



GRANDE PRÉMIO  
ATLETISMO RECARDÃES



GRANDE PRÉMIO  
DE >>>  
ATLETISMO DE  
SÃO MIGUEL



## GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO DE SÃO MIGUEL - RECARDÃES

31 DE MAIO DE 2026

### REGULAMENTO

O DESPORTIVO ATLÉTICO DE RECARDÃES em parceria com a Câmara Municipal de Águeda e a Junta de Freguesia de Recardães irá organizar no próximo dia 31 de maio de 2026, no lugar de Recardães - Águeda (<https://maps.app.goo.gl/GpUUWUwyeBj2Lev7>) o Grande Prémio de Atletismo de São Miguel de Recardães com o seguinte programa-horário:

<b>Horas</b>	<b>Prova</b>	<b>Ano de Nascimento</b>	<b>Distância</b>
09:00 h	Juvenis Masculinos e Femininos	2008 – 2009	3.400 m
	Iniciados Masculinos e Femininos	2010 – 2011	2.100 m
	Infantis Masculinos e Femininos	2012 – 2013	1.600 m
	Benjamins B Masc. / Fem.	2014 – 2015	800 m
	Benjamins A Masc. / Fem.	2016 – 2017 – 2018	400 m
10:30 h	Juniores Masculinos / Femininos Seniores Masculinos / Femininos Veteranos 1 Masculinos Veteranos 2 Masculinos Veteranas	2006 – 2007 2005 e anteriores dos 40 aos 49 anos + de 50 anos + de 40 anos	10.000 m
10:40 h	Caminhada		6000 m
12:30 h	Entrega de Prémios		

O percurso da prova principal é de 10 km, percorridos em asfalto compreendidos por duas voltas grandes (4km) e uma volta pequena (2km). Os atletas devem apresentar-se no local de partida 10 minutos antes do início das respetivas provas, com dorsal devidamente colocados na camisola (peito). A caminhada é um percurso de 6km.



## INSCRIÇÕES

Nas corridas constantes do programa podem participar atletas Federados, não Federados e Inatel.

O período de inscrição decorre até às 23h59min do dia 10 de maio de 2026, sendo as inscrições pessoais e intransmissíveis, a não ser se devidamente autorizado pela organização.

As inscrições só podem ser realizadas online, sendo disponibilizada uma plataforma eletrónica (<https://waitastart.com/gpa-s-miguel-recardaes-2026/>) para o efeito, estando sujeito aos seguintes valores:

DATAS	CORRIDA 10KM	CAMINHADA
Até 10/04/2026	10€	6€
Até 25/04/2026	12,5€	6€
Até 10/05/2026	15€	8€

As inscrições são **gratuitas** para a prova dos **benjamins, infantis, iniciados e juvenis**.

No momento da inscrição são enviadas por e-mail as referências para pagamento. Após o pagamento da inscrição o sistema informático enviará, automaticamente, a confirmação da inscrição.

As inscrições são feitas através do sítio: <https://waitastart.com/>

## LEVANTAMENTO DE DORSAIS E KITS

O levantamento de dorsais e kits de participação será realizado na tenda para o efeito no dia do evento, na seguinte localização: <https://maps.app.goo.gl/GpUUEwUwyeBj2Lev7>, das 07h30min às 09h30min.



## CLASSIFICAÇÕES

Serão elaboradas as classificações de acordo com a seguinte tabela:

Prova	Individual
Juvenis Masculinos	X
Juvenis Femininos	X
Iniciados Masculinos	X
Iniciados Femininos	X
Infantis Masculinos	X
Infantis Femininos	X
Benjamins B Masc.	X
Benjamins B Fem.	X
Benjamins A Masc.	X
Benjamins A Fem.	X
Juniores, Seniores Femininas	Única
Veteranas	X
Juniores e Seniores Masculinos	Única
Veteranos 1 Masculinos	X
Veteranos 2 Masculinos	X

Nas classificações coletivas, sai vencedora na prova rainha (10000metros) a equipa que obtiver menor número de pontos, contando para o efeito o somatório dos três primeiros atletas de cada equipa. Em caso de igualdade pontual vence a equipa com o quarto atleta melhor classificado. Haverá classificações coletivas para masculinos e para femininos.



## LISTA DE PRÉMIOS

Haverá troféus para os três primeiros de cada classificação individual.

Haverá troféus para as três PRIMEIRAS EQUIPAS de cada classificação coletiva.

Os participantes da caminhada e os participantes da prova rainha 10km terão direito a t-shirt técnica alusiva ao evento e seguro desportivo.

## REGRAS DE PARTICIPAÇÃO

Nenhum atleta poderá participar em mais do que uma corrida, sendo totalmente vedada a participação de atletas benjamins, infantis, iniciados ou juvenis em provas que não lhes estejam reservadas.

Não é permitido acompanhar os atletas em prova, usando qualquer veículo ou mesmo a pé, sob pena de desclassificação imediata do atleta em causa.

Todos os atletas chegados à meta, devem ser portadores do dorsal no local certo (peito), devendo percorrer a totalidade do funil de chegada, sem se deixar ultrapassar depois de passarem a linha de meta, pois poderão ser prejudicados, cabendo-lhes toda a responsabilidade.

A organização tem garantida a colaboração das forças da ordem (GNR), no sentido de controlar o trânsito nas ruas por onde se desenrolam as diversas corridas.

Os atletas que prejudiquem intencionalmente os seus adversários serão imediatamente desclassificados.

