

Regulamento oficial

1 – ORGANIZAÇÃO

A Meia Maratona de Almada é organizada pela Câmara Municipal de Almada, com organização técnica da Xistarca, Promoções e Publicações Desportivas, Lda.

2- DATA / HORA / LOCAL

A prova realiza-se no dia 10 de maio de 2026, a partir das 09h00, com partida e chegada no Parque da Paz, em Almada.

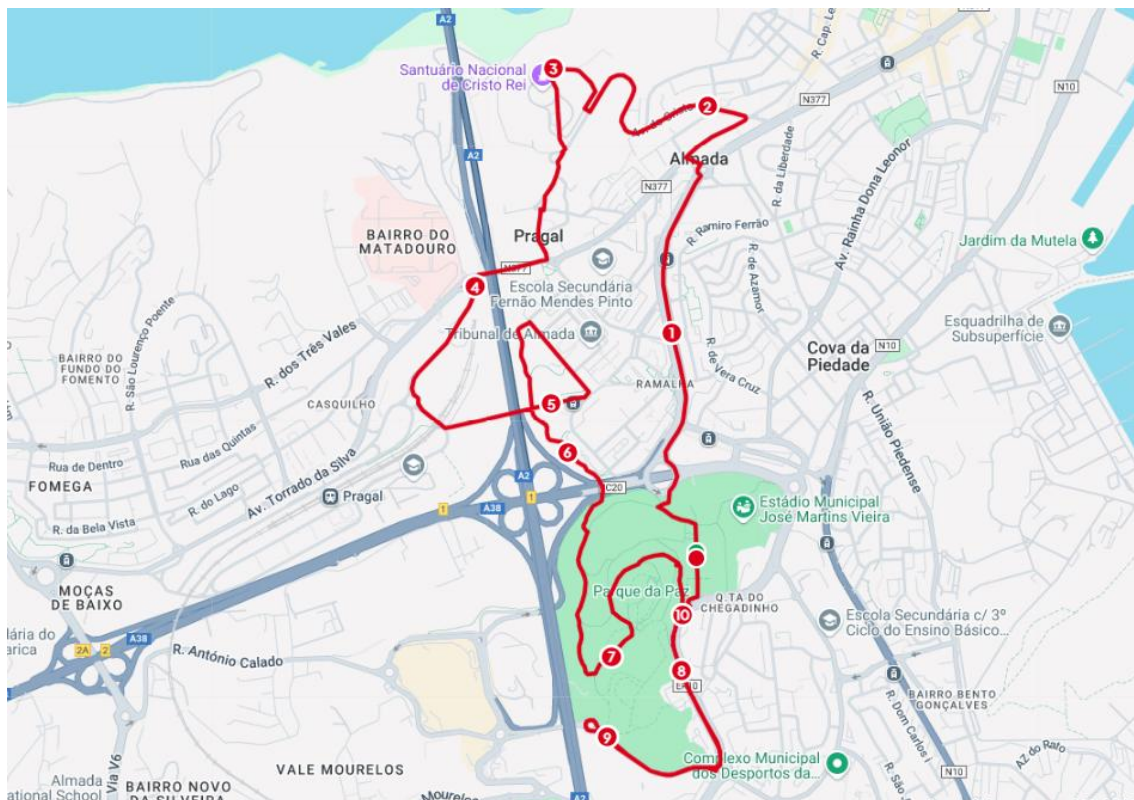
3 – PERCURSO / DISTÂNCIA / HORÁRIO

A prova dos 21km, com partida às 9h30, realiza o seguinte percurso:



Partida no Parque da Paz / Rotunda Centro Sul / Frente para Av. Bento Gonçalves / Rotunda esquerda para Rua D. João de Castro / Esquerda para Av. do Cristo Rei / Direita para Santuário Cristo Rei onde realiza uma volta (entrada lateral) / Direita após saída do Santuário Cristo Rei (porta principal) / Frente para Rua dos Moinhos / Frente para Rua Fernão Mendes Pinto / Direita para N377 (Viaduto A2) / Esquerda para Av. José Cardoso Pires / Rotunda em frente para Av. José Cardoso Pires / Esquerda para Av. Torrado da Silva / Esquerda para Av. Timor Lorosae em contramão / Esquerda para N377-1 / Na rotunda direita para FCT onde realiza um percurso interno / Esquerda para N377-1 / Direita para Av. Timor Lorosae / Frente para Av. Torrado da Silva / Direita para Av. José Cardoso Pires / Na rotunda direita para Av. Jorge Peixinho / Esquerda para Linha do Metro / Esquerda para Rua Abel Salazar / Esquerda para Parque Urbano do Pragal / Parque da Paz / Direita para Av. Arsenal do Alfeite / Direita para Rua Henrique Mota / Retorno antes da saída do estacionamento da Leroy Merlin / Direita para Av. Arsenal do Alfeite / Retorno antes da rotunda Praça Lima de Freitas / Av. Arsenal do Alfeite em contramão / esquerda para Meta no Parque da Paz.

A prova dos 10km, com partida às 9h30, realiza o seguinte percurso:



Partida no Parque da Paz / Rotunda Centro Sul / Frente para Av. Bento Gonçalves / Rotunda esquerda para Rua D. João de Castro / Esquerda para Av. do Cristo Rei / Direita para Santuário Cristo Rei onde realiza uma volta (entrada lateral) / Direita após saída do Santuário Cristo Rei (porta principal) / Frente para Rua dos Moinhos / Frente para Rua Fernão Mendes Pinto / Direita para N377 (Viaduto A2) / Esquerda para Av. José Cardoso Pires / Rotunda esquerda para Av. Jorge Peixinho / Esquerda para Linha do Metro / Esquerda para Rua Abel Salazar / Esquerda para Parque Urbano do Pragal / Parque da Paz / Direita para Av. Arsenal do Alfeite / Direita para Rua Henrique Mota / Retorno na Rotunda antes do Viaduto da A2 / Esquerda para Av. Arsenal do Alfeite / esquerda para Meta no Parque da Paz.

A caminhada dos 5km, com partida às 9h35, realiza o seguinte percurso:



Partida no Parque da Paz / Rotunda Centro Sul / Frente para Av. Bento Gonçalves / Rotunda esquerda para Rua D. João de Castro / Esquerda para Av. do Cristo Rei / Direita para Santuário

Cristo Rei onde realiza uma volta (entrada lateral) / Direita após saída do Santuário Cristo Rei (porta principal) / Frente para Rua dos Moinhos / Frente para Rua Fernão Mendes Pinto / Frente para Rua Cidade de Ostrava / Direita para Rua do Forte / Frente para Parque Urbano do Pragal / Meta no Parque da Paz.

A Kids Race de 500m, com partida às 09h00, realiza um percurso dentro do Parque da Paz.

4 – ABASTECIMENTOS

A prova dos 21km terá abastecimento, aproximadamente, aos 5km, 10km, 15km e meta.

A prova dos 10km terá abastecimento aos 5km e meta.

A prova dos 5km terá abastecimento na meta.

A prova Kids Race terá abastecimento na meta.

5 – DURAÇÃO

Meia Maratona 21km - duração máxima de 2h45.

Corrida 10km – duração máxima de 1h30.

Caminhada 5km – duração máxima de 1h15.

Após este período de tempo será restabelecida a circulação automóvel em todo o percurso.

6 – INSCRIÇÕES

6.1 – VALORES/PRAZOS

www.meiamaratonaalmada.pt

6.2 – LOCAIS DE INSCRIÇÃO

As inscrições podem ser realizadas através do site www.xistarca.pt ou www.meiamaratonaalmada.pt ou pessoalmente na Xistarca, Calçada da Tapada, 71 A.

As inscrições de última hora, nos dias 4 e 5 Abril, no horário de levantamento dos dorsais, estarão disponíveis mediante o número de vagas.

