



ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE LERIA

Estádio Municipal de Leiria – Apartado 552

Ec Marrazes - 2416- 904 Leiria

Telef. 244 827 580 Fax 244 812 972

E-mail: assleiria@adal.pt

www.adal.pt

ÉPOCA 2026 / 2027 PARECER Nº 05 SOBRE PROVA DE ATLETISMO

Nome da Prova: 1.ª Corrida Run Vida por Vida 2026

Organização: Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de São Martinho do Porto

Local da Realização: São Martinho do Porto

Data da Realização: 3 de outubro de 2026

PARECER:

Face ao regulamento apresentado e que se anexa, depois de devidamente analisado, a Associação Distrital de Atletismo de Leiria concede o **parecer favorável** à realização da prova acima referida, pelo que o Organizador se obriga a realizá-la de acordo com o estabelecido no Regulamento.

NOTA:

Compromete-se igualmente a garantir a presença da assistência médica necessária, das forças de segurança e da contratação dos Seguros de Responsabilidade Civil e Desportivos obrigatórios por lei.

Data: 5 de agosto de 2026



A Direção da ADAL
(Miguel Saraiya)

Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de São Martinho do Porto

Regulamento da Prova

“Run Vida Por Vida”

(03-10-2026)

RUN

CORRIDA 5KM

VIDA POR VIDA

 **DATA**
3 OUTUBRO 2026

 **INSCRIÇÕES
BREVEMENTE**

**CORRE.
SUPERA-TE.
ALCANÇA MAIS.**


DESAFIA OS TEUS LIMITES!

O presente documento tem por objetivo definir e regular o programa adotado pela Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de São Martinho do Porto para a monitorização de participantes na Prova de 5km e na caminhada, sendo elaborado em conformidade com a legislação portuguesa aplicável a eventos desportivos, nomeadamente no que respeita a segurança, seguro desportivo e ocupação da via pública. Este regulamento só deverá ser aplicado no evento “Run Vida por Vida”, organizado pelos Bombeiros Voluntários de São Martinho do Porto.

A promoção deste evento enquadra-se nos objetivos estatutários dos Bombeiros Voluntários de São Martinho do Porto designadamente, no fomento da prática de atividades físicas e estilos de vida saudáveis.

1. ORGANIZAÇÃO

A organização da Corrida “Run Vida por Vida” é da responsabilidade da Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de São Martinho do Porto, em parceria com o São Martinho Run, a Câmara Municipal de Alcobaça e a Junta de Freguesia de São Martinho do Porto.

2. PROGRAMA HORÁRIO/DISTÂNCIAS

A Corrida irá realizar-se no dia 03 de outubro de 2026, às 17h00, com partida e chegada no Quartel dos Bombeiros Voluntários de São Martinho do Porto e irá percorrer as ruas da vila.

- CORRIDA 5KM – 17h00
- CAMINHADA – 16h45



3. ESCALÕES EM COMPETIÇÃO

Hora	Escalaão	Género	Ano/Idade	Distância
17h00	Juniores	Masc/Fem	2007/2008	5 km
	Seniores	Masc/Fem	2006 e antes	
	Vet 35	Masc/Fem	35 a 39	
	Vet 40	Masc/Fem	40 a 44	
	Vet 45	Masc/Fem	45 a 49	
	Vet 50	Masc/Fem	50 a 54	
	Vet 55	Masc/Fem	55 a 59	
	Vet 60	Masc/Fem	60 a 64	
	Vet 65 +	Masc/Fem	65 e mais	
16h45	Caminhada	Masc/Fem	Todos	Aprox. 5 km

Nota: Os escalões de Juniores e Seniores são considerados ao ano civil em que os atletas atingem as idades estipuladas (ou seja, 31 de dezembro). Relativamente aos atletas Veteranos, a mudança de categoria efetuar-se-á no dia em que o atleta perfaz as idades referidas no quadro acima.

4. COMPETIÇÃO – INFORMAÇÃO LOGÍSTICA

A competição terá partida e chegada em frente ao quartel dos Bombeiros Voluntários de São Martinho do Porto.

- **Secretariado:** no quartel dos Bombeiros, em local devidamente assinalado.
- **Wc:** no quartel dos Bombeiros.
- **Balneários:** Pavilhão gimnodesportivo (a 400metros do quartel)

Percursos:

Corrida 5km

Caminhada 5km

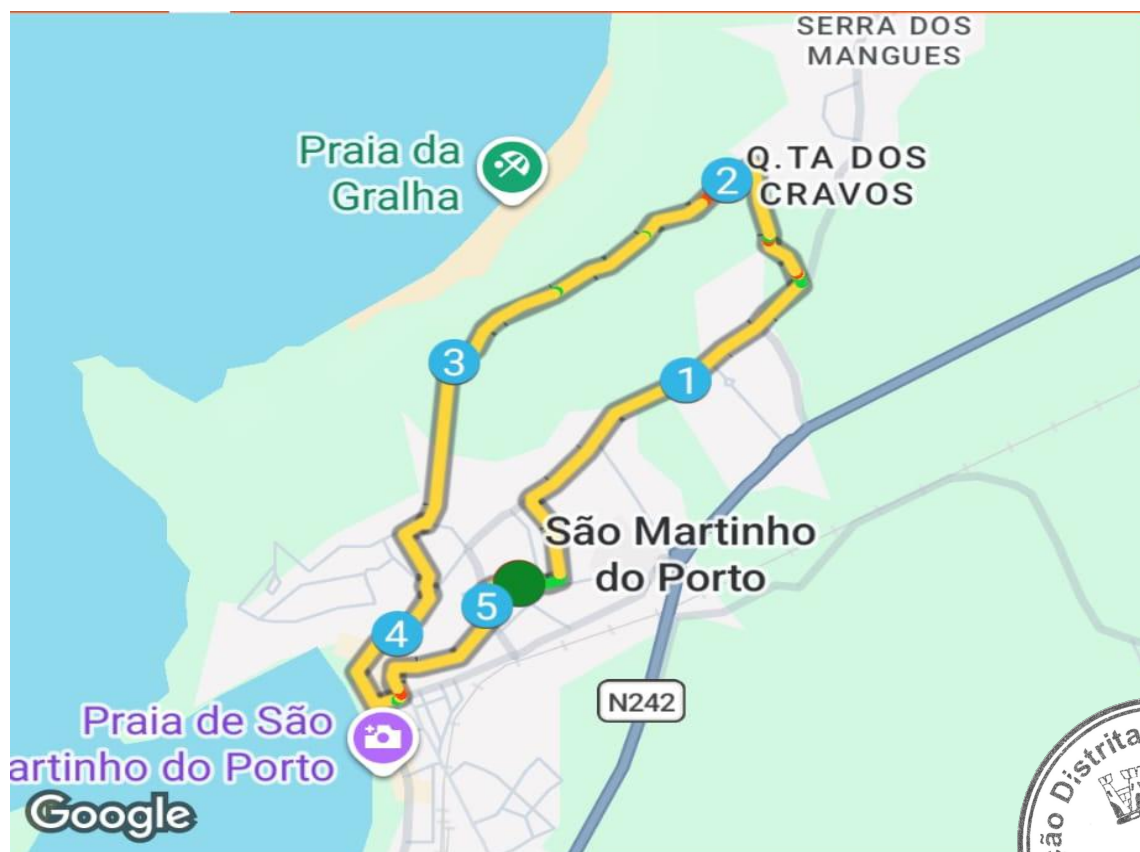


Mapas:

Corrida 5km



Caminhada 5km



- O percurso da prova de 5km e o percurso da caminhada serão devidamente marcados de forma a que não sejam exigidas capacidades de orientação ao participante.
- A marcação será realizada através de setas marcadas no solo e placas informativas para cada quilometro, bem como através de elementos da organização do evento, devidamente identificados.
- O trânsito encontrar-se-á encerrado, para garantir a segurança de todos os participantes.
- A prova terá o limite máximo de 1h30 para a sua realização, após esse período o trânsito será reaberto.

5. INSCRIÇÕES

As inscrições decorrem entre o dia 01 de Agosto ate ao dia 25 Setembro e podem ser efetuadas através do website (www.bvsmp.pt)

Custos de participação:

Corrida RUN VIDA POR VIDA- 5KM

Fase de Inscrição	Preço	Kit de Sandes
Geral-1ª fase: 01 a 20 Agosto	10 €	15 €
Geral-2ª fase: 21 Agosto a 10 Setembro	12 €	17 €
Geral-3ª fase: 11 a 25 Setembro	14 €	19 €

CAMINHADA RUN VIDA POR VIDA

Fase de Inscrição	Preço	Kit de Sandes
Geral-1ª fase: 01 a 20 Agosto	10 €	15 €
Geral-2ª fase: 21 Agosto a 10 Setembro	12 €	17 €
Geral-3ª fase: 11 a 25 Setembro	14 €	19 €



- As inscrições estão limitadas a 500 participantes na corrida de 5km e 250 participantes na caminhada.
- A inscrição só é validada após o pagamento ser efetuado.
- A inscrição é pessoal e intransmissível.
- As inscrições serão encerradas assim que se atinjam os limites definidos.
- É possível adquirir apenas a senha (para acompanhantes), para a sandes no final do evento, através do e-mail: ahbvsmartinhoporto@sapo.pt ou através do contacto telefónico 262 985 105.

6. KIT DE ATLETA

Corrida 5km: O kit é composto por dorsal com chip, t-shirt técnica alusiva ao evento, brindes diversos.

Caminhada: O kit é composto por dorsal sem chip, t-shirt técnica alusiva ao evento, brindes diversos. senha para uma sopa no final do evento.

Kit Sandes: O kit é composto por dorsal, t-shirt técnica alusiva ao evento, brindes diversos. Senha para uma sopa, sandes, bebida, peça de fruta no final do evento.

Dorsal:

- O uso do **dorsal é obrigatório** e a sua colocação deve ser feita de forma visível na zona frontal da t-shirt durante toda a prova.
- O chip deverá ser mantido, tal como se encontra, na parte posterior do dorsal.
- A organização não se responsabiliza pela má utilização do dorsal e consequente falha na apresentação dos resultados.



