



ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE LERIA

Estádio Municipal de Leiria – Apartado 552

Ec Marrazes - 2416- 904 Leiria

Telef. 244 827 580 Fax 244 812 972

E-mail: assleiria@adal.pt

www.adal.pt

ÉPOCA 2026 / 2027

PARECER Nº 12 SOBRE PROVA DE ATLETISMO

Nome da Prova: 30ª Meia-Maratona Cidade de Pombal 2026

Organização: Município de Pombal

Local da Realização: Pombal

Data da Realização: 29 de novembro de 2026

PARECER:

Face ao regulamento apresentado e que se anexa, depois de devidamente analisado, a Associação Distrital de Atletismo de Leiria concede o **parecer favorável** à realização da prova acima referida, pelo que o Organizador se obriga a realizá-la de acordo com o estabelecido no Regulamento.

NOTA:

Compromete-se igualmente a garantir a presença da assistência médica necessária, das forças de segurança e da contratação dos Seguros de Acidentes Pessoais e Responsabilidade Civil obrigatórios por lei.

Data: 28 de setembro de 2026



A Direção da ADAL
(Miguel Saraiya)

REGULAMENTO
30ª MEIA-MARATONA DE POMBAL
FULLPROTEIN

1. CERTIFICAÇÃO

A medição e certificação do percurso da Meia-Maratona foi efetuada pela Federação Portuguesa de Atletismo, estando em conformidade com as regras da World Athletics para efeitos de homologação de recordes nacionais, europeus, mundiais ou outros que sejam reconhecidos por esta entidade.

2. DATA E HORA DE REALIZAÇÃO

O tiro de partida será dado às 10h00 do dia 29 de novembro de 2026. Para além da Meia-Maratona, haverá também uma Corrida de 8 km.

EVENTO	DISTÂNCIA	HORÁRIO	OBSERVAÇÕES
30ª MEIA-MARATONA DE POMBAL	21.0975 metros	10h00	Nascidos em 2006 e anos anteriores
CORRIDA	8.000 metros	10h00	Nascidos em 2008 e anos anteriores

3. APTIDÃO FÍSICA

- i) Poderão participar todos os atletas que se encontrem aptos ao desenvolvimento de esforços físicos prolongados, recomendando-se a todos os participantes a realização de controlo médico com a devida antecedência.
- ii) O atleta deve abster-se de participar na prova caso as suas condições de saúde se alterem após a inscrição.
- iii) Os participantes reconhecem os riscos inerentes à prática desportiva e aceitam que qualquer problema de saúde ou lesão resultante do esforço físico realizado é da sua exclusiva responsabilidade.

4. INSCRIÇÕES

- i) As inscrições são realizadas exclusivamente através da plataforma da [Lap2Go](#), existindo 3 fases de inscrição com preços diferenciados.
- ii) Concluído o processo de inscrição, é gerada uma referência multibanco válida para pagamento durante 72 horas (3 dias). A inscrição só se considera concluída após pagamento, sendo enviado um email de confirmação. Caso não se proceda ao pagamento dentro do prazo referido, a inscrição é automaticamente anulada.
- iii) Cada inscrição é definitiva, não havendo lugar a reembolso, e implica a plena aceitação deste regulamento.
- iv) Cada inscrição é pessoal e intransmissível, isentando-se a Organização de toda e qualquer responsabilidade em caso de acidente resultante da cedência de dorsal a terceiros. Esta prática, implica a imediata desclassificação do atleta.
- v) São interditas e não serão aceites inscrições numa equipa diferente daquela em que o atleta se encontre federado, não havendo lugar a ressarcimento caso já tenha sido realizado o pagamento.
- vi) Os 5 primeiros classificados da geral feminina e masculina, de ambas as provas, terão a oferta da inscrição na edição seguinte.
- vii) Fases de Inscrição:

FASE	MEIA-MARATONA	CORRIDA
1.ª Fase (até 01 novembro)	10,00 €	7,50 €
2.ª Fase (02 a 22 novembro)	15,00 €	10,00 €
Última Hora (23 a 25 novembro)	20,00 €	15,00 €

Nota: Os atletas federados beneficiam do desconto de 1 euro em todas as fases de inscrição.

5. ESCALÕES

EVENTO	ESCALÕES
30ª MEIA-MARATONA DE POMBAL	Seniores (M/F)
	Veteranos Masculinos / Femininos V35 V40 V45 V50 V55 V60+
CORRIDA	Escalão Único Nascidos em 2008 e anos anteriores

i) Os escalões foram estipulados de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

ii) Ao escalão de Veteranos V35, masculino e feminino, não será atribuído prémios.

iii) O escalão etário de um atleta Veterano é determinado pela sua idade, no dia da prova.

