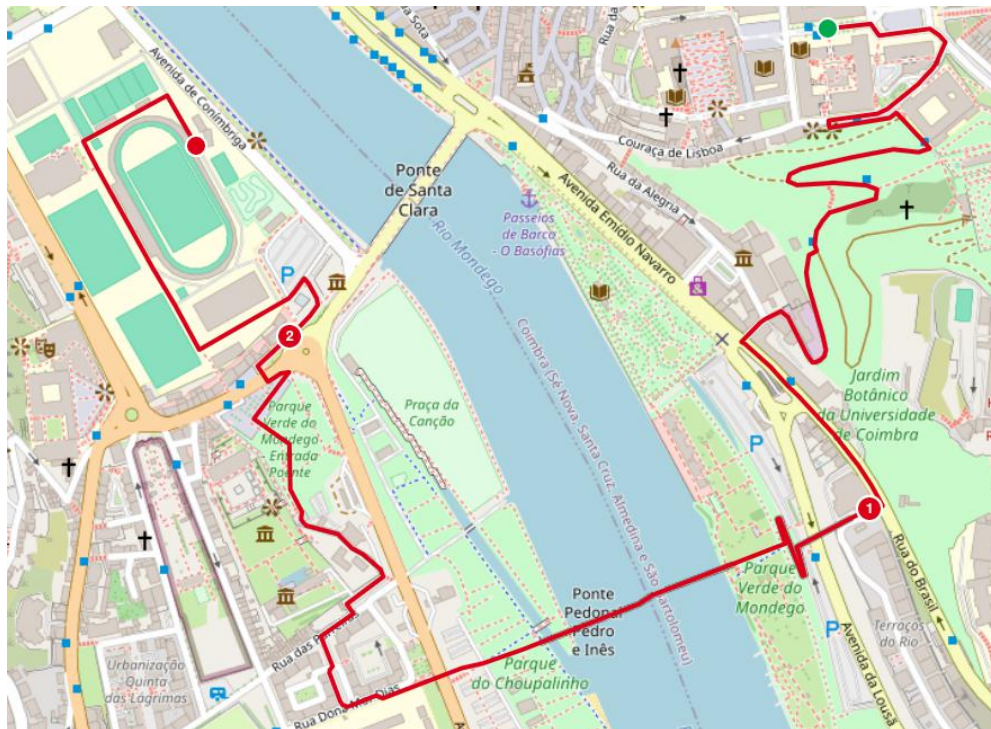
- **Partida:** Universidade de Coimbra - Rua Larga
- **Chegada:** Estádio Universitário de Coimbra (EU).



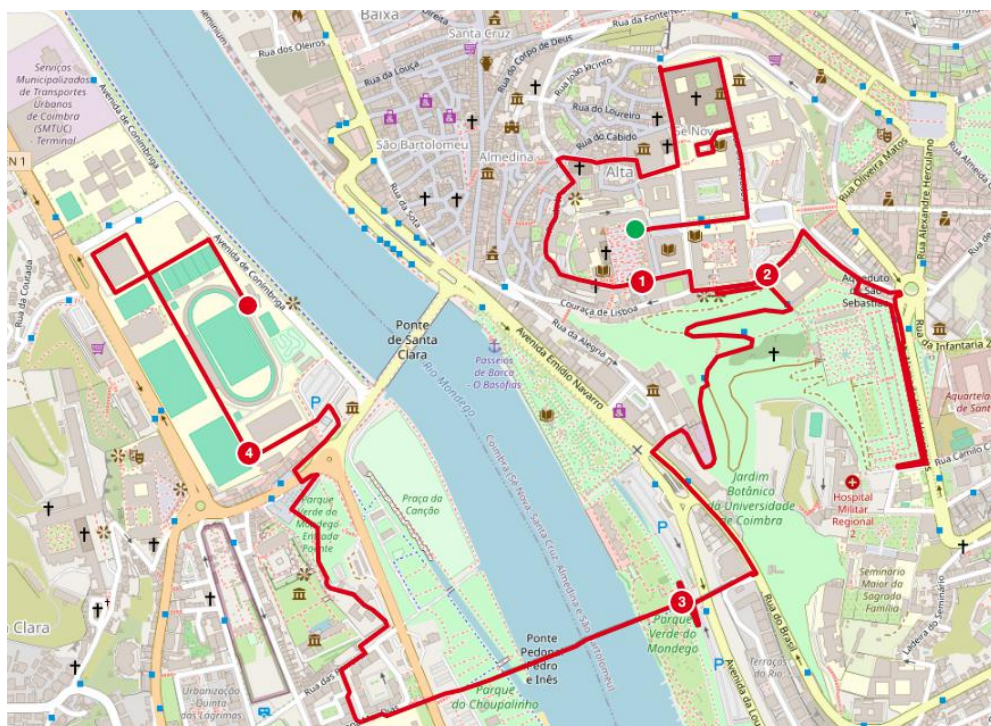
### 3. PERCURSOS

O evento é constituído por dois segmentos distintos:

**Caminhada (sem fins competitivos):** Percurso de aproximadamente 4 km, acessível a todos os participantes.



**Corrida (competitiva):** Percurso de **7,36 km**, distância simbólica alusiva aos 736 anos da Universidade de Coimbra.



#### 4. ABASTECIMENTO

A organização assegura a hidratação e reposição energética aos/às participantes:

**Caminhada:** Abastecimento líquido e sólido (fruta e água) na meta.

**Corrida:** Haverá 1 ponto de abastecimento líquido ao longo do percurso, localizados aos **3,5 km** e abastecimento sólido e líquido na meta.