Levantamentos do KIT:

O levantamento do Kit pode ser feito no quartel dos Bombeiros Voluntários nos seguintes dias e horários:

02/10/2026 – das 14h às 20h00

03/10/2023 – das 9h00 às 16h00

- O secretariado encerra às 16h00 do dia 3 de outubro, não sendo possível fazer o levantamento do kit após o fecho do mesmo.

7. ABASTECIMENTOS

A corrida de 5km terá um abastecimento (água) sensivelmente aos 2,5km.

A Caminhada contará, também, com um abastecimento (água) sensivelmente a meio do percurso.

- No final da corrida e caminhada todos os atletas terão direito a água e uma peça de fruta.
- Haverá ainda uma sopa para todos os participantes, durante a entrega de prémios.



8. COMPORTAMENTO DESPORTIVO

- Os participantes devem reunir condições de saúde necessárias à prática desportiva. Após a inscrição assumem que se sentem física e psicologicamente preparados para o esforço físico inerente à prova em que irão participar.
- Os atletas devem ser portadores da sua identificação.
- Respeitar a organização e seus voluntários.
- Não atirar lixo para o chão.
- Acudir, sempre que possível, a algum atleta que necessite de ajuda e sinalizar a situação ao elemento da organização/socorro que se encontrar mais próximo.

9. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

As classificações estarão a cargo da SportChip.

A entrega de prémios é feita a partir das 18h00 no quartel dos Bombeiros Voluntários.

A caminhada não terá classificação.

Todos os atletas que terminem a prova receberão uma medalha de finisher.

Serão atribuídos prémios/troféus aos **primeiros classificados da geral** masculina e feminina. E serão, também, atribuídos prémios/troféus aos **3 primeiros classificados** masculinos e femininos de **cada escalão**.



Será ainda atribuído um prémio especial “**Troféu do Bombeiro**”, ao primeiro bombeiro (masculino e feminino).

- Para o prémio “Troféu do Bombeiro”, serão considerados todos os bombeiros que participem na competição.

Haverá um prémio/troféu para a **equipa mais numerosa**.

Qualquer reclamação deverá ser feita à organização no prazo máximo de 1h após a cerimónia de entrega de prémios.

10. ARBITRAGEM

O dispositivo de arbitragem está a cargo do diretor de prova e pelos elementos da organização.

A organização não se responsabiliza por acidentes que ocorram com atletas não inscritos ou que tenham trocado dorsal.

11. DESCLASSIFICAÇÕES

Será desqualificado o participante que:

- Não cumpra o presente regulamento.
- Não cumpra o percurso de forma integral.
- Partilhe o dorsal com outra pessoa, durante parte ou na totalidade do percurso.
- Utilize transportes não autorizados.
- Retire sinalização do percurso.
- Desobedeça às medidas de segurança indicadas pela organização e entidades associadas.



- Falhe um ou mais postos de controlo.
- Perca o Dorsal/Chip.
- Receba ajuda externa durante a competição.
- Participe com o dorsal de outro atleta.

12. SEGUROS

A organização da prova assegura que todos os participantes estão cobertos por seguro de acidentes pessoais durante a realização da competição, mas, não se responsabiliza por quaisquer acidentes com atletas que não estejam devidamente inscritos e cobertos por este seguro.

O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade do atleta que solicita a ativação do seguro.

A organização não assumirá despesas de sinistro, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

13. APOIO E EMERGÊNCIA

- A organização dispõe de equipas de apoio, socorro e emergência para prestar cuidados aos participantes.
- No dorsal, estará impresso o número de emergência da organização.



- A organização dispõe de pessoal de apoio em alguns locais, que podem reter ou até mesmo retirar da prova o participante que não esteja em condições de prosseguir.

14. ANULAÇÃO/SUSPENSÃO DA PROVA

- A organização pode cancelar o evento, sempre que a segurança dos participantes possa estar em causa.
- Em caso de cancelamento, não existe devolução do valor da inscrição e será remarcada uma nova data para a realização do evento.
- Caso as condições climáticas ou ambientais o justifiquem, a partida pode ser atrasada no máximo duas horas, período após o qual, o evento é cancelado e será agendada uma nova data para a sua realização.
- O evento também pode ser suspenso ou anulado por decisão das entidades competentes.
- A organização reserva-se no direito de proceder ao cancelamento ou reagendamento do evento caso o mesmo não atinja um mínimo de inscrições validadas.

15. PUBLICIDADE E DIREITOS DE IMAGEM

- Os participantes são livres de captar imagens e vídeos do evento.
- Os participantes ao inscreverem-se consentem a utilização de imagens provenientes da prova, pela organização, patrocinadores e parceiros.



16. ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO

Ao realizarem a sua inscrição, todos os participantes aceitam o presente regulamento e, em caso de dúvida ou surgimento de uma situação não contemplada no mesmo, devem informar a organização.

Este regulamento poderá sofrer alterações de pormenor, não limitantes dos direitos ora expressos, vigorando sempre a última versão.