6. PRÉMIOS

i) Tabela de prémios. “T”= Troféu.

Classificação	30ª MEIA-MARATONA DE POMBAL								CORRIDA 8 KM
	GERAL (M/F)	MASCULINOS / FEMININOS					Atleta Concelho (M/F)	Equipas	GERAL (M/F)
		V40	V45	V50	V55	V60+			
1º	500 €	Troféu	Troféu	Troféu	Troféu	Troféu	T + 100 €	T + 250 €	Troféu
2º	300 €	Medalha	Medalha	Medalha	Medalha	Medalha		T + 200 €	Medalha
3º	200 €	Medalha	Medalha	Medalha	Medalha	Medalha		T + 150 €	Medalha
4º	150 €							T + 100 €	
5º	125 €							T + 50 €	

ii) A entrega de prémios será feita diretamente aos atletas vencedores durante a cerimónia protocolar que terá lugar assim que fiquem fechados todos os escalões.

iii) A entrega dos prémios monetários (ver tabela acima) será feita diretamente aos atletas premiados, em local a indicar pela Organização, sendo obrigatória a apresentação de um documento de identificação para o efeito (Cartão de Cidadão, Passaporte, etc).

- iv) Os prémios monetários não reclamados *in situ* não serão entregues *a posteriori*.
- v) Todos os atletas classificados na Meia-Maratona de Pombal receberão uma medalha de *finisher* no final da prova.
- vi) Na Meia-Maratona, serão atribuídos prémios monetários às 5 primeiras equipas a chegarem ao final com 4 atletas, independentemente do género e escalão. A classificação será determinada com base nas posições de chegada dos atletas à geral. A equipa com a menor pontuação ganha.
- vii) Serão premiados os 3 primeiros classificados da geral masculina e feminina da Corrida dos 8 km.

7. PARTICIPAÇÃO

- i) É expressamente proibida a participação de pessoas com animais de estimação, carrinhos de bebé ou que utilizem outros meios de locomoção como patins, trotinetes, skates, etc.
- ii) É rigorosamente proibido o acompanhamento dos participantes por qualquer veículo, com ou sem motor. O mesmo acontece no caso de o atleta ser acompanhado, a pé, por quem não se encontre inscrito na prova.
- iii) A não observância das alíneas anteriores implica a imediata desclassificação do atleta.

8. CRONOMETRAGEM/DORSAL

- i) A cronometragem é feita de forma eletrónica, através da utilização de chip no verso do dorsal.
- ii) O dorsal deverá ser utilizado na sua forma original, não podendo ser dobrado, rasgado, ou reduzido de qualquer outra forma, sob pena de se danificar o chip de cronometragem.
- iii) Para garantir a correta leitura do chip, o dorsal deve ser devidamente colocado na zona anterior do tronco, devendo permanecer visível durante toda a prova.
- iv) Recomenda-se que cada participante escreva no verso do dorsal o seu nome completo, contacto de emergência e se tem alguma condição de saúde específica (ex. asma, diabetes, etc.).
- v) É obrigatória a utilização do dorsal enquanto o atleta estiver em prova.
- vi) A Organização não se responsabiliza por eventuais falhas na apresentação dos resultados como consequência da má colocação/utilização do dorsal.
- vii) Controlos de passagem colocados ao longo do percurso permitirão à Organização desclassificar atletas que procurem, voluntariamente, encurtar a distância de prova.
- viii) O ajuizamento da prova será feito pelo Conselho de Arbitragem da Associação Distrital de Atletismo de Leiria, com base nos regulamentos internacionais da World Athletics.

9. SECRETARIADO

- i) A entrega dos dorsais e do saco de participação é feita, exclusivamente, no Secretariado.
- ii) É obrigatória a apresentação do comprovativo de inscrição no ato de levantamento do dorsal. O levantamento poderá ser feito por terceiros mediante apresentação do comprovativo do(s) atleta(s) em causa.
- iii) Em caso de rutura de stock do tamanho de t-shirt solicitado, será entregue um tamanho alternativo.
- iv) O saco de participação não inclui alfinetes ou outro acessório para colocação do dorsal. É da responsabilidade dos participantes a forma de fixação, respeitando sempre as normas de colocação (ver Ponto 8).
- v) Horários de funcionamento do Secretariado:

LOCAL	DIA	HORÁRIO
<u>Posto de Turismo</u>	Sábado (28/nov)	14h00 – 19h00
	Domingo (29/nov)	08h00 – 09h30

10. SEGURANÇA

- i) A Organização, em colaboração com as forças de segurança pública, impedirá o trânsito rodoviário durante a prova e em todo o seu percurso.
- ii) Os atletas deverão respeitar, em todo o momento, as marcações de prova e as indicações dadas pelas forças de segurança.
- iii) A Organização garante a presença de uma equipa de socorro no decorrer da prova, assegurando assistência primária aos participantes que necessitem de cuidados médicos.
- iv) A Organização reserva-se ao direito de, por razões de saúde, obrigar um atleta a abandonar a prova.

