

REGULAMENTO CORRIDA DA MULHER DE COIMBRA

A Corrida da Mulher de Coimbra é um evento de corrida e caminhada de 5 km, que se realiza em Coimbra, com o objetivo de homenagear a mulher através do desporto e da participação ativa.

Aberta a mulheres e homens, a prova promove um ambiente inclusivo, acessível e pensado para diferentes ritmos.

1. Programa

6ª feira, 01 de maio:

Das 10h00 às 20h00 - Entrega dos Kits de Atleta

Sábado, 02 de maio:

Das 10h00 às 17h00 - Entrega dos Kits de Atleta

18h00 - Aquecimento

18h30 - Partida da Corrida

18h31 - Partida da Caminhada

19h30 - Entrega de Prémios

2. Escalões

- Juniores M/F: 2007 e 2008

- Seniores M/F: 2006 aos 34 anos

- Veteranos M35 | F35: 35 aos 39 anos

- Veteranos M40 | F40: 40 aos 44 anos

- Veteranos M45 | F45: 45 aos 49 anos
- Veteranos M50 | F50: 50 aos 54 anos
- Veteranos M55 | F55: 55 aos 59 anos
- Veteranos M60 | F60: 60 aos 64 anos
- Veteranos M65 | F65: Mais de 65 anos (inclusive)

Por definição, cada atleta só pode participar no seu próprio escalão. Os atletas Veteranos que pretendam correr no escalão de Sénior terão que efetuar o pedido de alteração de escalão no momento da inscrição.

3. Distâncias e Duração

3.1. A Corrida da Mulher de Coimbra (Corrida e Caminhada) tem um percurso de 5 km e terá uma duração máxima de 01h30, período após o qual será restabelecida a circulação automóvel.

4. Inscrições

4.1. Nesta prova podem participar atletas inscritos em qualquer Associação do país, organizações populares ou escolas e atletas individuais.

4.2. Para realizar a inscrição basta aceder a www.corridadamulherdecoimbra.com e optar por uma inscrição individual (se não possuir clube e quiser correr sem equipa) ou por uma inscrição coletiva (se quiser participar através de algum clube ou integrar uma equipa).

4.3. As inscrições serão aceites até às 23:59 horas do dia 26 de abril de 2026, com o pagamento realizado por referência multibanco ou MB Way. O comprovativo de pagamento, bem como a confirmação de inscrição, deverão ser guardadas até ao momento de levantamento do kit de inscrição, antes do evento.

4.4. A inscrição é pessoal e intransmissível.

4.5. Limite de inscritos: 3.000 inscritos.

4.6. A organização poderá a qualquer momento suspender ou prorrogar os prazos ou ainda adicionar ou limitar o número de inscrições do evento em função de necessidades/disponibilidades técnicas/ estruturais, sem aviso prévio.

4.7. Na Corrida não é permitida a participação de atletas com idade inferior a 18 anos (2008). A Caminhada é aberta à participação a todas as idades (crianças até 9 anos - inclusive - têm inscrição gratuita sem direito a kit de participação).

4.8. O custo de cada inscrição encontra-se fixado em função de prazos, conforme a tabela seguinte. Qualquer inscrição só é válida mediante o seu pagamento, servindo o comprovativo de pagamento como prova.

4.9. Valores:

Até 15 de fevereiro: 10,00€

De 16 a 28 de fevereiro: 12,00€

De 01 a 15 de março: 13,00€

De 16 a 31 de março: 14,00€

De 01 a 12 de abril: 15,00€

De 13 a 26 de abril: 16,00€

4.10. O evento conta com uma vertente solidária em que 1€ de cada inscrição a reverte para uma instituição ligada à mulher.

4.11. As crianças até aos 9 anos de idade (inclusive) que pretendam participar na Caminhada, terão inscrição gratuita, não tendo direito ao kit de participação (Camisola Técnica e Medalha).

4.12. Não são feitas devoluções do valor de inscrições.

4.13. Não é permitida a participação a animais.

4.14. As falsas declarações prestadas relativamente à identificação do atleta não são da responsabilidade da organização pelo que qualquer consequência fruto dessa desinformação é da exclusiva responsabilidade do atleta, designadamente, para efeitos de seguro desportivo.

5. Kit de Atleta

5.1. Todos os participantes na Corrida da Mulher de Coimbra (exceto crianças até aos 9 anos, inclusive), recebem os seguintes prémios:

- Camisola Técnica de Manga Curta, Medalha, Saco com lembranças (água, fruta, bolo, barra energética e outros brindes) e Dorsal Personalizado com chip.

