

Meio KM Vertical da Calheta

1.ª Edição

Campeonato Nacional de SkySpeed

9 de maio 2026

REGULAMENTO

Organização:



Apresentação

O *Meio km Vertical da Calheta* é uma organização do Estrela da Calheta Futebol Clube no âmbito dos calendários competitivos de Skyrunning da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal.

A 1.ª edição do *Meio km Vertical da Calheta* terá um percurso definido na vereda do entre a Central Hidroelétrica da Calheta e a lagoa velha do Rabaçal, com aproximadamente 2,6 km de extensão e 630 metros de desnível positivo.

A organização de eventos desportivos em infraestruturas públicas, como é exemplo o *Meio km Vertical da Calheta*, que prevê utilizar a vereda entre a Central Hidroelétrica da Calheta e a lagoa velha do Rabaçal, visa a valorização das infraestruturas, a divulgação das localidades, a dinamização da economia local, e a diversificação das atividades, em consonância com objetivos sociais e desportivos inerentes ao evento.

Programa

13 abril 2026 – 00h00 – Abertura das inscrições na plataforma www.lap2go.com

03 maio 2026 – 23h59 – Fecho das Inscrições

09 maio 2026 – 08h00 – Levantamento dos dorsais

09 maio 2026 – 09h30 – Partida Meio KM Vertical da Calheta 620+

09 maio 2026 – 11h45 – Fecho da Prova

09 maio 2026 – 12h00 - Entrega de prémios na Central Hidroelétrica da Calheta

Apoios:





Regulamento

Art. 1.º – Organização

O *Meio km Vertical da Calheta* é uma organização do Estrela da Calheta Futebol Clube no âmbito do calendário de atividades de Skyrunning da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal.

O evento está agendado para o dia 09 de maio de 2026, de acordo com o programa disponível no site do evento:

Art. 2.º – Âmbito

A prova integra os seguintes quadros competitivos de Skyrunning da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal:

- Campeonato Nacional de SkySpeed;

Somente os skyrunners federados e clubes filiados na Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal poderão integrar os rankings nacionais de Skyrunning.

Art. 3.º – Percurso do *Meio km Vertical da Calheta*

O *Meio km Vertical da Calheta* é uma competição de Skyrunning, disputada num percurso com uma distância aproximada de 620 metros de desnível positivo acumulado, com início na zona da Central Hidroelétrica da Calheta, e fim na zona da antiga Lagoa do Rabaçal.

O percurso desenrola-se num acesso pedestre em terra batida, sendo o desnível superado maioritariamente pela subida de degraus.

A organização da prova pode suspender, reduzir, neutralizar ou parar a prova por motivos de segurança ou de força maior, para além do seu controlo (Obstrução do itinerário, clima, mudanças no fluxo hidrográfico e outros).

A realização da prova implica realizar de forma pedestre percursos de ligação entre diferentes locais da prova. O acesso entre a zona de concentração Central Hidroelétrica da Calheta e a Partida é feito de forma pedestre em trajeto sinalizado para o efeito, com



Organização:



cerca de 200 metros. Após a meta, o regresso à zona de concentração é efetuado a pé, pelo trajeto sinalizado para o efeito, numa extensão aproximada de 2,8 km (regresso pelo itinerário de competição 2,6km + 200 metros acesso à zona de concentração/secretariado). O participante só pode iniciar o regresso após indicação da organização, devendo tomar todas as precauções para não perturbar a progressão de participantes ainda em competição.

Art. 4.º – Requisitos para Participação

- A) Ter a idade mínima de 15 anos até 31 de dezembro de 2025. Os menores de idade não federados só podem participar mediante apresentação expressa do encarregado de educação.
- B) Participantes com 70 ou mais anos devem fazer um pedido de inscrição por email, ficando a inscrição dependente de aceitação do seguro.
- C) Efetuar corretamente a inscrição e o pagamento da taxa respetiva.
- D) Ter previamente assegurado avaliação médica que ateste não possuir contraindicações para a prática do Skyrunning e em particular os termos de realização do *Meio km Vertical da Calheta*.
- E) Cedência à organização de direitos de imagem que resultem da participação no evento.
- F) Ter capacidade física e estar disponível para realizar trajetos de ligação de forma pedestre, entre locais da organização, além do itinerário previsto para a competição;
- G) Conhecer e aceitar as condições do presente regulamento.