**Sustentabilidade:** Em linha com a política de sustentabilidade da UC, serão utilizados copos reutilizáveis e garantida a gestão de resíduos ao longo do percurso e na zona de meta.

#### 5. DURAÇÃO

A prova terá uma duração máxima de **1h30**, terminando previsivelmente às 12h30, período após o qual será restabelecida a normal circulação automóvel e desmontado o dispositivo de segurança nas vias.

#### 6. INSCRIÇÕES / VALORES / PRAZOS / IDADE

**a) Inscrições:** As inscrições devem ser efetuadas online até ao dia 25 de fevereiro. A organização reserva-se o direito de limitar o número de inscrições por razões logísticas e/ou de segurança.

##### Links de Inscrição:

- Corrida: <https://intrareservasestadio.uc.pt//portal/formulario.php?f=306>

- Caminhada: <https://intrareservasestadio.uc.pt//portal/formulario.php?f=305>

**b) Valores (Taxa de Participação):** O evento tem uma forte componente solidária, revertendo **50% do valor das inscrições** a favor da **Acreditar - Associação de Pais e Amigos de Crianças com Cancro**.

**Caminhada (4 km):** 5,00 €

**Corrida (7,36 km):** 10,00 €

**c) Idade de Participação:**

**Corrida:** Idade mínima de 18 anos à data da prova (ou menores a partir dos 16 anos, mediante a apresentação de um termo de responsabilidade assinado pelo encarregado de educação.)

**Caminhada:** Aberta a todas as idades (menores devem ser acompanhados por um adulto).

## **7. CONSTITUIÇÃO DO KIT / ENTREGA DO KIT**

**a) Constituição do Kit:**

**Kit Corrida:** T-shirt técnica alusiva ao evento, Tote Bag, dorsal e eventuais ofertas de parceiros.

**Kit Caminhada:** T-shirt técnica alusiva ao evento, Tote Bag e eventuais ofertas de parceiros.

**Medalha finisher:** Será entregue uma medalha de participação a todos/as os/as participantes que concluírem os percursos (Caminhada e Corrida).

**b) Entrega do Kit:** O levantamento do kit de participante será realizado nos seguintes locais, dependendo da data:

- **Dia 28 de fevereiro:** nos Serviços Administrativos do **Estádio Universitário de Coimbra**, das 9h30 às 17h30.
- **Dia 1 de março (Dia do Evento):** na Rua Larga - Átrio das Químicas, entre as 08h00 às 09h30 (destinado preferencialmente a participantes deslocados).

**c) Documentos necessários:**

- Comprovativo de inscrição/pagamento (digital ou impresso).
- Documento de identificação pessoal.
- O levantamento por terceiros requer a apresentação dos documentos acima referidos do(a) titular da inscrição.

## 8. DORSAL

A utilização do dorsal é obrigatória para todos/as os/as participantes da Corrida.

O dorsal é pessoal e intransmissível e deve ser colocado na parte frontal da t-shirt, de forma visível, com alfinetes próprios.

Não ter o dorsal colocado e/ou de forma visível, bem como utilizar o dorsal de outro/a participante, resulta na desclassificação imediata da prova, sem possibilidade de recurso da decisão.

## 9. CHIP (Apenas Corrida)

Os/As participantes da Corrida (7,36 km) terão um chip eletrónico (integrado no dorsal) para cronometragem do tempo.

A má colocação ou danificação do chip poderá impossibilitar a leitura do tempo e classificação, não sendo a organização responsável por falhas decorrentes da má utilização pelo/a participante.

## 10. PRÉMIOS

**a) Caminhada - Prémio Plogging:** De forma a incentivar a responsabilidade ambiental, haverá uma competição para equipas de até 10 elementos. A equipa que recolher o maior peso de resíduos (a pesar no final da caminhada) ganhará um Kit Healthy Campus para cada elemento da equipa.

**b) Corrida (7,36 km):** Serão atribuídos **Vouchers** aos/às três primeiros/as classificados/as da Geral Masculina e da Geral Feminina, com os seguintes valores:

**1.º Classificado (M/F):** Voucher de 100,00 €

**2.º Classificado (M/F):** Voucher de 75,00 €

**3.º Classificado (M/F):** Voucher de 50,00 €

Além dos prémios de pódio, todos/as os/as participantes que cortem a meta receberão a medalha de participação. Haverá ainda a entrega de um diploma eletrónico de participação (disponível para download no site de inscrição).

