REGULAMENTO

3ª Corrida do Egas Moniz

Organização

JUNHO/2026

ÍNDICE

1. **ORGANIZAÇÃO**
2. **PERCURSOS**
3. **PRÉMIOS**
4. **INSCRIÇÃO**
5. **LEVANTAMENTO DE KITS E DORSAIS**
6. **DIA DA PROVA**

1. **ORGANIZAÇÃO**

A associação Futebol Clube de Paço de Sousa organizam a 3.ª edição Corrida Egas Moniz que tem a finalidade de estimular a prática desportiva como elemento da promoção da saúde e da qualidade de vida e também promover corrida Matinal pela Freguesia de Paço de Sousa. Realiza-se no dia 28 de junho de 2026, com início às 09:00h, uma corrida solidaria de 10 Km, outra de 5 Km que se pretendem que sejam uma verdadeira festa para os amantes de desporto.

Integramos também caminhada Solidaria de 5km.

O valor angariado por cada inscrição/participante de todas as atividades reverte para a associação Bombeiros Voluntários de Paço de Sousa e para Futebol Clube Paço de Sousa.

Todos os participantes recebem como oferta a uma t-shirt, uma medalha alusiva ao evento e ainda a oferta de lanche após chegada (uma Sande de Porco no espeto e uma Bebida).

2. **PERCURSOS**

QRcode corrida 5Km----QRcode corrida 10Km--- QRcode Caminhada 5Km

A **Corrida de 5Km e 10Km** é destinada a participantes de ambos os sexos e dos seguintes escalões etários:

- **Séniores masculinos e femininos** – (Dos 18 aos 34 anos).
- **VET 35** - Veteranos masculinos e femininos (Dos 35 aos 39 anos)
- **VET 40** - Veteranos masculinos e femininos (Dos 40 aos 44 anos)
- **VET 45** - Veteranos masculinos e femininos (Dos 45 aos 49 anos)
- **VET 50** - Veteranos masculinos e femininos (Dos 50 aos 54 anos)
- **VET 55** - Veteranos masculinos e femininos (Dos 55 anos em diante)

(Idade até à da data da prova)

A **Corrida de 5Km / 10 Km e Caminhada** têm início e fim junto ao Mosteiro do Salvador de Paço de Sousa.

A **Caminhada 5 Km** não terá carácter competitivo. É aberta a todos os participantes, sem limite de idade, que se queiram integrar na festa do desporto, aproveitando assim melhor os seus tempos de lazer.

3. **PRÉMIOS**

Todos os participantes da **Corrida de 5Km, 10 Km** e **Caminhada 5 Km** que cruzem a linha de chegada de forma legal e que estejam regularmente inscritos, receberão uma medalha de participação.

Os prémios individuais (**Troféus**) são atribuídos aos 3 primeiros classificados de cada escalão, **Seniores** M/F, **VET 35** M/F, **VET 40** M/F, **VET 45** M/F, **VET 50** M/F, **VET 55** M/F.

Os **prémios Monetários** são atribuídos aos 3 primeiros classificados à Geral M/F de ambas as Corridas (5Km e 10Km).

Prémios Monetários Corrida 5km:

1.º Geral Masculino 120€

2.º Geral Masculino 60€

3.º Geral Masculino 25€

1.º Geral Feminino 120€

2.º Geral Feminino 60€

3.º Geral Feminino 25€

Prémios Monetários Corrida 10km:

1.º Geral Masculino 300€

2.º Geral Masculino 150€

3.º Geral Masculino 75€

1.º Geral Feminino 300€

2.º Geral Feminino 150€

3.º Geral Feminino 75€

-Equipa com melhor performance 70€

(Prémios monetários entregues em Voucher ou Vales de desconto)

-Haverá também um troféu para a **equipa mais numerosa**.

Os prémios serão entregues em cerimónia própria. O levantamento dos prémios só é válido, único e exclusivamente no dia da prova.