Art. 5.º - Regras de Segurança

É condição única para a participação no *Meio km Vertical da Calheta*, o cumprimento de quaisquer Regras e Recomendações instituídas pelas Autoridades de Saúde e de Segurança com competência na Região de realização do evento.

Art. 6.º – Normas de Conduta

Apoios:



Organização:



O *Meio km Vertical da Calheta* realiza-se num acesso público entre localidades. Os participantes devem preservar o ambiente onde se realiza o evento, tendo especial cuidado para não abandonar qualquer tipo de resíduo ao longo do percurso, nem ter comportamentos prejudiciais à fauna e flora.

O *Meio km Vertical da Calheta* é uma competição de Skyrunning que decorre em caminho pedestre único, existindo a possibilidade dos diversos participantes se encontrarem em ritmos diferentes. É obrigatório ceder passagem aos participantes mais rápidos, sendo que os princípios do fair-play no desporto devem ser cumpridos por todos os participantes.

Art. 7.º – Escalões

Escalões da prova *Meio km Vertical da Calheta*

- Iniciados Masc/Fem: 15 e 16 anos;
- Juvenis Masc/Fem: 17 e 18 anos;
- Júniores Masc/Fem: 19 e 20 anos;
- Sub-23 Masc/Fem: 21 a 23 anos;
- Seniores Masc/Fem: 24 a 39 anos;
- Veteranos VM40/VF40: de 40 a 44 anos;
- Veteranos VM45/VF45: de 45 a 49 anos;
- Veteranos VM50/VF50: de 50 a 54 anos;
- Veteranos VM55/VF55: de 55 a 59 anos;
- Veteranos VM60/VF60: de 60 a 69 anos;

O escalão de um skyrunner é determinado pelo seu ano de nascimento e pelo ano civil da época desportiva.

A idade a ter em conta para toda a época será a que o skyrunner tiver em 31 de dezembro do ano em que se realiza a competição.

Todos os skyrunners inscritos são responsáveis por verificar o seu escalão, designação da equipa e qualquer outro dado incorreto na lista de inscritos, comunicando qualquer incorreção à organização antes da realização da prova.

Apoios:



Organização:



Contacto da organização para efeito de Inscrições – estreladacalheta1964@gmail.com.

Art. 8.º - Inscrição

- A) As inscrições estão disponíveis online, em lap2go.com:
- B) Ao formalizar a inscrição, o interessado receberá, no endereço de correio eletrónico fornecido, a confirmação da submissão de dados e a informação para o pagamento da inscrição (atenção para a correta introdução do endereço de correio eletrónico, no ato de inscrição).
- C) **A confirmação da inscrição é feita com o pagamento**, que deverá ser efetuado até à data limite de inscrições, domingo, dia 03 de maio de 2026. **O pagamento de inscrições após a data limite não garante a inscrição**. Os interessados devem sempre contactar a organização antes de efetuar um pagamento após a data limite de inscrições. A organização reserva o direito de incluir inscrições após esta data, se entender reunir as condições para o efeito.
- D) **A taxa de inscrição é 8 Euros**. Se o interessado for filiado na modalidade skyrunning, na FCMP com situação regular em 2025, o valor da inscrição é de **7 Euros**.
- E) O cancelamento de inscrições só é possível até ao dia 03 de maio de 2026, sendo o valor pago pela inscrição devolvido, depois de subtraídos eventuais custos com os processos de pagamento. Nestes casos os interessados deverão facultar um NIB, sendo a devolução efetuada, no mínimo uma semana depois da realização do evento.
- F) Em caso de interrupção ou cancelamento do evento no dia da prova, por decisão da direção de prova e Júri, devido a condições meteorológicas, outros acontecimentos que impeçam a realização do evento em segurança ou no caso de ser efetuado um percurso alternativo, as taxas de inscrição não serão devolvidas.
- G) O **número de inscrições disponíveis é de 150**, podendo a organização alterar conforme a disponibilidade logística.
- H) A taxa de inscrição, para além da realização da prova em competição, inclui Seguro de Acidentes Pessoais para participantes não federados, alimentação ligeira no final do percurso de competição e acesso aos prémios previstos, segundo as classificações