5.2. A organização garante a todos os atletas uma camisola técnica de manga curta.

5.3. Os tamanhos disponíveis serão: S, M, L e XL.

5.4. O tamanho de cada camisola será escolhido no formulário de inscrição da prova.

5.5. No ato da entrega do kit de participação, não serão aceites trocas de tamanhos de camisola.

6. Entrega do Kit de Atleta

6.1. O levantamento do Kit de Atleta (dorsal e Camisola Técnica da prova) será feito com a apresentação do comprovativo do pagamento da inscrição, nos seguintes dias e horários:

- 01 de maio de 2026 (10h00 às 20h00)

- 02 de maio de 2026 (10h00 às 17h00)

6.2. Documentos necessários para a recolha de Kit do Atleta, em formato físico ou digital:

- Confirmação de inscrição recebida na caixa de email após o pagamento

- Documento de identificação (Bilhete de Identidade, Cartão do Cidadão, Carta de Condução)

6.3. A recolha do Kit do Atleta em nome de outro participante pode ocorrer, desde que sejam apresentados os seguintes elementos em formato físico ou digital:

- Confirmação de inscrição do atleta detentor do dorsal recebida na caixa de email após o pagamento.
- Documento de identificação da pessoa que recolhe o kit (Bilhete de Identidade, Cartão de Cidadão, Carta de Condução).

7. Dorsal de Prova

7.1. A utilização do dorsal é obrigatória na Corrida da Mulher de Coimbra.

7.2. O dorsal deve ser colocado na parte frontal da t-shirt através de alfinetes ou porta-dorsal.

7.3. A organização não fornece alfinetes para colocação do dorsal.

7.4. O dorsal é pessoal e intransmissível.

7.5. A organização desqualificará todos os atletas que:

- Não tenham o dorsal colocado;
- Utilizem o dorsal de outro atleta;
- Dobre ou manipule a publicidade do dorsal.

7.6. Atletas sem dorsal não serão autorizados a circular no percurso e não terão acesso ao kit de atleta finalista.

7.7. A organização garante dorsal personalizado a todos os atletas que façam a sua inscrição e respetivo pagamento até dia 26 de abril de 2026.

8. Prémios

8.1. A todos os participantes que cortem a meta da Corrida da Mulher de Coimbra será entregue uma medalha entre outras ofertas diversas dos patrocinadores.

8.2. Haverão classificações individuais e coletivas na Corrida da Mulher de Coimbra.

8.3. Os atletas masculinos e femininos correm juntos mas com classificações separadas por género.

8.4. O Júri da prova será da inteira responsabilidade da Organização.

8.5. Os atletas que prejudiquem intencionalmente os seus adversários com empurrões, obstruções e/ou outros, serão imediatamente desclassificados, bem como os que durante a sua prova sejam acompanhados pelo seu técnico ou dirigente.

8.6. Compete aos fiscais de percurso, juízes de partida e chegada, anotarem e desclassificarem os atletas infratores.

8.7. Na Corrida da Mulher de Coimbra - prova corrida haverão prémios para:

1. Os 3 melhores da Classificação Geral Masculina e Feminina;
2. Os 3 melhores M/F de cada escalão;
3. As 3 melhores Equipas da Classificação Geral;
4. As 3 Equipas/Grupos com mais elementos classificados na prova de corrida, qualquer que seja o escalão.

8.8. As classificações coletivas serão apuradas pelas regras da IAAF, ou seja, tendo em conta a classificação de cada elemento que somará a sua classificação em função do lugar da classificação geral (prevalece a equipa com menor número de pontos somados). Uma equipa só assim é considerada se fechar a prova com, pelo menos, 5 elementos. Em caso de empate é analisado o fecho da equipa (pela melhor classificação do 5º elemento de cada equipa).

8.9. Quaisquer reclamações ou protestos têm de ser apresentados por escrito, obrigatoriamente feita em papel timbrado do clube, ao Júri da prova, até 10 minutos

após o termo da mesma, juntamente com a quantia de 50€ (euros), a qual será devolvida se o protesto for considerado procedente.

8.10. Os atletas deverão ser portadores da sua licença desportiva ou Bilhete de Identidade/Cartão do Cidadão para qualquer verificação solicitada pelo Júri. Torna-se indispensável a apresentação destes documentos, sempre que solicitados.

9. Certificação da Prova e Sistema de Cronometragem chip

9.1. A organização garante a todos os inscritos, que recolham o seu dorsal, um sistema de cronometragem através de chip que se encontra codificado para o atleta, sendo pessoal e intransmissível. Todos os atletas devem utilizar o chip fornecido no kit do atleta que se encontra no verso do dorsal e que não pode ser descolado ou removido.