Todos os participantes têm direito a medalha de participação, T-Shirt técnica, dorsal, água, fruta, seguro desportivo, diploma de participação e possibilidade de Massagem.

4. **INSCRIÇÃO**

A inscrição na **3.ª edição Corrida Egas Moniz** poderá ser feita pela internet através da página de Faceboock através de Link do evento (stop&go), o pagamento pode ser efetuado por multibanco (MB), MB Way.

As inscrições em terminam data definida com o encerramento de inscrições, depois desta data não será possível efetuar inscrições.

Todos os dados preenchidos pelo atleta no formulário de inscrição, são de sua inteira responsabilidade.

As inscrições das corridas e caminhada terminam a 14 de Junho às 23:59h de 2026

As inscrições na 3.ª edição Corrida Egas Moniz têm o seguinte custo:

	Até 28 Fevereiro	Até 30 Abril	Até 14 Junho
Corrida 5Km	**7€**	**9€**	**10€**
Corrida 10Km	**10€**	**12€**	**14€**
Caminhada 5Km	**8€**	**8€**	**8€**

A organização poderá prorrogar o prazo para a inscrição e até permitir inscrições para o evento no 1.°dia de secretariado, a seu critério. Neste caso, será divulgado na página do evento.

A organização reserva o direito de fazer promoções que alterem os preços das inscrições (descontos), bem como concursos de oferta de inscrições, sempre que bem entender.

É obrigatório aos participantes da caminhada de 5 km usar dorsal e a camisola fornecida pela organização.

A organização reserva o direito de aceitação à prova de qualquer inscrição.

As inscrições podem ser feitas em nome individual ou em representação de clubes, associações ou empresas.

Todos os atletas e caminhantes têm seguro desportivo.

A organização não se responsabiliza por rutura de stock do material de merchandising incluindo T-shirts e os próprios tamanhos.

5. **LEVANTAMENTO DE KITS E DORSAIS**

Dia: 27 de Junho

Local: Salão Nobre dos Bombeiros Voluntários de Paço de Sousa

Horário: 10h ás 12h e das 14h ás 20h

Dia: 28 de Junho

Local: Imediações da zona de Partida/Meta

Horário: 07h ás 08:00h

O levantamento do dorsal apenas efetuado nos dias e locais estipulados para o efeito.

O levantamento dos kits deverá ser feito individualmente.

O inscrito deverá apresentar a sua identificação pessoal e ou comprovativo da inscrição.

Caso a inscrição esteja pendente, não pode fazer pagamento fora da data limite da inscrição.

Após a prova não haverá entrega de kits, camisolas ou outro material qualquer alusivo ao evento.

O dorsal recebido no kit (corrida e caminhada) deverá ser afixado na parte frontal da camisola e não poderá ser removido até que seja ultrapassada a linha de chegada, sob pena de desclassificação.

O chip é descartável, está colado no dorsal que deve ser colocado conforme instruções anteriores.

Na Caminhada de 5 Km é obrigatório o uso da camisola e dorsal fornecido pela organização.

Nota – A organização disponibilizará alfinetes para fixar os dorsais (limitado ao stock existente).

6. **DIA DA PROVA**

A concentração de todos os atletas participantes deverá ser feita a partir das 08:30h no local da partida da prova, **Junto ao Mosteiro do Salvador de Paço de Sousa** (Rua ao lado de Quiosque).

Solicita-se a todos os atletas a maior atenção aos conselhos que serão transmitidos frequentemente pelo speaker da prova.

A abertura das "Boxes" de chamada para a partida será feita quando faltarem apenas 10 minutos para o tiro de partida;

Caso o participante recorra a uma Instituição do Serviço Nacional de Saúde, em função da sua participação na corrida, deverá informar a organização nas 24 horas seguintes ao início do evento para ativação do seguro desportivo, incorrendo em risco do processo não ser aceite pela companhia de seguros se esta notificação não for efetuada atempadamente. O pagamento das taxas moderadoras é da responsabilidade do participante, podendo ser reembolsado pela seguradora caso o processo cumpra os requisitos necessários.