Apoios:



Organização:



obtidas. Os skyrunchers federados com seguro estão cobertos pelo seguro da FCMP. Os Federados sem seguro devem colocar nas observações essa informação.

Art. 9.º – Termo de Responsabilidade/Declaração

Os participantes Não federados na FCMP, inscritos no *Meio km Vertical da Calheta*, terão de preencher e assinar um Termo de Responsabilidade/Declaração.

O Termo de Responsabilidade, preferencialmente, deve ser digitalizado e enviado para o email: estreladacalheta1964mail.com, ou entregue no momento de registo no Secretariado do evento.

Todos os interessados, quando enviam a sua inscrição, aceitam participar voluntariamente e sob a sua própria responsabilidade na prova e excluem a organização de responsabilidades que excedam os termos dos seguros legalmente previstos. De igual modo, confirmam conhecer o regulamento e a sua situação de saúde, decorrente de avaliação médica, que não apresenta contraindicações para a prática do Skyrunning, em particular para a realização do percurso previsto em competição e respetivos acessos.

Art. 10.º – Secretariado

O registo e levantamento dos peitorais no Secretariado da prova deve ser feito pelo próprio participante. Não sendo possível, o levantamento por terceira pessoa implica a entrega do Termo de Responsabilidade se elegível, devidamente assinado e com a apresentação de cópia do CC ou BI, do inscrito em causa.

Um responsável, devidamente autorizado pelo Clube por email oficial ou por documento autenticado, poderá levantar o peitoral de atletas que representam uma associação filiada na FCMP.

No ato de levantamento do peitoral, deve o inscrito apresentar um documento de identificação, BI/CC ou Passaporte.

No caso dos menores de 18 anos não federados à data da prova, devem apresentar o BI/CC ou passaporte, junto com cópia do BI ou CC de quem autoriza a participação. Os tutores poderão levantar o peitoral. Para a participação de menores federados, os

Apoios:



Organização:



procedimentos atrás mencionados devem ser salvaguardados pelos clubes pelos quais estão federados.

No dia da prova, o Secretariado funcionará na zona de concentração, até ao final do evento.

Art. 11.º – Direitos de Imagem

A organização reserva em exclusivo o direito à imagem do *Meio km Vertical da Calheta*. Qualquer projeto ou suporte publicitário com base em imagens captadas na realização do evento, deve ter prévia autorização da organização.

Art. 12.º – Sistema de Cronometragem

A organização utilizará um sistema de cronometragem com chip incorporado no peitoral. O peitoral tem de ser corretamente fixado na zona peitoral/abdominal, visível. Além do controlo eletrónico haverá, eventualmente, controlo manual de registo de passagem.

Na zona de partida, a cronometragem inicia-se na hora em que se dá a ordem de partida pela organização. Participantes que se apresentem no local de Partida além de 10 minutos após a partida, serão impedidos de partir e, como tal, não serão classificados.

A organização reserva-se o direito de apresentar outro sistema de cronometragem, informando previamente todos os participantes.

Art. 13.º – Material Obrigatório

A participação no *Meio km Vertical da Calheta* exige que os participantes sejam portadores do seguinte material:

- Peitoral, fixado na zona abdominal ou peitoral;
- Elemento de cronometragem, fornecido pela organização incorporado no peitoral ou outro a informar;

Apoios:



Organização:



- Vestuário e calçado adequados conforme normas regulamentares da FCMP;
- Impermeável que, o Júri de Competição, observando as condições no dia da prova e previsões climatéricas, poderá considerar como material facultativo.