## SEGURO DESPORTIVO

A organização celebrou um seguro de acidentes pessoais, para o dia da prova, que cobre qualquer acidente de atletas não abrangidos pelo seguro desportivo e que o tenham comunicado na sua inscrição. Este seguro garante os riscos no decurso da competição.

Os atletas não federados são inteiramente responsáveis pela garantia de não existir qualquer contra indicação médica para a prática da corrida de competição e pelo fornecimento do nome e data de nascimento a comunicar à companhia de seguro.



## **ABASTECIMENTOS**

Os abastecimentos serão assegurados pela organização:

- Abastecimento a meio do percurso da prova rainha;
- Na chegada a meta estarão disponíveis para todos os participantes bebidas e produtos alimentares.

## **ASSISTÊNCIA**

O trânsito estará cortado nos pontos críticos e será auxiliado com voluntários em alguns pontos.

Haverá apoio médico, com ambulância na partida, a equipa médica poderá retirar de prova qualquer participante em situação de risco.

Proíbida a existência de bicicletas ou veículos motorizados que não pertençam à organização.

## **BANHOS**

Os atletas poderão ter acesso a banhos **(em atualização)**.

## **CEDÊNCIA DE IMAGEM**

Ao participar no Grande Prémio de Atletismo de São Miguel, o atleta autoriza a organização e patrocinadores a captarem e utilizarem a sua imagem (vídeo ou fotografia), para divulgação pública, redes sociais, plataformas digitais ou outros meios de comunicação.



## **PROTEÇÃO DE DADOS PESSOAIS**

A organização cumpre a Lei n.º 10/91, de 29 de abril, garantindo o acesso, correção ou eliminação dos dados mediante solicitação.

Os dados recolhidos são utilizados exclusivamente para efeitos de inscrição e seguro, não sendo vendidos nem cedidos a terceiros, salvo imposição legal.

## **PONTOS OMISSOS**

Qualquer situação não prevista neste regulamento será analisada e resolvida pela organização, sendo a sua decisão final e sem possibilidade de recurso.

## **ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO**

Ao efetuar a inscrição, o participante declara que leu, compreendeu e aceita na íntegra o presente regulamento.

## **CONTACTOS**

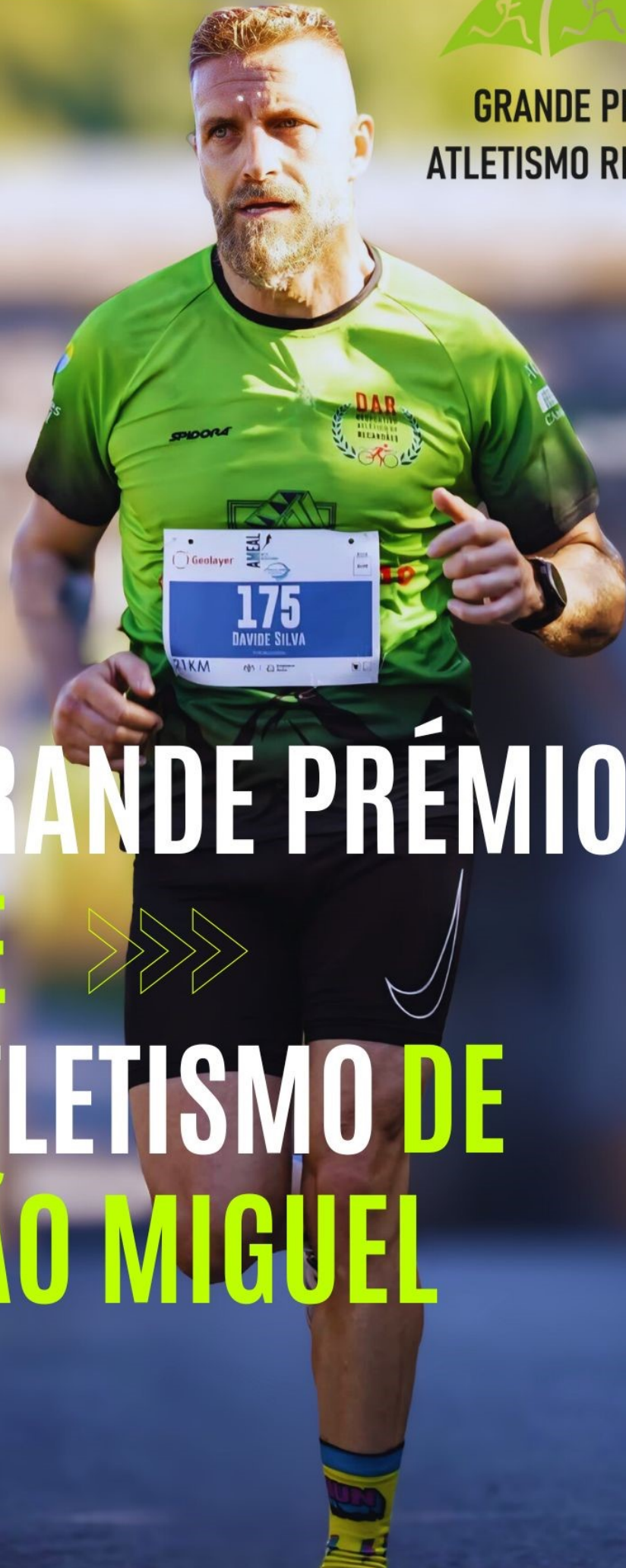
Joana Campos 96 6312711

Vânia Baptista 91 6182616

[darecardães@hotmail.com](mailto:darecardães@hotmail.com)



GRANDE PRÉMIO  
ATLETISMO RECARDÃES



GRANDE PRÉMIO  
DE >>>  
ATLETISMO DE  
SÃO MIGUEL