9.2. A leitura do chip apenas ocorrerá se o dorsal for colocado corretamente. Caso o chip seja descolado ou removido pelo atleta, o atleta não terá classificação.

9.3. O chip é descartável e não terá de ser devolvido no final da prova.

9.4. A organização não se responsabiliza pela falha da apresentação de resultados em caso de má colocação do chip.

9.5. A organização desqualificará todos os atletas que efetuem a prova com:

- Mais do que um chip
- Um chip de outro atleta
- Atletas masculinos com chips de atletas femininos e vice-versa

9.5. Na Caminhada, o dorsal não tem chip uma vez que não existe classificação.

10. Condições de participação

10.1. A participação na corrida está aberta a todos os interessados, sem distinção de nacionalidade ou sexo, desde que estejam devidamente inscritos, de acordo com o

regulamento e dentro do prazo.

10.2. Na Corrida não é permitida a participação de atletas com idade inferior a 18 anos.

Na Caminhada a participação é aberta a todas as idades.

10.3. Para segurança de todos os participantes não será permitida a participação de pessoas que se desloquem em bicicletas, acompanhadas por animais, skates e patins. A organização não aconselha a participação em carrinhos de bebé.

11. Segurança

11.1. Caberá às forças policiais a gestão, planeamento, controlo e eliminação do trânsito não autorizado no decorrer das provas, bem como a garantia da segurança dos participantes.

11.2. O trânsito automóvel será cortado em toda a extensão do percurso, com a antecedência estipulada pelas entidades competentes. A reabertura do trânsito automóvel será feita 1 hora e 30 minutos após a partida.

11.3. A organização da prova disponibilizará aos participantes apoio médico com ambulâncias de pronto atendimento durante os percursos, partida e chegada das provas.

11.4. Caso haja necessidade de continuidade do atendimento médico de emergência, este será efetuado no Serviço Nacional de Saúde, sob a responsabilidade do mesmo.

11.5. A equipa médica terá autoridade para retirar qualquer participante que não se revele apto a participar ou que tenha recebido cuidados médicos vitais.

11.6. Os participantes devem reunir condições de saúde necessárias à prática desportiva. Após a inscrição assumem que se sentem física e psicologicamente preparados para o esforço físico inerente à prova em que irão participar.

11.7. Todos os participantes, sem exceção, devem reunir as condições de saúde necessárias à prática desportiva, isentando a organização da prova, seus parceiros, apoiantes e órgãos públicos envolvidos de quaisquer responsabilidades.

11.8. A Organização celebrou um seguro de Acidentes Pessoais para o dia da prova que cobre qualquer acidente de atletas não abrangidos pelo Seguro Desportivo ou Seguro Escolar (Decreto-Lei n.º 146, de 26 de abril de 1993).

11.9. O seguro de provas desportivas cobre os riscos de morte ou invalidez permanente e despesas de tratamento constantes na respetiva apólice.

11.10. A Organização da prova não se responsabiliza pelos atletas não federados que tenham qualquer contra indicação médica para a prática da corrida.

12. Bengaleiro

12.1 A organização disponibiliza bengaleiro para os participantes. É necessário a apresentação do dorsal para usufruir deste serviço no ato de entrega e de recolha dos respetivos bens.

12.2. O bengaleiro estará devidamente identificado no local da partida/chegada e funcionará entre as 17h00 e as 20h00.

12.3. Todos os objetos deverão ser guardados em sacos devidamente identificados pelo atleta. Não se guardam objetos avulso (ex: casaco, capacete, telemóvel, etc.).

12.4. A organização não assume qualquer responsabilidade pela eventual perda de bens.

13. Cedência dos direitos de imagem

13.1. O participante, ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, à Câmara Municipal de Coimbra, à Associação Recreativa Casaense e aos parceiros da prova, os direitos de utilização da sua imagem tal como captada nas filmagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

14. Cedência dos dados de inscrição

14.1. A Câmara Municipal de Coimbra, a Associação Recreativa Casaense e os parceiros da prova, reservam-se no direito de utilizar a base de dados com elementos preenchidos pelos participantes nas suas ações de promoção. É concedida aos participantes a hipótese de não autorizar a cedência dos dados pessoais recolhidos no ato de inscrição, devendo para tal selecionar a opção disponibilizada no formulário.

15. Cancelamento do Evento

15.1. O cancelamento da prova pode ocorrer devido a fatores externos à vontade da organização, designadamente, mas não só, por ocorrência de catástrofe natural, distúrbios, greves, manifestações, impossibilidade de usar as vias de circulação de trânsito, impossibilidade de utilizar as telecomunicações, determinação de autoridade, nova legislação, exigências de saúde ou segurança pública e outras causas de força maior não imputável à organização. Nestes casos a organização não está obrigada a restituir aos atletas o valor da inscrição efetuada nem qualquer outro valor, seja a que título for. A organização reserva-se, contudo, o direito de adiamento do evento para data oportuna a designar valendo, neste caso, a inscrição anteriormente efetuada. A organização pode ainda designar um local, dias e horário específico para os atletas inscritos levantarem o dorsal da inscrição e eventuais brindes associados ao evento.

16. Aceitação

16.1. Ao se inscreverem, 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. Com a inscrição, todos os participantes declaram aceitar o presente Regulamento. Para o esclarecimento de qualquer dúvida, ou para qualquer questão não prevista no presente regulamento, os participantes deverão entrar em contacto com a organização através do email: corridadamulherdecoimbra@gmail.com

16.2. Com a inscrição, todos os participantes declaram assumir o seguinte termo de responsabilidade:

a) Li e estou de acordo com o regulamento da Corrida da Mulher de Coimbra, disponível

no site www.corridadamulherdecoimbra.com

- b) Estou ciente do meu estado de saúde e declaro estar física e psicologicamente capacitado para participar.
- c) Assumo o compromisso de me abster de participar na Corrida da Mulher de Coimbra, caso as minhas condições de saúde se alterem após a inscrição.
- d) Estou ciente do teor da apólice de seguro em vigor e li as especificações da mesma, constantes no regulamento da prova.
- e) Ao participar na Corrida da Mulher de Coimbra, autorizo, gratuita e incondicionalmente, que a Associação Recreativa Casaense, a Câmara Municipal de Coimbra e os parceiros da prova utilizem a minha imagem. Através deste instrumento, cedo todos os direitos de utilização da minha imagem, tal como captada em fotografias e filmagens que terão lugar durante a realização das provas, renunciando ao recebimento de qualquer quantia que venha a ser auferida com a sua divulgação em peças comunicacionais de apoio.
- f) Participo na Corrida da Mulher de Coimbra de livre e espontânea vontade, isentando a Associação Recreativa Casaense, a Câmara Municipal de Coimbra, parceiros, diretores, colaboradores e outras empresas ligadas à organização do evento de qualquer responsabilidade resultante da minha participação na Corrida da Mulher de Coimbra, antes, durante e depois da mesma (por ex. perda de objetos pessoais por roubo ou por outras circunstâncias).

16.3. Os dados pessoais serão processados automaticamente nos termos aprovados pelo Regulamento Geral de Proteção de Dados da União Europeia, pela organização do evento, entidade responsável pelos dados, destinando-se a exclusivamente à prestação dos serviços necessários à participação no evento em que o atleta se inscreve. O tratamento de dados para a comunicação sobre o evento em que se inscreve, a comunicação de outros eventos e serviços da A. R. Casaense/Escola de Atletismo de Coimbra e a comunicação sobre parceiros A R. Casaense/Escola de Atletismo de Coimbra é opcional e está sujeito a consentimento específico e expresso no formulário de inscrição do evento, sempre em conformidade com a Diretiva 95/46/CE de 27 de Abril de 2016. É garantido aos participantes, nos termos da mesma lei, o acesso aos seus dados,

podendo solicitar por escrito junto da organização a sua atualização, correção ou eliminação. Os dados pessoais recolhidos em função do presente evento serão armazenados pelo prazo de dois anos e estão acessíveis de forma gratuita para consulta, retificação ou eliminação através do e-mail: corridadamulherdecoimbra@gmail.com

17. Outros

- Todos os casos omissos neste Regulamento serão apreciados pela Organização e julgados pelo júri, com base no regulamento da F.P.A. e Comissão Nacional de Estrada e Corta-Mato.

18. Outros

- Para apoio técnico relacionado com a plataforma de inscrições, deverá contactar o +351 308 801 674 (apoio Lap2Go) ou enviar um e-mail para suporte@lap2go.com.
- Para apoio relacionado com a organização do evento, deverá contactar a organização do evento, o +351 917 543 780 ou +351 915 310 641 ou enviar um e-mail para corridadamulherdecoimbra@gmail.com.
- Contatos telefónicos disponíveis de 2^a a 6^a feira das 9h00 às 13h00 e das 14h00 às 18h00.