



## **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](mailto:assleiria@adal.pt)

[www.adal.pt](http://www.adal.pt)

# **ÉPOCA 2025 / 2026 PARECER Nº 57 SOBRE PROVA DE ATLETISMO**

Nome da Prova: 3ª Corrida da Lagoa Com Vida 2026

Organização: Centro Cultural Recreativo e Desportivo do Arrimal

Local da Realização: Lagoa Grande, Arrimal

Data da Realização: 20 de Junho 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 Acidentes Pessoais e Responsabilidade Civil obrigatórios por lei.

Data: 6 de maio de 2026



A Direção da ADAL  
(Miguel Saraiva)



## Regulamento 3ª Corrida da Lagoa Com Vida

### 3ª CORRIDA DA LAGOA COM VIDA

#### 1. ORGANIZAÇÃO

O Centro Cultural Recreativo e Desportivo do Arrimal organiza no dia **20 de Junho, pelas 15H00 horas**, a “3ª Corrida da Lagoa Com Vida”, que se regerá pelo presente regulamento.

#### 2. PROGRAMA HORÁRIO/DISTÂNCIAS

Horas	Escalão	Género	Distância
15H00	Bambis (Prova Aberta)	M/F	100M
15H10	Benjamins A	M/F	300M
15H20	Benjamins B	M/F	500M
15H30	Infantis	M/F	1000M
15H45	Iniciados	M/F	2000M
16H10	Juvenis	M/F	3000M
16H40	Juniores	M/F	5000M
	Seniores	M/F	
	Veteranos	M/F	

#### 3. LOCAL DA COMPETIÇÃO

A competição irá realizar-se junto à Lagoa Grande, Arrimal, com partida e chegada num local próximo ao evento “Lagoa Com Vida”, com percurso de piso misto (alcatrão e *tout-venant*).

- O secretariado, devidamente identificado, estará localizado no evento em realização e os atletas devem concentrar-se junto à partida às horas indicadas.
- Os balneários do Parque de Campismo do Arrimal, junto ao CCRD de Arrimal, estarão ao dispor dos atletas.

#### 4. INSCRIÇÕES

##### 4.1. Formalização

- Todas as inscrições devem ser realizadas em [www.fpacompeticoes.pt](http://www.fpacompeticoes.pt) até dia **16 de Junho**. As inscrições são gratuitas.
- Ao realizar a inscrição, os atletas aceitam os termos do presente regulamento.
- Para mais informações, os atletas podem contactar [atletismoccrdarrimal@gmail.com](mailto:atletismoccrdarrimal@gmail.com).

#### 5. DORSAIS E ABASTECIMENTOS

- Os atletas federados devem usar os dorsais de época da ADAL.
- Os atletas devem ser portadores de alfinetes para colocação dos respetivos dorsais.
- No final da prova haverá disponível água e fruta para os atletas.

#### 6. CLASSIFICAÇÕES

- As classificações serão da responsabilidade da ADAL. Os resultados serão publicados no FPAcompetições.

##### 6.1 Classificações Individuais

Haverá classificações individuais para os escalões e géneros indicados no regulamento. Os atletas não podem trocar de escalão, pelo que serão classificados no escalão inscrito desde que este corresponda à sua idade.





## Regulamento 2º Corrida da Lagoa Com Vida

### 7. PRÉMIOS

A cerimónia de entrega dos troféus será realizada durante o decorrer da prova.

Escalaão	Individuais	
	Femininos	Masculinos
Bambis	Troféu 1º, 2º, 3º	Troféu 1º, 2º, 3º
Benjamins A	Troféu 1º, 2º, 3º	Troféu 1º, 2º, 3º
Benjamins B	Troféu 1º, 2º, 3º	Troféu 1º, 2º, 3º
Infantis	Troféu 1º, 2º, 3º	Troféu 1º, 2º, 3º
Iniciados	Troféu 1º, 2º, 3º	Troféu 1º, 2º, 3º
Juvenis	Troféu 1º, 2º, 3º	Troféu 1º, 2º, 3º
Juniores	Troféu 1º, 2º, 3º	Troféu 1º, 2º, 3º
Seniores	Troféu 1º, 2º, 3º	Troféu 1º, 2º, 3º
Veteranos	Troféu 1º, 2º, 3º	Troféu 1º, 2º, 3º

### 8. ARBITRAGEM

O dispositivo de arbitragem da prova estará a cargo da Associação Distrital de Atletismo de Leiria. Os casos omissos na prova serão resolvidos pela ADAL, de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

### 9. RECURSOS

Qualquer reclamação ou protesto tem de ser apresentado por escrito ao Júri da Prova até 30 minutos após a divulgação dos resultados.

### 10. SEGURO

Os participantes que declarem não possuir seguro desportivo serão abrangidos por um seguro de acidentes pessoais de acordo com o definido pelo Decreto-Lei nº 10/2009, de 12 de Janeiro.

A organização declina qualquer responsabilidade com a eventual participação de atletas que não possuam seguro desportivo.

### 11. COMPORTAMENTO DESPORTIVO

Os Atletas devem:

- ser portadores da sua identificação, independentemente de existir qualquer reclamação;
- cumprir o percurso da prova e não obstruir intencionalmente outros atletas. Qualquer tentativa para encurtar a distância da prova, será punida com desclassificação.
- recusar assistências não regulamentares;
- assegurar que se encontram física e psicologicamente aptos a participarem na prova em que se inscrevem, não se responsabilizando a organização por qualquer acidente que eventualmente ocorra;
- **evitar fazer lixo no local da prova.**

### 12. DIRETOR DE PROVA: Carlos Carmino

Arrimal, 23 de abril de 2026