7 – KIT ATLETA

7.1 – COMPOSIÇÃO

O kit do atleta será composto por:

21km – saco/mochila, t-shirt técnica unissexo, um dorsal, um chip, e outras ofertas de patrocinadores;

10km – saco/mochila, t-shirt técnica unissexo, um dorsal, um chip, e outras ofertas de patrocinadores;

5km – saco/mochila, t-shirt técnica unissexo, um dorsal e outras ofertas de patrocinadores.

Os tamanhos disponíveis para a t-shirt técnica serão os seguintes: S, M, L, XL e XXL. Os tamanhos serão distribuídos de acordo com os pedidos efetuados no momento da inscrição, sem garantia de stock no momento do levantamento. Caso se verifique rutura de stock de algum tamanho, a organização proporá ao atleta um tamanho alternativo.

7.2 – LEVANTAMENTO KIT

» 08 maio (Sexta-feira), entre as 15h00 e as 20h00

» 09 maio (Sábado), entre as 10h00 e as 15h00

Local: stand automóvel VW Carby Almada, [R. Joaquim Pires Jorge, 2814-509 Almada](mailto:R.Joaquim.Pires.Jorge@2814-509Almada)

Para o levantamento do kit deverá ser apresentado o comprovativo de inscrição da plataforma de inscrição recebido no email após confirmação de pagamento, assim como o documento de identificação.

Os kits apenas poderão ser levantados nos dias e horários anteriormente definidos. Os kits não levantados serão entregues a uma instituição de solidariedade social.

8 – DORSAL E CHIP

A utilização do dorsal e chip oficiais da prova é obrigatória para todos os participantes. O dorsal deve ser colocado na parte frontal da t-shirt, visível e sem adereços por cima do mesmo.

9 – PRÉMIOS

Os três primeiros classificados da Geral M/F da prova de 21km / 10 Km terão o direito de subir ao pódio e receber o troféu correspondente.

Os três primeiros classificados da Geral M/F da prova de 21km terão direito a prémio monetário:

1.º/a classificado/a M/F – 250,00€ (duzentos e cinquenta euros);

2.º/a classificado/a M/F – 150,00€ (cento e cinquenta euros);

3.º/a classificado/a M/F – 100,00€ (cem euros).

Os três primeiros classificados de cada escalão terão direito a subir ao pódio e receber o troféu correspondente.

Todos os atletas que cortem a linha de meta terão direito a medalha e poderão fazer o download do seu diploma de participação no site da Xistarca, através do menu resultados.

10 – CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

A participação na prova está aberta a todos os interessados, sem distinção de nacionalidade ou sexo, com idade superior a 18 anos para as provas de 21km / 10km, desde que devidamente inscritos.

Para segurança de todos os participantes, não será permitida o acompanhamento dos mesmos por bicicletas, skates, patins ou animais.

11– ESCALÕES

MEIA-MARATONA 21KM E CORRIDA 10KM

Seniores (20 a 34 anos), Vet I (35 a 39 anos), Vet II (40 a 44 anos), Vet III (45 a 49 anos), Vet IV (50 a 54 anos), Vet V (55 a 59 anos), Vet VI (60 a 64 anos), Vet VII (65 a 69 anos) e Vet VIII (mais de 70 anos).

CORRIDA 10KM

Juniores e Seniores (18 a 34 anos), Vet I (35 a 39 anos), Vet II (40 a 44 anos), Vet III (45 a 49 anos), Vet IV (50 a 54 anos), Vet V (55 a 59 anos), Vet VI (60 a 64 anos), Vet VII (65 a 69 anos) e Vet VIII (mais de 70 anos).

12– BENGALEIRO

A organização disponibiliza o serviço de bengaleiro, junto ao local de partida/chegada, entre as 8h00 e as 13h00.

Apenas serão aceites sacos fechados.