A organização não se responsabiliza pela má condição física ou de saúde dos participantes ou por qualquer acidente ou danos que porventura os atletas venham a causar ou a sofrer antes e depois da prova, isentando os organizadores e patrocinadores de qualquer ação judicial.

Todos os participantes do evento estão cobertos por um seguro desportivo de acordo com o regime jurídico de seguros desportivos obrigatórios – decreto lei nº10/2009.

Caso o participante recorra a uma Instituição do Serviço Nacional de Saúde, em função da sua participação na corrida, deverá informar a organização nas 24 horas seguintes ao início do evento para ativação do seguro desportivo, incorrendo em risco do processo não ser aceite pela companhia de seguros se esta notificação não for efetuada atempadamente.

Qualquer reclamação só será aceite por escrito, se efetuada até 30 minutos após a divulgação dos resultados da prova, mediante o depósito de 150€.

Durante a prova os postos de abastecimento de água serão distribuídos, em locais devidamente assinalados.

Nas corridas haverá controlo de tempo efetuado por chip (cronometragem eletrónica) ao longo do percurso, o chip não é descartável e está colocado no dorsal.

Serão penalizados todos os participantes que cometam uma das seguintes infrações:

Não cumpram o percurso na sua totalidade; não efetuem o controlo de partida; não usem o dorsal ao peito e bem visível durante a prova; falsifiquem qualquer elemento relativo à sua inscrição; corram sem camisola; corram com o dorsal em termos incorretos; corram nos passeios; não respeitem as instruções da organização.

Durante a prova, aconselha-se terem atenção na audição das instruções do speaker da prova.

Por motivos de segurança, durante a prova todos os corredores deverão manter-se exclusivamente na faixa da direita e no percurso oficial da prova.

Toda irregularidade ou atitude anti-desportiva cometida pelo corredor será passível de desclassificação.

O controlo de chegada será encerrado 2 horas após o início da prova.

Só poderão acompanhar a corrida os carros da organização e as viaturas das forças de segurança ou socorro.

No caso de não haver condições técnicas e/ou de segurança para realização da prova, a organização reserva o direito de transferir ou cancelar a mesma, medidas essas que serão tomadas no dia do evento.

A organização da prova não se responsabiliza por qualquer acidente que venha a ocorrer com os participantes ANTES e APÓS a corrida, sendo que todas as medidas serão tomadas para a segurança dos atletas.

A segurança do evento receberá apoio dos órgãos competentes e haverá monitores (staff da organização) para a orientação dos participantes.

Ao participar deste evento, o corredor cede todos os direitos de utilização da sua imagem, renunciando ao recebimento de qualquer valor que vier a ser auferido com direitos a televisão ou qualquer outro tipo de transmissão e/ ou divulgação, promoções, internet e qualquer mídia em qualquer tempo.

Os acessos às áreas de concentração e largada serão sinalizados, sendo proibido saltar as grades que delimitam estas áreas da prova no momento da partida ou em qualquer outro momento, sob qualquer pretexto.

A organização do evento, bem como os seus patrocinadores, não se responsabilizam por prejuízos ou danos causados pelo corredor inscrito no evento, seja ao património público, a terceiros ou outros participantes, sendo esses de única e exclusiva responsabilidade do autor.

A organização poderá suspender a prova por qualquer questão que coloque em risco a segurança dos participantes, bem como atos públicos, vandalismo e/ou motivos de força maior.

Não são permitidos cancelamentos, nem feitas substituições de inscrições.

As inscrições podem encerrar quando a organização assim o entender por motivos de segurança ou qualquer outro motivo.

As classificações podem sofrer alterações após confirmação final de todos os tempos e escalões.

Todos os participantes (após efetuar a sua inscrição) assumem este regulamento.