

## Normas de Participação

### 36.º Grande Prémio da Páscoa de Constância em Atletismo - 2026

---

Provas de Escalões Jovens / Prova de 10 Km / Caminhada de 5 Km

Imagem da Prova (Gabinete de Imagem)

## Nota Justificativa

Prova pensada inicialmente como corrida de corta-mato, teve o seu início em 1988 e foi realizado nessa disciplina, durante seis anos, tendo como “palco” os terrenos anexos ao antigo campo de futebol. Já em 1994, e numa primeira tentativa de evolução para uma prova de estrada, o grande prémio mudou-se para a margem do rio Zêzere, disputada em circuito, num misto de terra batida e de paralelo, passando pela primeira vez pelo centro histórico da vila. Como curiosidade, recorde-se que a edição desse ano teve como vencedora da prova feminina a grande campeã Rosa Mota. No ano seguinte, 1995, a Associação de Atletismo de Santarém passa a apoiar o grande prémio através do ajuizamento e cronometragem da prova. Um ano depois, em 1996, nova mudança se verificou, desta feita tendo como local de partida e chegada a Praça Alexandre Herculano. Ano de profundas mudanças, a corrida deixou de ser feita em circuito, passando a desenrolar-se, após a partida e seguindo pela Avenida das Forças Armadas, pela estrada do Castelo do Bode e volta, numa distância de oito quilómetros. Foi também o início da separação entre as provas para os escalões jovens e a prova principal, juntando nesta juniores, seniores e veteranos, de ambos os sexos, pela primeira vez. Foi, ainda, implementada a informatização das inscrições e resultados. Três anos depois, a edição de 1999 testemunha nova alteração: a partida e chegada passaram a ser feitas junto ao Posto de Turismo, com o objetivo de proporcionar melhores condições e mais visibilidade, quer a atletas, quer ao público; manteve-se a distância da prova principal até 2002, ano em que, definitivamente, passou para os dez quilómetros. Estava atingido um dos principais objetivos do grande prémio: figurar, como prova de estrada, no calendário da CNEC – Comissão Nacional de Estrada e Corta-Mato, que passou a certificar oficialmente a distância no ano seguinte.

Hoje, o grande prémio, Grande Evento Desportivo a nível da vertente competição/espetáculo organizado integralmente pela autarquia, recebe centenas de atletas das mais diversas proveniências geográficas, incluindo do estrangeiro, seja para as diversas provas dos escalões jovens, seja para a prova principal, o que inclui atletas da elite e os que constituem o “grosso” do pelotão. A demanda e a adaptação às expectativas, dos mais diversos participantes, levaram à criação, em 2010, da Prova da Caminhada e em 2018 ao surgimento de um escalão específico para pessoas com deficiência.

Realizado no Sábado de Aleluia, em pleno arranque das Festas do Concelho, o Grande Prémio da Páscoa de Constância afirma-se e pretende ser, acima de tudo, uma Grande Festa do Atletismo para todos quantos corram pelo prazer de correr, em fraterno e são convívio.

Assim, no uso da competência conferida pela alínea u) do n.º 1 do artigo 33º do anexo à Lei n.º 75/2013, de 12 de setembro, na sua atual redação, é elaborada a NORMA de Participação no 34.º Grande Prémio da Páscoa de Constância em Atletismo.

## **Capítulo I**

### **Disposições gerais**

#### **Artigo 1.º**

##### **Norma habilitante**

As presentes normas são elaboradas ao abrigo e nos termos do disposto no artigo 241.º da Constituição da República Portuguesa, e da alínea u) do n.º 1 do artigo 33.º do anexo à Lei n.º 75/2013, de 12 de setembro, na sua atual redação.

#### **Artigo 2.º**

##### **Objeto e Âmbito**

As presentes normas visam definir o procedimento de inscrição, obrigações e direitos a observar pelos interessados em participar no 36.º Grande Prémio da Páscoa de Constância em Atletismo, fornecendo regras orientadoras e de utilização a observar pela organização e pelos participantes nas mesmas.

#### **Artigo 3.º**

##### **Objetivos**

Constituem objetivos do 36.º Grande Prémio da Páscoa de Constância em Atletismo:

- a) Promoção e divulgação da modalidade de Atletismo;
- b) Criação de hábitos de vida saudável mediante a prática regular de atividade física.;
- c) Criação e fomento de uma cultura desportiva, na vertente da participação, enquanto atleta e espetador;
- d) Generalização/democratização da atividade física nas suas variadas dimensões (federativas, associativas, dirigentes, juizes, atletas, treinadores, outras).