13 – COMPORTAMENTOS ANTIDESPATIVOS

São considerados comportamentos antidesportivos que levam à desqualificação de qualquer atleta que:

- ✓ Falsifique qualquer elemento relativo à sua inscrição
- ✓ Não se apresente no local da partida, com o dorsal e o chip da prova colocados, em conformidade com os pontos
- ✓ Manifeste mau estado físico
- ✓ Não leve dorsal na parte frontal da t-shirt e bem visível nos locais especificados pela organização
- ✓ Utilize o dorsal de outro atleta
- ✓ Dobre ou manipule a publicidade do dorsal
- ✓ Utilize inadequadamente o chip fornecido
- ✓ Utilize mais do que um chip
- ✓ Utilize o chip de outro atleta
- ✓ Não cumpra a sinalética colocada pela organização e/ou salte barreiras para a partida
- ✓ Não cumpra o percurso na sua totalidade
- ✓ Não respeite as instruções da organização
- ✓ Manifeste comportamento antidesportivo (ex: empurrões e obstruções que prejudiquem de forma intencional os outros atletas)
- ✓ Não respeite os restantes atletas

A Xistarca não aceitará nas suas provas a inscrição de atletas que recorram a práticas antidesportivas.

14 – FORÇAS DE SEGURANÇA E APOIO MÉDICO

O planeamento e controlo do trânsito automóvel é da responsabilidade da PSP, assim como a segurança de todos os participantes.

O apoio médico será prestado a todos os atletas que apresentem alguma lesão ou que a organização indique como possível caso de lesão, durante o horário do evento. O apoio médico tem o direito de retirar da prova atletas que não apresentem condições para realizar com aptidão o percurso completo.

15 – SEGUROS

A organização assegura aos participantes inscritos um seguro de acidentes pessoais, conforme previsto no D.L. 10/2009 (Seguro Desportivo Obrigatório). Este seguro apenas será ativo aos participantes que contraíam uma lesão no decorrer da prova e que solicitem à organização a ativação do mesmo.

Todos os participantes devem reunir condições de saúde, físicas e psicológicas necessárias à prática desportiva, isentando a organização da prova de qualquer responsabilidade.

16 – DIREITOS DE IMAGEM

O participante, com o ato de inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, à organização do evento e seus associados, os direitos de utilização da sua imagem captada durante o evento.

17 – PROTEÇÃO DE DADOS PESSOAIS

Os dados pessoais serão processados automaticamente, nos termos aprovados pelo Regulamento Geral de Proteção de Dados, da União Europeia, pela organização do evento, entidade responsável pelos dados, destinando-se exclusivamente à prestação dos serviços necessários à participação no evento em que se inscreve.

O tratamento de dados para comunicação sobre o evento em que se inscreve é opcional e está sujeito a consentimento específico e expresso no formulário de inscrição do evento, sempre em conformidade com o Regulamento (UE) 2016/679.

É garantido aos participantes, nos termos da mesma lei, o acesso aos seus dados, podendo solicitar por escrito junto da organização a sua atualização, correção ou eliminação.

Os dados pessoais recolhidos em função do presente evento serão armazenados pelo prazo de dois anos e estarão acessíveis de forma gratuita para consulta, retificação ou eliminação através do email: geral@xistarca.pt.

18 – ALTERAÇÃO DE DADOS

É possível a alteração dos dados dos participantes, até ao dia 3 de maio contactando diretamente a organização para o email geral@xistarca.pt.

As alterações a efetuar nos dias dos levantamentos de dorsais têm um custo de 5€.

No dia da prova não são aceites alterações.

19 – HISTORIAL DOPAGEM

A organização reserva-se ao direito de cancelar a inscrição de qualquer atleta que no seu passado esteja associado à utilização de substâncias ilegais à prática desportiva.

20 – APOIO AOS ATLETAS

A organização dispõe de plataformas para dar suporte aos atletas:

- ✓ Morada – Calçada da Tapada, 71 A, Lisboa
- ✓ Internet – www.xistarca.pt
- ✓ Email – geral@xistarca.pt
- ✓ Telefone – 21 361 61 60

Estes contatos estão disponíveis em dias úteis, entre as 9h30 e as 13h e as 14h e as 18h30. A resposta a questões via email poderá demorar até 48h.