Art. 14.º – Partida e Chegada

- A) O tempo de prova considerado é apurado com base na hora de partida prevista e a hora efetiva de registo de chegada do skyrunner à Meta, exceto se utilizado sistema eletrónico de registo de partida, onde a partida e a chegada são registadas pelo participante.
- B) Os participantes que não estiverem presentes até 10 minutos após a sua hora de partida serão desclassificados.
- C) O trajeto entre a zona de concentração e a partida com cerca de 200 metros, e após a prova, o regresso à zona de concentração (cerca de 2,8 km) são realizados de forma pedestre, por itinerário sinalizado pela organização, em autonomia pelos participantes.
- D) A partida na prova será intervalada, e os participantes ordenados de acordo com os seguintes critérios: primeiro, ordem do ranking disponível do Campeonato Nacional de SkySpeed; segundo, condição de federado, e por fim não federados. A organização reserva-se o direito de incluir em qualquer fase de partidas, atletas que não sendo federados na FCMP, tenham comprovado currículo desportivo em provas de corrida.
- E) Na chegada, os skyrunners registam o seu tempo sobre a linha de Meta, numa das estações FINISH ou em outro sistema a indicar, terminando a sua prova.

Art. 15.º – Meios de Progressão na Competição

O único meio de progressão permitido em todo o percurso é a deslocação a pé, sendo proibido qualquer tipo de ajuda, que não seja o seu físico. **Não é permitida a utilização de bastões de marcha.**

Apoios:



Organização:



Art. 16.º – Abastecimentos

Não está previsto abastecimento durante o percurso. À chegada do itinerário de competição, a organização disponibilizará hidratação e alimentação ligeira (1 garrafa de água e uma barra de cereais).

Art. 17.º – Segurança

Os participantes devem ajudar qualquer participante que esteja em dificuldades. Em caso de acidente no decorrer da prova, e na situação de não poder prosseguir, o participante deve entrar em contacto imediato com a organização ou pedir a alguém que informe sobre a sua situação. Caso contrário, deverá tentar chegar ao final do percurso onde será socorrido.

O regresso à zona de concentração será realizado no percurso inverso ao de competição, apenas quando autorizado pela organização. A utilização do itinerário pelos participantes que concluíram a sua prova deve ter em conta não causar qualquer tipo de constrangimento ou obstáculo para os participantes ainda em competição.

A organização disponibiliza transporte desde o ponto de acesso automóvel mais próximo do local de abandono até à chegada. Haverá primeiros socorros posicionados na zona de concentração. Não esquecer que, devido a problemas associados ao relevo e à dificuldade de acesso a determinados locais da prova, pode ser necessário aguardar pela assistência durante mais tempo do que é habitual acontecer em lugares com bons acessos. Assim sendo, a segurança primária dos atletas depende basicamente da qualidade dos materiais/equipamentos que os mesmos transportem consigo. Eventuais cuidados médicos ou tratamentos em caso de acidente devem ser suportados pelo sinistrado, que deverá informar a organização logo que possível, que informará os procedimentos para ativar o seguro. Despesas decorrentes do resgate ou evacuação excecionais, para além das coberturas de seguro informadas pela organização, serão suportadas pela pessoa resgatada.

Apoios:



Organização:



Em caso de desistência, logo após a partida ou noutra parte do percurso, o participante deve informar a organização, antes de abandonar o percurso ou logo que lhe seja possível.

Art. 18.º – Penalizações

Desclassificação:

- A) Chegar para além do tempo limite para a execução da prova (1h00);
- B) Não se apresentar à Partida, na hora previamente divulgada no site do evento, com uma tolerância máxima de 10 minutos.
- C) Provocar danos em áreas privadas, zonas agrícolas ou ajardinadas;
- D) Desrespeitar as normas gerais de proteção da floresta;
- E) Atirar lixo para o chão;
- F) Infringir outras regras estabelecidas pela organização;
- G) Não ajudar um participante que esteja necessitando de ajuda;
- H) Solicitar ajuda sem necessidade;
- I) Não ter ou perder o elemento de cronometragem (Chip);
- J) Não registar nos controlos indicados pela organização;
- K) Não facilitar a passagem de um skyrunner mais rápido;
- L) Causar qualquer constrangimento ou obstáculo a passagem de outros participantes em competição, antes, durante e após a sua participação na competição;
- M) Levar, colocados nas orelhas, auscultadores ou outros objetos que impeçam uma boa audição (excetuando-se as próteses auditivas);
- N) Utilizar bastões ou outros acessórios semelhantes.
- O) Não ter o peitoral da prova (de preferência, bem visível) durante toda a competição.