#### **Artigo 4.º**

##### **Organização**

1. A organização do 36.º Grande Prémio da Páscoa de Constância em Atletismo é da inteira responsabilidade do Município de Constância.
2. Em simultâneo, realiza-se a 6ª Caminhada.
3. É da responsabilidade da organização elaborar o programa do 36.º Grande Prémio da Páscoa de Constância em Atletismo e proceder à sua divulgação pelos meios julgados adequados.

## **Capítulo II**

### **Escalões Jovens**

#### **Artigo 5.º**

##### **Inscrição**

1. Poderão participar na prova atletas em representação de Clubes, Coletividades, organizações populares, empresas e individuais, federados ou não federados.
2. As inscrições são gratuitas e deverão ser efetuadas *online* em

#### **Artigo 6.º**

##### **Identificação Individual**

1. Todos os atletas deverão ser portadores do Cartão de Cidadão, Bilhete de Identidade ou de outro documento de identificação.

#### **Artigo 7.º**

##### **Programa Horário / Escalões / Distâncias**

| <b>Hora</b> | <b>Escalões</b>                    | <b>Ano de Nascimento</b> | <b>Distância</b>    |
|-------------|------------------------------------|--------------------------|---------------------|
| 9.30        | Infantis Femininos e Masculinos    | 2013/2014                | 1.500 metros        |
| 9.40        | Iniciados Femininos e Masculinos   | 2011/2012                | 1.800 metros        |
| 9.55        | Juvenis Femininos e Masculinos     | 2009/2010                | 3.000 e 4000 metros |
| 10.35       | Benjamins A Femininos e Masculinos | 2017 e posteriores       | 300 metros          |
| 10.40       | Benjamins B Femininos e Masculinos | 2015/2016 e posteriores  | 500 metros          |

#### **Artigo 8.º**

##### **Classificações**

1. Serão apuradas classificações individuais (por escalão);
2. Serão apuradas classificações por Equipas (Classificação Geral Coletiva dos Escalões Jovens):

- a) A Classificação Geral Coletiva dos Escalões Jovens compreende os escalões de Benjamins a Juvenis;
- b) A classificação acima indicada tem em conta os atletas classificados nos dez primeiros lugares de cada escalão (1º lugar - 10 pontos; 2º lugar - 9 pontos; 10º lugar - 1 ponto).
3. As classificações, salvo casos devidamente ponderados, serão consideradas definitivas após a entrega dos respetivos prémios.

### **Artigo 9.º**

#### **Prémios Individuais**

1. Os prémios individuais a atribuir são os identificados no quadro abaixo:

|              | <b>Escalões Jovens</b> |                    |                 |                  |                |
|--------------|------------------------|--------------------|-----------------|------------------|----------------|
| <b>Lugar</b> | <b>Benjamins A</b>     | <b>Benjamins B</b> | <b>Infantis</b> | <b>Iniciados</b> | <b>Juvenis</b> |
| 1.º          | Troféu                 | Troféu             | Troféu          | Troféu           | Troféu         |
| 2.º          | Troféu                 | Troféu             | Troféu          | Troféu           | Troféu         |
| 3.º          | Troféu                 | Troféu             | Troféu          | Troféu           | Troféu         |
| 4.º          | Medalha                | Medalha            | Medalha         | Medalha          | Medalha        |
| 5.º          | Medalha                | Medalha            | Medalha         | Medalha          | Medalha        |
| 6.º          | Medalha                | Medalha            | Medalha         | Medalha          | Medalha        |
| 7.º          | Medalha                | Medalha            | Medalha         | Medalha          | Medalha        |
| 8.º          | Medalha                | Medalha            | Medalha         | Medalha          | Medalha        |
| 9.º          | Medalha                | Medalha            | Medalha         | Medalha          | Medalha        |
| 10.º         | Medalha                | Medalha            | Medalha         | Medalha          | Medalha        |

2. Será atribuído ainda um saco com uma t-shirt e uma água a todos os atletas que cortarem a linha de meta, em cada escalão jovem.
3. É obrigatória a presença dos atletas premiados na entrega de prémios.
4. Excluindo casos devidamente justificados e que não levantem quaisquer dúvidas, não serão entregues os prémios correspondentes aos atletas que violem o disposto no número anterior.
5. O direito aos prémios prescreve com o encerramento do Grande Prémio (coincidente com a última entrega de prémios).

### **Artigo 10.º**

#### **Prémios por Equipas**

1. Serão entregues taças às 10 primeiras equipas classificadas de harmonia com o determinado pelas alíneas a) e b) do ponto 2. do artigo 8.º.
2. Será atribuído o Prémio “Câmara Municipal de Constância” à equipa que vencer coletivamente em dois anos consecutivos ou três alternados a classificação geral coletiva dos escalões jovens.

### **Capítulo III**

## Prova Principal – 10 Km

### Artigo 11.º

#### Inscrição

1. Poderão participar na prova atletas em representação de Clubes, Coletividades, organizações populares, empresas e individuais, federados ou não federados.
2. As inscrições deverão ser efetuadas *online* em
3. As inscrições deverão ser acompanhadas do respetivo pagamento.
4. As inscrições estão limitadas às 600 (seiscentas) primeiras mesmo que esse número seja atingido antes da data limite.

### Artigo 12.º

#### Prazos de Inscrição e Penalizações

1. As inscrições deverão respeitar os prazos e penalizações abaixo indicadas:

| Valor de Inscrição | Data                        | Observação                                                  |
|--------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------|
| 5,00 €             | Até 15 de março de 2026     |                                                             |
| 7,00 €             | De 16 a 22 de março de 2026 |                                                             |
| 10,00 €            | De 23 a 29 de março de 2026 | Sem garantia de saco, t-shirt e lembrança alusiva ao evento |

### Artigo 13.º

#### Identificação Individual

1. Todos os atletas deverão ser portadores do Cartão de Cidadão, Bilhete de Identidade ou de outro documento de identificação.

### Artigo 14.º

#### Programa Horário / Escalões / Distâncias

| Hora | Escalão             | Ano de Nascimento                         | Distância |
|------|---------------------|-------------------------------------------|-----------|
|      | Juniores Femininos  | 2007/2008                                 |           |
|      | Juniores Masculinos | 2007/2008                                 |           |
|      | Seniores Femininos  | De 2004 até à véspera do 35.º aniversário |           |
|      | Seniores Masculinos | De 2004 até à véspera do 35.º aniversário |           |
|      | F35 - Veteranas 1   | 35 a 39 anos                              |           |

|       |                   |                                                          |               |
|-------|-------------------|----------------------------------------------------------|---------------|
| 10.25 | F40 – Veteranas 2 | 40 a 44 anos                                             | 10.000 metros |
|       | F45 - Veteranas 3 | =/+ 45 anos                                              |               |
|       | F50 - Veteranas 4 | 50 a 54 anos                                             |               |
|       | F55 - Veteranas 5 | 55 a 59 anos                                             |               |
|       | F60 - Veteranas 6 | =/+ 60 anos                                              |               |
|       | M35 - Veteranos 1 | 35 a 39 anos                                             |               |
|       | M40 - Veteranos 2 | 40 a 44 anos                                             |               |
|       | M45 - Veteranos 3 | 45 a 49 anos                                             |               |
|       | M50 - Veteranos 4 | 50 a 54 anos                                             |               |
|       | M55 - Veteranos 5 | 55 a 59 anos                                             |               |
|       | M60 - Veteranos 6 | =/+ 60 anos                                              |               |
|       | Deficientes a Pé  | Escalão Único (válido escalões etários acima de Juvenis) |               |

### Artigo 15.º

#### Classificações

1. Será apurada classificação geral individual por género.
2. Será apurada classificação individual por escalão.
3. As classificações, salvo casos devidamente ponderados, serão consideradas definitivas após a entrega dos respetivos prémios.

### Artigo 16.º

#### Prémios Individuais

1. Os prémios individuais a atribuir em função da classificação geral por género são os identificados no quadro abaixo:

| Lugar | Geral Feminina | Geral Masculina |
|-------|----------------|-----------------|
| 1.º   | Troféu         | Troféu          |
| 2.º   | Troféu         | Troféu          |
| 3.º   | Troféu         | Troféu          |

2. Os prémios individuais a atribuir em função da classificação individual por escalão são expressos no quadro abaixo.

| Prova Principal – 10 Km |        |        |        |
|-------------------------|--------|--------|--------|
| Lugar                   |        |        |        |
| Escalão                 | 1.º    | 2.º    | 3.º    |
| Juniores Femininos      | Troféu | Troféu | Troféu |
| Juniores Masculinos     | Troféu | Troféu | Troféu |
| Seniores Femininos      | Troféu | Troféu | Troféu |

|                     |        |        |        |
|---------------------|--------|--------|--------|
| Seniores Masculinos | Troféu | Troféu | Troféu |
| F35 - Veteranas 1   | Troféu | Troféu | Troféu |
| F40 – Veteranas 2   | Troféu | Troféu | Troféu |
| F45 - Veteranas 3   | Troféu | Troféu | Troféu |
| M35 - Veteranos 1   | Troféu | Troféu | Troféu |
| M40 - Veteranos 2   | Troféu | Troféu | Troféu |
| M45 - Veteranos 3   | Troféu | Troféu | Troféu |
| M50 - Veteranos 4   | Troféu | Troféu | Troféu |
| M55 - Veteranos 5   | Troféu | Troféu | Troféu |
| M60 - Veteranos 6   | Troféu | Troféu | Troféu |
| Deficientes a Pé    | Troféu | Troféu | Troféu |

3. Será atribuído um saco com uma t-shirt técnica e uma lembrança alusivos à prova no momento de levantamento do dorsal.
4. É obrigatória a presença dos atletas premiados na entrega de prémios.
5. Excluindo casos devidamente justificados e que não levantem quaisquer dúvidas, não serão entregues os prémios correspondentes aos atletas que violem o disposto no número anterior.
6. O direito aos prémios prescreve com o encerramento do Grande Prémio (coincidente com a última entrega de prémios).

## **Capítulo IV**

### **Caminhada**

#### **Artigo 17.º**

##### **Inscrição**

1. Poderão participar na prova todos os potenciais interessados.
2. As inscrições deverão ser efetuadas *online* em
3. As inscrições deverão ser acompanhadas do respetivo pagamento.
4. As inscrições estão limitadas às 250 (duzentas e cinquenta) primeiras mesmo que esse número seja atingido antes da data limite.

#### **Artigo 18.º**

##### **Prazos de Inscrição e Penalizações**

1. As inscrições deverão respeitar os prazos e penalizações abaixo indicadas:

| <b>Valor de Inscrição</b> | <b>Data</b>                 | <b>Observação</b>                                |
|---------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------|
| 2,00 €                    | Até 15 de março de 2026     |                                                  |
| 4,00 €                    | De 16 a 22 de março de 2026 |                                                  |
| 7,00 €                    | De 23 a 29 de março de 2026 | Sem garantia de saco e t-shirt alusiva ao evento |



### **Artigo 19.º**

#### **Identificação Individual**

1. Todos os atletas deverão ser portadores do Cartão de Cidadão, Bilhete de Identidade ou de outro documento de identificação.

### **Artigo 20.º**

#### **Programa Horário / Escalões / Distâncias**

| <b>Hora</b> | <b>Escalão</b> | <b>Ano de Nascimento</b> | <b>Distância</b> |
|-------------|----------------|--------------------------|------------------|
| 10.00       | Prova Aberta   | ...    ...    ...        | 5.000 metros     |

### **Artigo 21.º**

#### **Classificações**

1. Não haverá classificações da Caminhada.

### **Artigo 22.º**

#### **Prémios Individuais**

1. Não haverá prémios individuais.
2. Será atribuído um saco com uma t-shirt, alusivos à prova, no momento de levantamento/registo da inscrição, no dia da prova.

### **Artigo 23.º**

#### **Secretariado e Entrega de Kits de Atleta**

1. O secretariado funcionará no dia 4 de abril (dia da prova) entre as 08h00 e o final da entrega de prémios.
2. A entrega dos dorsais e kits de atleta decorrerá nos seguintes dias, horários e locais:
  - a. dia 3 de abril – entre as 15h00 e as 19h00 no espaço cidadão;

- b. dia 4 de abril – entre as 08h00 e as 10h30 no secretariado da prova, no Largo Cabral Moncada.

## **Capítulo V**

### **Disposições Finais**

#### **Artigo 24.º**

##### **Reclamações**

1. Eventuais reclamações no que respeita à classificação de uma determinada prova ou escalão, deverão ser apresentadas no período de tempo que medeia entre o anúncio da respetiva classificação e a consequente entrega de prémios.
2. Outras reclamações deverão ser efetuadas, no máximo, até ao encerramento do Grande Prémio (coincidente com a última entrega de prémios).

#### **Artigo 25.º**

##### **Seguro**

1. Todos os participantes se encontram abrangidos por um seguro de acidentes pessoais de acordo com o definido pelo Decreto-Lei nº 10/2009, de 12 de janeiro.

#### **Artigo 26.º**

##### **Diversos**

1. A participação no **36º Grande Prémio da Páscoa de Constância** implica a aceitação das presentes Normas.

#### **Artigo 27.º**

##### **Casos Omissos**

1. Todos os casos omissos nestas Normas serão analisados e decididos pela Organização (Câmara Municipal de Constância), em consonância com os regulamentos da Federação Portuguesa de Atletismo e da Comissão Nacional de Estrada e Corta-Mato, em vigor.

#### **Artigo 28.º**

##### **Entrada em Vigor**

As presentes normas entram em vigor no dia útil seguinte à sua aprovação.

Aprovado em reunião de câmara de \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

