

Regulamento

1 – ORGANIZAÇÃO

A Rotary Distrito 1960 e a Xistarca – Promoções e Publicações Desportivas, Lda, irão promover, no próximo dia 31 de Maio de 2026, uma corrida pedestre na extensão de, aproximadamente, 8.000 metros, designada por “3ª Corrida pela Saúde Mental”.

2- DATA / HORA / LOCAL

A prova realiza-se no dia 31 de Maio de 2026, a partir das 10h00, com partida e chegada no Parque Urbano do Jamor, junto ao Lago da Canoagem.

A *corrida de 8km e caminhada*, com partida marcada para as 10h00, realiza o seguinte percurso:



3 – ABASTECIMENTOS

A prova dos 8km terá abastecimento aos 4km e meta.

A prova dos 4km terá abastecimento na meta.

4 – DURAÇÃO

A prova terá a duração máxima de 1h30. Após este período de tempo será restabelecida a circulação em todo o percurso.

5 – INSCRIÇÕES

5.1 – VALORES/PRAZOS

	CORRIDA 10KM	CAMINHADA 5KM
Até 28 de fevereiro	9,00€	9,00€
Até 31 de março	12,00€	12,00€
Até 30 de abril	15,00€	15,00€
Até 15 de maio	18,00€	18,00€
Última-hora*	18,00€	18,00€

Não existe devolução após a inscrição.

5.2 – 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

6 – KIT ATLETA

6.1 – COMPOSIÇÃO

O kit do atleta será composto por:

T-shirt, um dorsal, um chip (apenas corrida 8km), medalha, e outras possíveis ofertas;

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.

6.2 – LEVANTAMENTO KIT

O levantamento do kit de atleta deverá ser realizado:

» 29 maio, 6ª feira, entre as 10h00 e as 18h30, nas instalações da Xistarca, Calçada da Tapada, 71A, Lisboa

» 31 maio, Domingo, entre as 8h30 e as 9h30, nas instalações da Xistarca, Calçada da Tapada, 71A, Lisboa

» 31 maio, domingo, entre as 8h30 e as 9h30, no local da partida, com um custo associado de 3.00€ ou de 5.00€ para quem não efetuou a compra do extra aquando da inscrição online

7 – 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.

8 – PRÉMIOS

Os três primeiros classificados da geral terão direito a subir ao pódio e receber o troféu correspondente.

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.

9 – 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 8km, desde que devidamente inscritos.

10– 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 54 anos); Vet V (55 a 59 anos); Vet VI (60 a 64 anos); Vet. VII (65 a 69 anos) e Vet VII (+70 anos).

11– 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.

12–APOIO MÉDICO

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.

13– 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.

14– 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.

15– 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

15– ALTERAÇÃO DE DADOS

É possível a alteração dos dados dos participantes, até ao dia 20 de Maio, contactando diretamente a organização para o email geral@xistarca.pt. No dia da prova não são aceites alterações.

16– 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.