



REGULAMENTO

CAMINHADA E MINI MARATONA

1- ORGANIZAÇÃO

A RUNCAMBRA é um evento desportivo organizado pela Câmara Municipal de Vale de Cambra e a Associação Cultural e Recreativa de Vale de Cambra.

2- DATAS

A RUNCAMBRA realiza-se nos dias 16 e 17 de maio de 2026, com o seguinte programa:

16 de maio

21h30- CAMINHADA À PORTUGUESA, destinada a todas as faixas etárias.

17 de maio

09h45 – 12.ª Mini Maratona 10km

(para atletas federados e não federados maiores de 18 anos (idade mínima de participação na corrida 10 km é de 18 anos, efetuados até à data da prova segundo as regras da FPA – Federação Portuguesa de Atletismo para provas com distâncias iguais ou superiores a 10 km).

3- LOCAL E DURAÇÃO

A Mini Maratona e a CAMINHADA terão início e fim junto à Praça Comendador Álvaro Pinho da Costa Leite, no centro da cidade de Vale de Cambra. A Mini Maratona terá a duração máxima de 1:45h. Após este período de tempo, serão recolhidos os atletas que ainda se encontrem no percurso, não se responsabilizando a organização pelos atletas que após esse período pretendam continuar no percurso.





4-TIPO DE PARTICIPANTES

Podem participar nas provas todas as pessoas que gozem de boa saúde e que se encontrem aptos ao desenvolvimento de esforços físicos prolongados. A Organização desta prova não se responsabiliza por quaisquer problemas de saúde resultantes do esforço desenvolvido e aconselha os participantes a fazerem o controlo médico com a devida antecedência.

5- INSCRIÇÕES E PAGAMENTOS

5.1 As inscrições devem ser efetuadas no site www.runcambra.com ou presencialmente no balcão das Piscinas Municipais de Vale de Cambra.

5.2 Nas inscrições online, os pagamentos poderão ser efetuados através de referência multibanco ou VISA e MBWay.

5.3 Cada participante receberá uma referência multibanco que é gerada no momento da inscrição. A referência multibanco tem de ser paga em 72 horas (3 dias), regularizando o pagamento. Após este período de 72 horas a inscrição é anulada. Quando o pagamento é efetuado (dentro do referido período de 72 horas), o atleta recebe um e-mail a confirmar o pagamento.

5.4 Nas inscrições efetuadas no balcão das Piscinas Municipais de Vale de Cambra, o pagamento poderá ser efetuado por multibanco ou dinheiro.

5.5 Nas inscrições online, a organização confirmará sempre via e-mail a receção dos pedidos de inscrição; 5.6 Os pedidos de inscrição só serão considerados após a receção do comprovativo de pagamento.

5.7 A inscrição na corrida é pessoal e intransmissível.

5.8 O limite máximo de inscritos será de 1000 participantes na mini maratona e 1500 na Caminhada.

5.9 Ao realizarem a inscrição, os participantes aceitam o regulamento da prova e aceitam pela





sua honra que não apresentam contra-indicações para a prática do atletismo e/ ou realização de esforço inerente à participação nas provas do evento.

5.10 Em caso de impossibilidade do atleta participar na prova, não haverá devolução do valor da inscrição.

5.11 A organização poderá a qualquer momento suspender ou prorrogar prazos ou ainda adicionar ou limitar o número de inscrições no evento, em função de necessidades/ disponibilidades técnicas/ estruturais, sem aviso prévio.

6- SEGURO

Todos os participantes estarão cobertos por seguro de acidentes pessoais. A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de seguro.

7- TAXAS DE INSCRIÇÃO

7.1 Os preços das inscrições serão os seguintes:

Datas	Mini Maratona 10km	Caminhada à Portuguesa
Até 5 de abril	12,00€	7,00€
6 a 23 de abril	14,00€	7,00€
24 abril a 11 maio	16,00€	8,00€
12 maio a 15 de maio	18,00€	10,00€

7.2 A **partir de 12 de maio** (inclusivé) **as inscrições via website serão ENCERRADAS**, Contudo, poderão ser aceites inscrições de forma presencial, no balcão das Piscinas Municipais ou na zona de secretariado do evento, caso o limite de inscritos não tenha sido atingido **e a Organização assim o entenda**.





7.3 Até dia 5 de abril, por cada 11 inscrições (Mini Maratona) efetuadas pela mesma equipa, oferta de uma inscrição extra.

8- ESCALÕES

8.1 A Mini Maratona terá os seguintes escalões:

SENIORES

Sem	M/F
18 anos aos 39 anos	

VETERANOS

VET 40	M/F	VET 45	M/F	VET 50	M/F	VET 55	M/F	VET 60	M/F
40 a 44 anos		45 a 49 anos		50 a 54 anos		55 a 59 anos		Mais de 60 anos	

8.2 Para enquadramento nos respetivos escalões será considerada a idade exata, verificada no dia da prova. Os atletas só poderão inscrever-se, exclusivamente, no seu escalão etário.

