

REGULAMENTO
OFICIAL 2026
4ª SÃO
SILVESTRE
DE LOUROSA

SAVE
THE
DATE

19
DEZEMBRO
2026



CORRIDA
10 KM
18 HORAS



CORRIDA
5 KM SUB 18
18 HORAS



CAMINHADA
18:10 HORAS



KIDS RACE
15 HORAS

☆ A CORRIDA QUE ILUMINA A NOITE
E CELEBRA O DESPORTO, A AMIZADE E LOUROSA! ☆

REGULAMENTO
VERSÃO 1.0

Regulamento Oficial 2026 - 4ª São Silvestre de Lourosa

1. ORGANIZAÇÃO

A 4ª São Silvestre de Lourosa é organizada pela Associação Desportiva Lourosa em Movimento, em parceria com a Câmara Municipal de Santa Maria da Feira e a Junta de Freguesia de Lourosa.

2. DATA, HORA E LOCAL

A 4ª São Silvestre de Lourosa realiza-se a 19 de Dezembro de 2026. A partida e a chegada serão no Pavilhão Gimnodesportivo de Lourosa, sito Rua da Escola C+S.

- **Kids:** Início às 15:00 horas (várias partidas conforme escalões).
- **Corrida Principal (10 km):** Início às 18:00 horas.
- **Corrida SUB 18 (5 km):** Início às 18:00 horas.
- **Caminhada (5 km):** Início às 18:05 horas.
- **Tempo limite de prova:** 2 horas.

3. PERCURSO

Corrida Kids:

- **4 e 5 anos** (100m);
- **6 a 11 anos** (500m);
- **12 a 15 anos** (800m).
- **Corrida SUB 18:** 5 km.
- **Corrida Principal:** 10 km.
- **Caminhada:** 5 km.

4. ABASTECIMENTOS

Haverá abastecimento no 5º km da competição.

5. PROGRAMA

Hora	Atividade
14:20	Receção aos Kids
15:00	Partidas dos Kids
17:20	Aquecimento
18:00	Partida da Corrida (10 km) e Sub 18 (5 km)
18:05	Partida da Caminhada

6. CATEGORIAS E ESCALÕES (10 KM)

Escalões:

- Sénior (até 34 anos);
- Veteranos M/ F 35-39
- Veteranos M/ F 40-44,
- Veteranos M/ F 45-49,
- Veteranos M/ F 50-54,
- Veteranos M/ F 55-59,
- Veteranos M/ F 60 e mais anos.

7. INSCRIÇÕES

Inscrições via plataforma Lap2go. Preços sobem conforme a fase :

FASE	CORRIDA	CAMINHADA *
1ª fase até 30/out,	Euro:11,00	Euro: 6,50
2ª fase até 30/nov	Euro:14,00	Euro: 9,50
3ª fase até 14/dez	Euro: 17,00	Euro: 12,50

**caminhada com medalh acresce euro: 3,00*

- **CRIANÇAS E SUB 18** grátis, mas com inscrição obrigatória.

Inscrições encerram a 14 de Dezembro de 2026.

8. KITS DE PARTICIPAÇÃO E DORSAIS

Levantamento no Pavilhão Gimnodesportivo de Lourosa:

- 18/12/2026: 18:00 às 22:00
- 19/12/2026: 09:00 às 16:00

Necessário documento de identificação e comprovativo.

9. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS *

Apenas a prova de 10 km terá classificação.

Troféu para os 5 primeiros da geral M/ F

Troféu 1º-3º M/ F de cada escalão.

**Além do troféu haverá prémio em dinheiro ou vle ou cartão ainda a determinar.*

10. BALNEÁRIOS E SEGURANÇA

- Balneários disponíveis das 18:00 às 21:00.
- Guarda-roupa das 17:00 às 20:30 (sacos identificados, sem aceitação de objetos avulsos).
- Prova com seguro desportivo conforme Decreto-Lei nº 10/2009.

11. PROTEÇÃO DE DADOS E DIREITOS DE IMAGEM

Dados tratados conforme RGPD para fins de seguro e classificação. Autorização gratuita de captação de imagem para fins promocionais da 4ª edição.

12. CANCELAMENTOS E RECLAMAÇÕES

Cancelamento/Cedência: Via email sslourosa2026@gmail.com até 10/dez/2026.

- **Reclamações:** Até 30 minutos após a prova, com caução de 200,00€.

13. CONTACTOS

Emails: sslourosa2026@gmail.com | lourosaemmovimento@gmail.com