11. CONDUTA DESPORTIVA

- i) Qualquer comportamento impróprio por parte de um atleta para com a Organização, adversário ou público em geral, implica a sua imediata desclassificação.
- ii) A falta de cumprimento das regras estipuladas no Regulamento e das instruções de segurança e higiene dadas pela Organização ou entidades competentes, antes, durante e após a prova, determina a desclassificação do atleta.

12. SEGURO DESPORTIVO

- i) Os atletas beneficiarão de um seguro desportivo, conforme previsto no n.º 1 do Artigo 2.º do Decreto-Lei n.º 10/2009, com um capital por morte ou invalidez permanente e despesas de tratamento de acordo com o Artigo 16.º e 18.º do mesmo Decreto-Lei.
- ii) O pagamento da franquia, de acordo com o Artigo 19.º do referido Decreto-Lei, é da exclusiva responsabilidade dos participantes.

13. ABASTECIMENTOS

- i) A colocação dos abastecimentos da Meia-Maratona de Pombal respeita as regras internacionais estabelecidas para as provas de meia-maratona, estando colocados aos 5, 10, 15 e 20 km.
- ii) A Corrida terá um abastecimento aos 5 km.
- iii) É interdito o abastecimento aos atletas fora dos pontos indicados, sob pena de desclassificação.
- iv) De forma a minimizar o impacto ambiental, irão existir pontos específicos para descarte de resíduos a seguir aos abastecimentos. A não utilização destes pontos implica a imediata desclassificação do atleta.

14. DIREITOS DE IMAGEM

- i) A Organização, respetivos patrocinadores e as entidades que colaboram na Organização deste evento desportivo, reservam-se o direito de utilizar livremente, em todos os países e sob todas as formas, a participação dos concorrentes, assim como os resultados por estes obtidos. A prova poderá ser gravada em vídeo e/ou fotografada pela Organização do evento e/ou por jornalistas contratados pela Organização para posterior aproveitamento publicitário.
- ii) Ao inscrever-se, o atleta autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem durante o evento.
- iii) Todos os participantes que não se encontrem de acordo com os termos anteriores, deverão notificá-lo por escrito à Organização.

15. PROTEÇÃO DE DADOS PESSOAIS

- i) Os dados pessoais recolhidos no ato de inscrição serão tratados pela Organização exclusivamente para os fins necessários à realização da prova, designadamente a gestão de inscrições, a elaboração de classificações, a ativação do seguro desportivo obrigatório e a comunicação de informação relevante aos participantes, nos termos da Política de Privacidade do Município de Pombal que poderá ser consultada em <https://www.cm-pombal.pt/politica-de-privacidade-e-termos-de-utilizacao/>.

16. CANCELAMENTOS

- i) O cancelamento da prova poderá ocorrer devido a fatores externos, devendo a Organização, nos 30 dias subsequentes à data prevista para a realização do evento, informar todos os participantes acerca das ações a serem tomadas.
- ii) Por motivos de segurança ou de força maior, a Organização poderá cancelar ou neutralizar a prova, ainda que já em curso, sem que daí resulte qualquer responsabilidade por eventuais prejuízos.

17. RECLAMAÇÕES

- i) Qualquer reclamação deverá ser apresentada ao júri de prova, até 15 minutos após o final da mesma. Deverá, obrigatoriamente, ser entregue por escrito, assinada pelo responsável de equipa, juntamente com uma caução de 50,00 € (cinquenta euros), valor que será restituído em caso de deferimento.
- ii) A Organização constituirá um júri de recurso para apreciação de eventuais reclamações, composto pelo Diretor de Prova e por representantes da Associação Distrital de Atletismo de Leiria. O tempo para análise de cada reclamação estará em concordância com a necessidade de se consultar os elementos necessários para o perfeito conhecimento do assunto.

18. OMISSÕES

- i) Os casos omissos no presente Regulamento serão resolvidos pela Organização, de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

19. CONTACTOS

Município de Pombal

Telefone fixo: 236 210 546 (Piscinas)

desporto@cm-pombal.pt