

# 27ª SÃO SILVESTRE DO SADO

## Regulamento de prova

### 1. ORGANIZAÇÃO

A União Cultural Recreativa e Desportiva Praiense, em parceria com a Câmara Municipal de Setúbal, a Junta de Freguesia do Sado e o Instituto Politécnico de Setúbal, são as entidades que integram a Comissão Organizadora da Corrida de São Silvestre do Sado IPS, que irá realizar-se no dia 10 de janeiro de 2026, em Praias do Sado, Setúbal.

### 2. LOCAL

A prova terá a distância de 10 Km irá iniciar-se-á às 18 horas, com partida e chegada junto à Sede da União Cultural Recreativa e Desportiva Praiense, em Praias do Sado. O itinerário desenvolve-se por diversas ruas da Freguesia do Sado.

**NOTA** - O percurso está oficialmente homologado pela Federação Portuguesa de Atletismo, e terá cronometragem eletrónica com colocação das classificações online, conforme os atletas terminem a prova.

As coordenadas para a Sede da União Cultural Recreativa e Desportiva Praiense (partida) são:

- Coordenadas GPS: 38°30'56.2"N / 8°50'01.3"W

### 3. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser efetuadas através do website da prova em [www.saosilvestredosado.pt](http://www.saosilvestredosado.pt).

### 4. TAXAS DE INSCRIÇÃO

*Corrida dos Flamingos* (Bambis, Benjamins, Infantis, Iniciados e Juvenis): Gratuito

*Caminhada – 5 Km* - €10,00

- Inscrição Gratuita para participantes com idade igual ou maior que 60 anos

*Corrida – 10 Km* - €15,00

O valor da inscrição inclui: Seguro, Dorsal, Kit participante, abastecimento, Ceia (caldo verde, bifana e bebida)

## 5. PROGRAMA/HORÁRIO

SÁBADO, 10 JANEIRO DE 2026

- 14h00: Abertura do secretariado (sede do Praiense/zona partida)
- 16h00: Corrida dos flamingos
- 17h00: Fecho do secretariado
- 17h30: Bênção do Santo
- 17h45: Aquecimento em grupo
- 18h00: Partida da corrida (10Km) caminhada (5Km)
- 19h30: Abertura da Ceia (caldo verde, bifana e bebida)
- 20h00: Entrega de prémios

## 6. NORMAS DE PARTICIPAÇÃO

A participação é aberta a todos os atletas, federados e não federados, podendo nela participar a título individual ou em representação de coletividades, organizações populares, grupos desportivos, empresas, escolas e outros organismos.

## 7. ESCALÕES ETÁRIOS E DISTÂNCIAS

(idade atingida à data da prova)

CORRIDA DOS FLAMINGOS

Bambis (5 a 6 anos)	Distância - 100 metros
Benjamins A (7 a 9 anos)	Distância - 300 metros
Benjamins B (10 a 11 anos)	Distância - 400 metros
Infantis (12 a 13 anos)	Distância - 400 metros
Iniciados (14 a 15 anos)	Distância - 1.000 metros
Juvenis (16 a 17 anos)	Distância - 1.000 metros

## CORRIDA 10 KM

<b>Absolutos</b>	Todas as idades em competição na prova
<b>Juniores</b>	18 e 19 anos
<b>Seniores</b>	20 a 34 anos
<b>Veteranos A</b>	35 a 39 anos
<b>Veteranos B</b>	40 a 44 anos
<b>Veteranos C</b>	45 a 49 anos
<b>Veteranos D</b>	50 a 54 anos
<b>Veteranos E</b>	55 a 59 anos
<b>Veteranos F</b>	60 a 64 anos
<b>Veteranos G</b>	65 anos em diante

## 8. CLASSIFICAÇÕES INDIVIDUAIS

- Classificação Individual por escalão e género
- Classificação Individual Geral Absoluta por género

## 9. CLASSIFICAÇÃO GERAL POR EQUIPAS

- **MASCULINAS** – Contam os 4 primeiros atletas de cada equipa, independentemente do escalão, sendo atribuído 1 ponto ao primeiro, 2 pontos ao segundo, 3 pontos ao terceiro e assim sucessivamente.
- **FEMININAS** – Contam as 3 primeiras atletas de cada equipa, independentemente do escalão, sendo atribuído 1 ponto à primeira, 2 pontos à segunda e 3 à terceira e assim sucessivamente.

**NOTA:** Ganha a equipa que somar o menor número de pontos.

## 10. DESCLASSIFICAÇÕES

- Atletas que cheguem à meta sem Dorsal/Controle.
- Atletas que tenham feito desvio do percurso (será montado um sistema de controle).
- Atletas que em caso de dúvida, não apresentem o respetivo documento comprovativo da idade, quando este lhe for solicitado pela Comissão Organizadora.

## 11. PÓDIOS

Escalão	Masculinos	Femininos
Absolutos	1º, 2º e 3º	1º, 2º e 3º
Juniores	1º, 2º e 3º	1º, 2º e 3º
Seniores	1º, 2º e 3º	1º, 2º e 3º
Veteranos A	1º, 2º e 3º	1º, 2º e 3º
Veteranos B	1º, 2º e 3º	1º, 2º e 3º
Veteranos C	1º, 2º e 3º	1º, 2º e 3º
Veteranos D	1º, 2º e 3º	1º, 2º e 3º
Veteranos E	1º, 2º e 3º	1º, 2º e 3º
Veteranos F	1º, 2º e 3º	1º, 2º e 3º
Veteranos G	1º, 2º e 3º	1º, 2º e 3º
Equipas	1º, 2º e 3º	1º, 2º e 3º

## 12. PRÉMIOS MONETÁRIOS

### VENCEDORES ABSOLUTOS

#### MASCULINOS

1º Classificado – € 300,00

2º Classificado – € 250,00

3º Classificado – € 200,00

#### FEMININOS

1ª Classificada – € 300,00

2ª Classificada – € 250,00

3ª Classificada – € 200,00

## 13. SEGURANÇA E ASSISTÊNCIA

Os participantes devem reunir as condições de saúde necessárias à prática desportiva. Após a inscrição assumem que se sentem fisicamente e psicologicamente preparados para o esforço físico inerente à prova em que vão participar.

A Organização não se responsabiliza por situações que não estejam abrangidas pelo seguro, mas montará um vasto sistema de segurança para precaver eventuais situações anómalas e atuar em caso de necessidade.

Todos os participantes têm de cumprir obrigatoriamente as instruções transmitidas pelos elementos da organização da prova e das forças policiais (GNR), que estarão devidamente identificados.

Os atletas têm a possibilidade de poderem tomar duche nos balneários do Campo Futebol Municipal Júlio Tavares, assim como o estacionamento das suas viaturas.

## **14. CEDÊNCIA DOS DIREITOS DE IMAGEM**

O participante, ao proceder à inscrição, autoriza, de forma gratuita e incondicional, a cedência à Câmara Municipal de Setúbal e ao U.C.R.D. Praiense e seus associados, os direitos de utilização da sua imagem tal como captada nas filmagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

## **15. INFORMAÇÕES**

- Website – [www.saosilvestredosado.pt](http://www.saosilvestredosado.pt)
- Email - [ucrdpraiense@gmail.com](mailto:ucrdpraiense@gmail.com)
- Telemóvel – 938 064 041 (Jorge Santana)

## **16. CASOS OMISSOS**

Todos os casos omissos serão apreciados e resolvidos pela Comissão Organizadora.