

REGULAMENTO

OFICIAL 2026

SAVE
THE
DATE

19

DEZEMBRO
2026

4ª SÃO
SILVESTRE
DE LOUROSA

LOUROSA EM
MOVIMENTO



CORRIDA
10 KM
18 HORAS



CORRIDA
5 KM SUB 18
18 HORAS



CAMINHADA
18:10 HORAS



KIDS RACE
15 HORAS

★ CORRE CAMINHA PARTILHA A MAGIA ★

REGULAMENTO
VERSÃO 2.0

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 18:10 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
------	-----------

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)
18:10	Partida da Caminhada

6. CATEGORIAS E ESCALÕES (10 KM)

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

7. INSCRIÇÕES

Inscrições via plataforma Lap2go. Preços sobem conforme a fase

1ª fase até 30/out, - Euro:11,00

2ª fase até 30/nov – Euro:14,00

3ª fase até 14/dez – Euro: 16,00

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.

Prémios para os 5 primeiros da geral e 1º-3º de cada escalão. Prémios podem ser em dinheiro, vales ou outros bens.

Serão ainda reconhecidos e premiados os primeiros 3 atletas femininos e masculinos Sub 18.

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 ou seguintes.

12. CANCELAMENTOS E RECLAMAÇÕES

Cancelamento/Cedência: é aceite o cancelamento da inscrição até ao dia 10 de Dezembro 2026, mas não são efetuadas devoluções do valor da inscrição. No entanto pode o participante ceder a sua inscrição a outro atleta, desde que solicite essa alteração à organização até 10 de Dezembro, por email. Caso o participante não informe a organização dessa situação, a organização não será responsável por qualquer acidente ou dano que esse atleta venha a sofrer.

Email sslourosa2026@gmail.com / lourosaemmovimento@gmail.com

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

13. CONTACTOS

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