8.3 Para a constituição de um escalão é necessária a presença na linha de partida de pelo menos três participantes do mesmo sexo. Os participantes dos escalões que não se constituam serão integrados no escalão imediatamente anterior constituído ao que lhe corresponda.

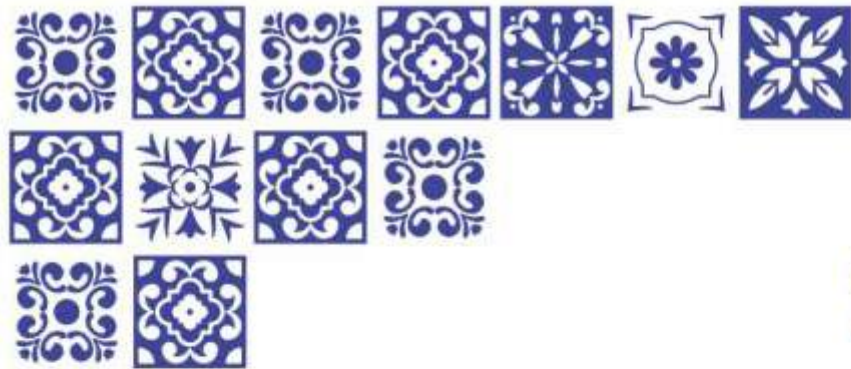
8.4 Por definição, cada atleta só pode participar no seu próprio escalão. **Os atletas Veteranos que desejem correr no escalão de Sénior terão de efetuar o pedido de alteração de escalão no momento de inscrição.**

No dia do evento não serão efetuadas trocas de escalões.

9- KITS DE PARTICIPANTE

Todos os atletas da Mini Maratona e participantes da caminhada terão direito a um kit de participação constituído por:





9.1 MINI MARATONA - 10km



9.2 CAMINHADA À PORTUGUESA



As ofertas no final de prova são exclusivas para os participantes que concluíam o percurso e atravessassem a meta, com o dorsal oficial e o chip.

A organização poderá ter a necessidade de substituir/alterar ou anular a oferta de alguns materiais aqui mencionados, por motivos alheios à mesma (falhas de prazos de entrega de materiais, etc.)

Os tamanhos das t-shirts solicitados no ato da inscrição não podem ser totalmente garantidos, estando sujeitos à disponibilidade de stock no momento da entrega.

10- LEVANTAMENTO DE KITS

10.1 Para levantamento dos kits os participantes deverão:

- 10.1.1 Apresentar comprovativo de inscrição (de preferência em formato digital);
- 10.1.2 Apresentar o documento de identificação pessoal com fotografia (CC, BI ou carta de condução).





10.1.3 Em caso de rutura de stock do tamanho de t-shirt solicitado será sugerido um tamanho alternativo;

10.1.4 A entrega do kit de prova realiza-se nos dois dias anteriores à data da corrida e no dia da mesma, antes da partida, em local a designar e a ser comunicado aos participantes com antecedência.

11- DORSAL

A utilização do dorsal na **corrida é obrigatória.**

O dorsal oficial **deve ser colocado na parte frontal da t-shirt** utilizando alfinetes.

O dorsal é pessoal e intransmissível.

A organização desqualificará todos os atletas que:

- Não tenham o dorsal devidamente colocado;
- Utilizem o dorsal de outro atleta;
- Não terminem a prova com o dorsal;

Atletas sem dorsal ou sem o dorsal original não serão autorizados a circular no percurso e não terão acesso aos brindes.

12- CLASSIFICAÇÕES

MINI MARATONA 10km

As classificações finais serão apresentadas no site da prova na internet, momentos depois do final da prova.

A classificação geral é composta por todos os atletas chegados à meta.

A organização garante a todos os inscritos na prova dos 10km e que recolham o seu dorsal, um sistema de cronometragem através de chip.

CAMINHADA

Não haverá classificações.





13- DIPLOMA

Estará disponível no site da prova, logo que as classificações sejam definitivas.

14- ABASTECIMENTO NA MINI MARATONA

Existirá uma zona de abastecimento com água a meio do percurso e no final.

15- ASSISTÊNCIA

Durante a prova existirá uma ambulância dos Bombeiros Voluntários de Vale de Cambra que irá acompanhar a mesma e garantirá a prestação de primeiros socorros e/ou transporte a uma instituição hospitalar;

Para disciplinar os atletas e o trânsito de pessoas e veículos, ao longo da prova, haverá forças de ordem pública, voluntários identificados e elementos da organização a quem se deve prestar toda a atenção e colaboração.