Penalização de 30 minutos se o participante:

- Não for portador do impermeável, exceto se for deliberado e informado pela organização da sua dispensa;
- Não ter o peitoral no local indicado (colocado na zona abdominal).

Apoios:



Organização:



Art. 19.º – Classificações e Prémios

Os vencedores da 1.ª Edição do *Meio km Vertical da Calheta* são os participantes que obtiverem o menor tempo no final, somadas que forem as devidas penalizações, se as houver. Somente os participantes que cumprirem o percurso, de acordo com o presente regulamento, serão classificados.

Haverá distinções para os três (3) primeiros classificados de cada Escalão e da Classificação Geral Masculina e Feminina.

A classificação coletiva apura-se em ambos os géneros. As três primeiras equipas de cada género serão distinguidas. Para efeito de apuramento da classificação de equipas vence a equipa que obtenha o menor somatório dos tempos dos seus três primeiros skyrunners. Para efeito de apuramento da classificação por equipas, só serão considerados skyrunners cuja designação da equipa que representam na prova é exatamente igual, não se responsabilizando a organização por incorreções submetidas no ato de inscrição.

Art. 20.º – Júri da Competição

O Júri da competição é nomeado pela FCMP, sendo constituído pelo Presidente do Júri, pelo Diretor de Prova e pelos restantes juízes-árbitros presentes no evento.

Art. 21.º – Seguro de Prova

Os não federados e federados sem seguro, participantes no *Meio km Vertical da Calheta*, estão cobertos por um seguro de acidentes pessoais, com coberturas iguais ou superiores aos montantes mínimos definidos pela lei. Os federados com seguro estão cobertos pelo seguro da FCMP.

Em caso de acidente, o participante deverá contactar a organização, que fará o seu encaminhamento para a instituição médica mais adequada ao seu estado de saúde, juntamente com uma cópia da respetiva participação de sinistro. Por vezes, e, dada a urgência/gravidade de alguns acidentes, torna-se impossível diligenciar o

Apoios:



Organização:



preenchimento da participação no ato do sinistro. Nestas circunstâncias, a participação do sinistro poderá ser tratada após concluídos os primeiros socorros ao participante.

O seguro é de reembolso. Todas as despesas decorrentes da assistência ao sinistrado é da responsabilidade do participante que, posteriormente à participação seguradora, será reembolsado pela seguradora de acordo com as condições estabelecidas.

A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

Em todos os casos de ativação de seguro, o sinistrado é responsável pelo pagamento da franquia no valor de € 90 (noventa euros).

Art. 22.º – Aceitação do regulamento e ética na competição

A inscrição no evento pressupõe a aceitação deste regulamento. Qualquer atleta deve ter um comportamento exemplar e de fair-play para com todos os envolvidos na competição, tanto adversários, como organização e juízes-árbitro.

Deve também abster-se de utilizar substâncias, grupos farmacológicos e métodos destinados a aumentar artificialmente as suas capacidades físicas. De qualquer forma, qualquer participante deve obrigatoriamente passar por qualquer controlo antidopagem, se para isso for solicitado.

Art. 23.º – Reclamações

Para efetuar uma reclamação, por qualquer ação verificada durante o decorrer do *Meio km Vertical da Calheta*, deve-se consultar o Regulamento de Competições de Skyrunning da FCMP.

Art. 24.º – Casos Omissos

O Júri da competição tomará uma decisão em qualquer caso de omissão ou dificuldade de interpretação no presente regulamento.

Apoios:

