



AMIGOS DO ATLETISMO DA CHARNECA DE CAPARICA

31º GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO DA CHARNECA DE CAPARICA



REGULAMENTO

Em **15 de Março de 2026** vai realizar-se o “**31º Grande Prémio de Atletismo da Charneca de Caparica**”, prova inserida no Troféu de Almada Atletismo ‘Mário Pinto Claro’ 2025/2026.

Esta prova é também uma prova solidária, pelo que se apela a que os participantes sejam portadores de géneros alimentícios não perecíveis, para apoiar instituições da nossa freguesia.

Ajude-nos a ajudar!

1 - ORGANIZAÇÃO

A organização é da responsabilidade dos **Amigos do Atletismo da Charneca de Caparica** com o apoio da Junta de Freguesia da Charneca de Caparica e Sobreda, da Câmara Municipal de Almada e do Comércio Local.

2 - LOCAL e DATA

As provas realizam-se no dia **15 de Março de 2026**, nas Ruas junto ao Parque Desportivo do Clube, sito na Rua de S. José, 108 – Charneca de Caparica, local assinalado nos croquis juntos, e têm início às 9h 30m..

3 - INSCRIÇÕES

As inscrições são gratuitas e deverão ser feitas na plataforma do Troféu Almada Atletismo, criada para o efeito em: **link – <https://tatletismo-almada.pt/>**, até ao dia **12 de Março de 2026 – 23.59 horas (quinta feira anterior à prova)**, só sendo as mesmas consideradas desde que preenchidos todos os campos que existam para o efeito.

Os Atletas que já se inscreveram no Troféu Atletismo “Mário Pinto Claro” nas provas anteriores de Corrida e Corta Mato, mantêm o mesmo dorsal, não sendo necessário inscreverem-se de novo.

Amigos do Atletismo da Charneca de Caparica
Instituição de Utilidade Pública

Associado Nº. 1992 da Confederação Portuguesa das Colectividades de Cultura, Recreio e Desporto
Filiado Nº 290043 da Federação Portuguesa de Atletismo

SEDE: Rua de S. José, 108 - 2820 - 195 CHARNECA DE CAPARICA

E-Mail: aacc.chcaparica@sapo.pt

<https://www.facebook.com/AACC.AmigosAtletismoCharnecaCaparica/>



AMIGOS DO ATLETISMO DA CHARNECA DE CAPARICA

31º GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO DA CHARNECA DE CAPARICA



FREGUESIA
CHARNECA DE CAPARICA E SOBREDÁ



3.1 - Cada clube pode inscrever um número ilimitado de atletas, mas para **constituir equipa deverá fazer-se representar, no mínimo, por 4.**

3.2 - Poderão participar todos os Atletas Populares e Federados, de ambos os sexos, desde que se encontrem em boas condições físicas, sendo essas da inteira responsabilidade do Atleta ou da Equipa que representa.

3.3 - A organização não se responsabiliza por qualquer acidente ocorrido durante as provas, embora garanta no local a presença de uma ambulância. Todos os Atletas participantes estão cobertos por um seguro desportivo no âmbito do Troféu Almada Atletismo, exceto os atletas federados, que possuem seguro desportivo próprio

Amigos do Atletismo da Charneca de Caparica Instituição de Utilidade Pública

Associado Nº. 1992 da Confederação Portuguesa das Colectividades de Cultura, Recreio e Desporto
Filiado Nº 290043 da Federação Portuguesa de Atletismo

SEDE: Rua de S. José, 108 - 2820 - 195 CHARNECA DE CAPARICA

E-Mail: aacc.chcaparica@sapo.pt

<https://www.facebook.com/AACC.AmigosAtletismoCharnecaCaparica/>



AMIGOS DO ATLETISMO DA CHARNECA DE CAPARICA

31º GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO DA CHARNECA DE CAPARICA



FREGUESIA
CHARNECA DE CAPARICA E SOBREDA



4 – ESCALÕES

FEMININOS

ESCALÃO	ANO de NASCIMENTO
Benjamins A	2017/2018/2019
Benjamins B	2015/20216
Infantis	2013/2014
Iniciados	2011/2012
Juvenis	2009/2010
Juniores	2007/2008
Seniores	1992 a 2006
Veteranas I	1982 a 1991
Veteranas II	1972 a 1981
Veteranas III	1962 a 1971
Veteranas IV	1961 e antes

MASCULINOS

ESCALÃO	ANO de NASCIMENTO
Benjamins A	2017/2018/2019
Benjamins B	2015/20216
Infantis	2013/2014
Iniciados	2011/2012
Juvenis	2009/2010
Juniores	2007/2008
Seniores	1992 a 2006
Veteranos I	1987 a 1991
Veteranos II	1982 a 1986
Veteranos III	1977 a 1981
Veteranos IV	1972 a 1976
Veteranos V	1967 a 1971
Veteranos VI	1962 a 1966
Veteranos VII	1957 a 1961
Veteranos VIII	1956 e antes

4.1 – ESCALÃO ÚNICO – DESPORTO ADAPTADO

Os atletas do Desporto Adaptado são classificados em escalão único, individualizado para Masculinos e Femininos.

4.2 – Os atletas inscritos no DA têm obrigatoriamente de apresentar Declaração Médica certificada do seu grau de deficiência, na 1ª prova em que o atleta é inscrito.

Amigos do Atletismo da Charneca de Caparica **Instituição de Utilidade Pública**

Associado Nº. 1992 da Confederação Portuguesa das Colectividades de Cultura, Recreio e Desporto
Filiado Nº 290043 da Federação Portuguesa de Atletismo

SEDE: Rua de S. José, 108 - 2820 - 195 CHARNECA DE CAPARICA

E-Mail: aacc.chcaparica@sapo.pt

<https://www.facebook.com/AACC.AmigosAtletismoCharnecaCaparica/>



AMIGOS DO ATLETISMO DA CHARNECA DE CAPARICA

31º GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO DA CHARNECA DE CAPARICA



5 - ESCALÕES E PERCURSOS

5.1 - Benjamins A (M/F) - 250 metros - Partida - 9h 30m

Benjamins B (M/F) - 600 metros - Partida - 9h 40m

Infantis (M/F) - 1000 metros - Partida - 9h 50m

Iniciados (M/F) - 1800 metros - Partida - 10h 00m

Juvenis (F/M) e Juniores (F) - 2800 metros - Partida - 10h 20m

Juniores (M), Seniores e Veteranos (as) (F/M) - 7800 metros - Partida - 10h 40m

5.2 - Qualquer atleta que prejudique a corrida ou cometa alguma irregularidade será desclassificado.

6 - CLASSIFICAÇÕES

6.1 - Pontuam todos os atletas participantes, da seguinte forma: 11 pontos ao 1º, 9 pontos ao 2º, até 1 ponto ao 10º classificado. A partir do 10º classificado todos os restantes pontuarão 1 ponto até ao último atleta.

6.2 - Será vencedora a Equipa que somar maior número de pontos no conjunto de todos os escalões.

6.3 - Em caso de igualdade será vencedora a Equipa cujos Atletas obtenham melhor classificação individual.

Amigos do Atletismo da Charneca de Caparica
Instituição de Utilidade Pública

Associado Nº. 1992 da Confederação Portuguesa das Colectividades de Cultura, Recreio e Desporto
Filiado Nº 290043 da Federação Portuguesa de Atletismo

SEDE: Rua de S. José, 108 - 2820 - 195 CHARNECA DE CAPARICA

E-Mail: aacc.chcaparica@sapo.pt

<https://www.facebook.com/AACC.AmigosAtletismoCharnecaCaparica/>



AMIGOS DO ATLETISMO DA CHARNECA DE CAPARICA

31º GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO DA CHARNECA DE CAPARICA



7 - PRÉMIOS

7.1 - COLECTIVOS

Serão atribuídas taças às 10 primeiras equipas.

7.2 - INDIVIDUAIS

- Será atribuída Taça ou Troféu aos vencedores absolutos de ambos os sexos.
- Do 1º ao 3º classificado de cada escalão serão atribuídos medalhões ou troféus.
- Ao 4º e 5º classificado de cada escalão serão atribuídos medalhões.
- Do 6º ao 10º classificado **até ao escalão de Juniores (M/F)** serão atribuídas medalhas.

8 - DISPOSIÇÕES TÉCNICAS

- 8.1** – As reclamações aos resultados em cada prova do Troféu Almada Atletismo, só serão aceites pela Organização da prova se apresentadas, por escrito, até 20 minutos após a sua afixação no local da prova.
- 8.2** – O espaço do Secretariado em cada prova que integre o Troféu, estará vedado para que não se coloquem constrangimentos ao trabalho a realizar.
- 8.3** – Esta prova decorrerá em conformidade com o estabelecido nas **Condições Gerais de Organização e Participação no Troféu Almada Atletismo “Mário Pinto Claro – 2025/2026**
- 9** - Os casos omissos no presente regulamento serão resolvidos pela Organização de acordo com o Regulamento do Troféu de Atletismo “Mário Pinto Claro” e o Regulamento de Provas de Estrada da Federação Portuguesa de Atletismo.

Amigos do Atletismo da Charneca de Caparica
Instituição de Utilidade Pública

Associado Nº. 1992 da Confederação Portuguesa das Colectividades de Cultura, Recreio e Desporto
Filiado Nº 290043 da Federação Portuguesa de Atletismo

SEDE: Rua de S. José, 108 - 2820 - 195 CHARNECA DE CAPARICA

E-Mail: aacc.chcaparica@sapo.pt

<https://www.facebook.com/AACC.AmigosAtletismoCharnecaCaparica/>



AMIGOS DO ATLETISMO DA CHARNECA DE CAPARICA

31º GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO DA CHARNECA DE CAPARICA



Nota final – Os resultados de cada prova integrada no Troféu de Almada Atletismo “Mário Pinto Claro”, serão divulgados no site da Autarquia de Almada na internet, preferencialmente no 1º dia útil a seguir à sua realização, assim como na plataforma <https://tatlletismo-almada.pt/>

CONTACTOS da ORGANIZAÇÃO: aacc.chcaparica@sapo.pt

Telefone – 212 962 779

Telemóvel – 933 267 013 (Madalena Mota)

Amigos do Atletismo da Charneca de Caparica
Instituição de Utilidade Pública

Associado Nº. 1992 da Confederação Portuguesa das Colectividades de Cultura, Recreio e Desporto
Filiado Nº 290043 da Federação Portuguesa de Atletismo

SEDE: Rua de S. José, 108 - 2820 - 195 CHARNECA DE CAPARICA

E-Mail: aacc.chcaparica@sapo.pt

<https://www.facebook.com/AACC.AmigosAtletismoCharnecaCaparica/>