Não é da responsabilidade da organização, bem como de qualquer entidade oficial e particular que lhe preste apoio ou colaboração, qualquer acidente com atletas, técnicos e demais apoiantes, nas viagens de acesso e regresso ao longo da prova e/ou em ações de apoio por estas pessoas estranhas à organização.

Não é permitido o trânsito de veículos estranhos à organização, no acompanhamento dos atletas durante a competição. Esta ocorrência levará à desclassificação dos atletas em causa. Tendo em conta a segurança dos participantes não será permitida a participação de pessoas, motorizadas, bicicletas, acompanhados por animais, skates ou patins.

16- SERVIÇOS

A organização disponibilizará chuveiros para banhos no final da prova, no complexo desportivo das Dairas (junto às Piscinas Municipais), entre as 11h00 e as 13h00.





17- JÚRI

O Júri da prova é da inteira responsabilidade do Conselho de Arbitragem da Associação de Atletismo de Aveiro. Haverá juízes de partida, de percurso e de chegada, que avisam, anotam e desclassificam atletas que violem as regras e não cumpram todo o percurso previamente estipulado.

18- INFRAÇÕES

Serão objeto de sanção os atletas que:

- a) Não efetuem o controlo de partida (Controlo Zero).
- b) Não cumpram o percurso na sua totalidade.
- c) Não levem o dorsal no peito e bem visível durante a prova.
- d) Falsifiquem qualquer elemento relativo à sua inscrição.
- e) Corram com o dorsal que não corresponda ao nome de inscrição.
- f) Não respeitem as instruções da organização.
- g) Corram por cima dos passeios.
- h) Sejam acompanhados por veículos estranhos à organização.
- i) Prejudiquem intencionalmente os seus adversários.

19- RECURSOS

Qualquer reclamação ou protesto terá de ser apresentada/o por escrito, ao júri da prova, no local, até 30 minutos depois de conhecidos os resultados, mediante o pagamento de uma caução de 50,00€.

20- DIREITOS DE IMAGEM / DADOS PESSOAIS





Os participantes, ao proceder à inscrição, autorizam a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada nas filmagens /fotografias que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

21- PRÉMIOS

Serão atribuídos prémios aos atletas individuais, de acordo com a tabela de prémios, sendo entregues na cerimónia de pódio, que se realizará, impreterivelmente, 45 minutos após a chegada dos primeiros atletas.

A entrega de prémios será efetuada apenas aos atletas premiados, mediante a apresentação obrigatória de um documento de identificação (bilhete de identidade ou cartão de cidadão ou dorsal).

Caso não esteja presente na entrega de prémios, terá 30 dias após a data do evento para reclamar o prémio, dirigindo-se à Piscina Municipal de Vale de Cambra ou enviando e-mail para desporto@cm-valedecambra.pt.

Caso os prémios sejam monetários, os mesmos estão sujeitos à retenção de IRS à taxa em vigor.

22- CANCELAMENTO DO EVENTO

O cancelamento do evento pode ocorrer motivado por fatores externos à organização: Catástrofes naturais, Greves, Manifestações, impossibilidade de usar as vias de circulação de trânsito, impossibilidade de usar telecomunicações, restrições do governo, nova legislação. Nestes casos, a organização, reserva-se no direito de nos 30 dias seguintes à data prevista para a realização do evento emitir um parecer acerca das ações a serem tomadas resultantes da gravidade do cancelamento.

23- REGULAMENTOS

Os casos omissos no presente regulamento, serão resolvidos pela Organização.





REGULAMENTO

MINI RUN

- 1- Inserida na RUNCAMBRA'26, a MINIRUN realizar-se-á no dia 16 de maio de 2026, na Praça Comendador Álvaro Pinho da Costa Leite, no **Centro da Cidade de Vale de Cambra**, a partir das 17h00. Uma corrida sem fins competitivos de extensão variada entre 600 metros e 1.600 metros, com a primeira partida marcada para as 17h15 e dirigida a crianças e jovens, com idade igual ou inferior a 17 anos, federados ou não federados, sem distinção de género ou nacionalidade, depois de devidamente inscritos.
- 2- Na MINIRUN'26, poderão participar atletas populares e federados de ambos os géneros desde que se encontrem de boa saúde e com preparação física apta ao esforço exigido. A organização não se responsabiliza por quaisquer acidentes, para além dos previstos no "Seguro Desportivo Obrigatório", cabendo as responsabilidades remanescentes aos atletas, escolas ou clubes que estes representem.
- 3- A MINIRUN'26 será realizada para ambos os géneros e para os escalões de Benjamins a Juvenis.
 - a) Os participantes serão englobados nos seguintes escalões e distâncias/percursos, de acordo com o regulamento da IAAF/FPA.
 - b) Benjamins A (SUB 10) - Femininos e Masculinos: (nascidos entre 2017 e 2019) - cerca de 600 metros;
 - c) Benjamins B (SUB 12) - Femininos e Masculinos: (nascidos entre 2015 e 2016) - cerca de 600 metros;
 - d) Infantis (SUB 14) - Femininos e Masculinos: (nascidos entre 2013 e 2014) - cerca de 1.000 metros;
 - e) Iniciados (SUB 16) - Femininos e Masculinos: (nascidos entre 2011 e 2012) - cerca de 1.600 metros;
 - f) Juvenis (SUB 18) - Femininos e Masculinos: (nascidos entre 2009 e 2010) - cerca de 1.600 metros;





