

Regulamento

1 – ORGANIZAÇÃO

A Câmara Municipal do Montijo, com o apoio técnico da Xistarca – Promoções e Publicações Desportivas, Lda, irá promover, no próximo dia 20 de Dezembro de 2025, uma corrida pedestre, designada por “Decathlon São Silvestre Montijo”

2- DATA / HORA / LOCAL

A prova realiza-se no dia 20 de Dezembro de 2025, a partir das 16h30, com partida na Frente Ribeirinha e chegada na Praça da República, no Montijo.

3 – PERCURSO / DISTÂNCIA / HORÁRIO

A **Kids Race de 500m** com partida e chegada na Frente Ribeirinha marcada para as 16h30.

A **corrida de 10km** com partida marcada para as 17h00:

Partida na Frente Ribeirinha \ Moinho de Maré \ Jardim do Largo dos Pescadores \ Av. dos Pescadores \ Av. Luís de Camões \ Av. de Portugal \ Av. de Olivença \ Av. D. João II \ Rua das Naus \ Via Circular Externa \ Rotunda da BP (entrada na ciclovia) \ Ciclovia paralela à Rua Vasco da Gama (Rotunda do Mercadona) \ Atravessar a Rua José Mundet \ Ciclovia até à antiga Estação dos Comboios \ Largo da Estação \ Rua José Sousa Rama (atravessar a Rua José Joaquim Marques) \ Rua Agostinho Forte \ Rua Almirante Cândido dos Reis \ Rua do Hospital (virar na Farmácia Montepio) \ Rua da Cruz \ Praça 5 de Outubro \ Praça da República



A **Caminhada de 5km** com partida marcada para as 17h15:



Partida na Frente Ribeirinha \ Direção à Praça Gomes Freire de Andrade \ Travessa Miguel Pais \ Cais dos Vapores \ Ponte Ribeirinha \ Moinho de Maré \ Rua do Esteiro da Quebrada \ Rua Dr. Manuel da Cruz Júnior \ Entrar no trilho no Jardim do Saldanha \ Utilizar a Ciclovia da Rua Cidade de Guimarães \ Passar por trás do Estabelecimento Prisional na Ciclovia \ Utilizar a Ciclovia na Av. Fialho Gouveia \ Av. Luís de Camões (sentido contrário ao trânsito) \ Av. Paulino Gomes (trilho do Parque Municipal) \ Av. João XIII \ Rua Comandante Francisco da Silva Júnior \ Av. dos Pescadores \ Praça da República

4 – ABASTECIMENTOS

Corrida 10km: Abastecimento aos 5km e na meta

Caminhada 5km e Kids Race: Abastecimento na meta

5 – DURAÇÃO

A prova terá a duração máxima de 2h. Após este período de tempo será restabelecida a circulação automóvel em todo o percurso.

6 – Inscrições

Data/Prazo	Corrida 10 km	Caminhada 5 km	Kids Race
Até 29 out	7 €	5 €	gratuito
Até 19 nov	8 €	6 €	gratuito
Até 17 dez	9 €	7 €	gratuito
Última hora	10 €	8 €	3 €

6.1 – LOCAIS DE INSCRIÇÃO

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

As inscrições de última hora poderão ser realizadas nos locais da entrega de kit participante, nos horários definidos

7 – KIT ATLETA

7.1 – COMPOSIÇÃO

O kit do atleta será composto por:

T-shirt técnica, dorsal personalizado, Chip para a prova de 10km, Medalha Finisher, 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

O levantamento do kit de atleta deverá ser realizado nas seguintes datas:

» **19 de Dezembro de 2025**, 6ª feira , entre as 10h00 e as 20h00, na decathlon Montijo.

» **20 de Dezembro de 2025**, Sábado , entre as 10h00 e as 13h00, na decathlon Montijo.

» **20 de Dezembro de 2025**, Sábado , entre as 15h00 e as 17h00, no local da prova.

Para o levantamento do kit deverá ser apresentado o comprovativo de inscrição da plataforma de inscrição recebido 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 masculina e feminina terão direito a subir ao pódio e receber o troféu correspondente.

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

» Troféus aos 3 primeiros classificados da Geral (M/F)

» Troféus aos 3 primeiros classificados por Escalão (M/F)

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

Todos os atletas que cortem a linha de meta terão direito a uma recordação da prova 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 na prova dos 10km, sem limite de idade na caminhada de 5km e até aos 12 anos na kids race, desde que devidamente inscritos.

11– ESCALÕES

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 55 anos); Vet V (55 a 59 anos); Vet VI (60 a 64 anos); Vet VII (65 a 69 anos) e Vet VIII (+ 70 anos).

12 – COMPORTAMENTOS ANTIDESPORTIVOS

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
- ✓ 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.

13 – FORÇAS DE SEGURANÇA E APOIO MÉDICO

O planeamento e controlo do trânsito automóvel é da responsabilidade da GNR, 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.

14 – 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.

Nota: em caso de algum acidente dos participantes e que tenham recorrido ao SN Saúde, devem comunicar no prazo de 3 dias para geral@xistarca.pt, para receberem, preencherem e reenviarem o documento de participação do acidente para serem ressarcidos dos custos dessa assistência médica.

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

15 – 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.

16 – 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

17 – ALTERAÇÃO DE DADOS

É possível a alteração dos dados dos participantes, até ao dia 14 de Fevereiro, contactando diretamente a organização para o email geral@xistarca.pt.

No dia da prova não são aceites alterações.

18 – 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 – info@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.