## **11. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO**

A participação na caminhada e corrida está aberta a todos/as os/as interessados/as, sem distinção de nacionalidade ou sexo, desde que estejam devidamente inscritos/as, de acordo com o regulamento e dentro do prazo. Para a segurança de todos/as, não será permitida a participação de atletas em bicicletas, acompanhados por animais, skates, patins, cadeiras de rodas e carrinhos de bebés.

A idade mínima de participação na corrida 7,36 km é de 16 anos, efetuados até à data da prova. Na caminhada a idade mínima é de 3 anos.

## **12. CATEGORIAS (Corrida)**

Para efeitos de classificação na Corrida, consideram-se os escalões:

- **Geral Absolutos (M/F)**

## **13. SISTEMA DE CRONOMETRAGEM**

A organização garante o serviço de cronometragem eletrónica para todos/as os/as inscritos/as na Corrida (7,36 km) que terminem a prova dentro do tempo regulamentar.

## **14. PERCURSO E SEGURANÇA**

A organização compromete-se a escolher as vias que garantam a segurança dos/as participantes. O trânsito automóvel estará condicionado ou cortado durante a passagem dos/as participantes, com o apoio da PSP e Polícia Municipal. Os/As participantes devem circular sempre pela via indicada pela organização e voluntários/as, respeitando o código da estrada nas zonas não cortadas ao trânsito, se aplicável.

## **15. DESQUALIFICAÇÃO**

Será desqualificado o/a participante que:

- Falsifique dados da inscrição.
- Não complete o percurso na totalidade.
- Manifeste comportamento antidesportivo ou de desrespeito para com outros/as participantes, organização ou voluntários/as.
- Não utilize o dorsal oficial no peito.
- Prejudique o meio ambiente (deitar lixo para o chão fora das zonas designadas).

## **16. ASSISTÊNCIA MÉDICA**

A organização assegura:

- Plano de emergência articulado com o INEM e Proteção Civil.
- Presença de ambulância e equipa de socorro na partida/chegada e durante o percurso.
- Seguro de acidentes pessoais para todos os/as participantes inscritos/as.
- A equipa médica tem autoridade para retirar da prova qualquer participante que evidencie sinais de risco para a sua saúde.

## **17. ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO E TERMO DE RESPONSABILIDADE**

Ao inscrever-se, o/a participante aceita o presente regulamento e declara:

- Estar física e psicologicamente apto/a para o esforço físico da prova.
- Ter lido e concordado com as normas do evento.
- Isentar a Universidade de Coimbra e parceiros de responsabilidades por danos físicos ou materiais que não sejam cobertos pelo seguro da prova, ou resultantes de imprudência do/a próprio/a.



## **18. SEGUROS**

A organização contratou um Seguro de Acidentes Pessoais e de Responsabilidade Civil, cobrindo os riscos inerentes à realização do evento, conforme exigido por lei.

## **19. CEDÊNCIA DE IMAGEM**

O/A participante autoriza, gratuita e incondicionalmente, a captação e utilização da sua imagem (fotografia e vídeo) pela Universidade de Coimbra e parceiros do evento, para fins de divulgação nas redes sociais, site institucional e materiais promocionais do Healthy Campus UC.

## **20. POLÍTICA DE PRIVACIDADE**

Os dados pessoais recolhidos no ato da inscrição, nomeadamente nome, data de nascimento, número de cartão de cidadão, NIF, e-mail, número de telemóvel, nacionalidade, género e morada, destinam-se exclusivamente à gestão do evento (seguros, classificações, comunicação de informações técnicas) e não serão cedidos a terceiros para fins comerciais, cumprindo o Regulamento Geral de Proteção de Dados (RGPD). O/A titular pode solicitar a alteração ou eliminação dos seus dados contactando a organização, através do endereço de e-mail ([desporto.atividades@uc.pt](mailto:desporto.atividades@uc.pt)).

## **21. POLÍTICA DE CANCELAMENTO / ADIAMENTO**

O evento pode ser cancelado ou adiado por motivos de força maior (condições meteorológicas extremas, restrições governamentais, segurança pública).

Em caso de adiamento, a inscrição transita automaticamente para a nova data.

Uma vez que parte da receita reverte para fins solidários e para cobrir custos logísticos já efetuados, não haverá lugar a reembolso do valor da inscrição em caso de desistência do/a participante ou adiamento por força maior (salvo decisão excecional da organização).

## **22. LEGISLAÇÃO E JURISDIÇÃO**

Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização de acordo com a legislação portuguesa em vigor e os regulamentos da Federação Portuguesa de Atletismo. Para dirimir qualquer litígio emergente, estabelece-se como competente o foro da Comarca de Coimbra.