4- Far-se-á uma concentração geral junto ao pórtico de partida da prova, às 17h00, no Centro da Cidade, 15 minutos antes da primeira prova, para reconhecimento do percurso.

5- A prova será realizada em recinto fechado e não tem efeitos competitivos.

6- Programa Horário:

Hora	Escalão	Género	Observ.	Distância
17h00	Reconhecimento do Percurso			
17h15	Benjamins A SUB 10	Fem/Masc	Nascidos entre 2017 e 2019	Cerca de 600 metros
17h30	Benjamins B SUB 12	Fem/Masc	Nascidos entre 2015 e 2016	Cerca de 600 metros
17h45	Infantis SUB 14	Fem/Masc	Nascidos entre 2013 e 2014	Cerca de 1.000 metros
18h00	Iniciados SUB 16	Fem/Masc	Nascidos entre 2011 e 2012	Cerca de 1.600 metros
18h00	Juvenis SUB 18	Fem/Masc	Nascidos entre 2009 e 2010	Cerca de 1.600 metros

7- Os interessados em participar na MINIRUN'26 deverão efetuar a sua inscrição no site do evento (www.runcambra.com) ou no balcão das Piscinas Municipais.

8- A participação na MINIRUN'26 é gratuita. A inscrição é obrigatória e deverá ser efetuada até dia 14 de maio, **sendo que o limite de inscritos é de 200 atletas.**

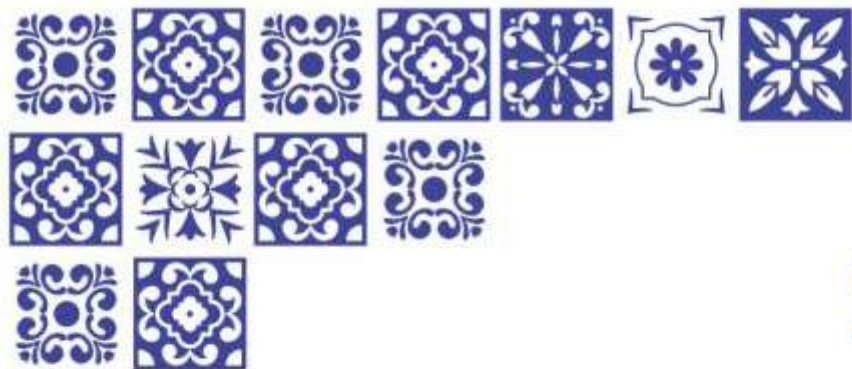
9- A **partir de 14 de maio** (inclusive) **as inscrições via website serão ENCERRADAS**, pelo que as inscrições apenas poderão ser efetuadas nas piscinas municipais, **caso o limite de inscritos não tenha sido atingido.**





- 10- As inscrições na MINIRUN'26 só serão aceites, no máximo, até as 16h15 do dia 16 de maio, no secretariado da prova, caso o limite de inscritos não tenha sido atingido.
- 11- A organização poderá cancelar as inscrições a qualquer momento, pelo facto do número de inscritos ter sido atingido.
- 12- O levantamento dos Dorsais/KIT deverá ser efetuado nos dias e horários indicados pela organização.
- 13- Todos os participantes devem estar obrigatoriamente inscritos na MINIRUN '26 e só podem passar a meta com o respetivo dorsal atribuído pela organização.
- 14- A cada participante será atribuída uma t-shirt que deverá, **obrigatoriamente**, ser utilizada na prova e no final da mesma cada atleta receberá uma medalha de participação.
- 15- Salvaguardamos neste regulamento uma eventual possibilidade/necessidade de alteração relativa ao percurso e horário da prova e/ou local e horário da entrega dos dorsais. Caso alguma destas situações aconteçam, as mesmas devem ser anunciadas pela organização até 48 horas antes da realização da prova e no website oficial da RUNCAMBRA.
- 16- Dado o espírito lúdico e desportivo da iniciativa, não se aceitam protestos ou reclamações referentes a questões técnicas da prova, no entanto os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização de acordo com os regulamentos da IAAF/ FPA.





run 26

CAMBRA  

A TRADIÇÃO CORRE EM NÓS

