



**UNIÃO DAS FREGUESIAS DE S. LOURENÇO DE MAMPORÇÃO  
E S. BENTO DE ANA LOURA  
Município de Estremoz**

---

## **REGULAMENTO**

### **CAMINHADA DO COZIDO DE GRÃO**

**União das Freguesias de S. Lourenço de Mamporcão e S. Bento de Ana Loura**

#### **1. Apresentação**

A Caminhada do Cozido de Grão é uma iniciativa promovida pela União das Freguesias de S. Lourenço de Mamporcão e S. Bento de Ana Loura, com o objetivo de proporcionar aos participantes um momento de convívio, atividade física e valorização do território e das tradições locais.

A caminhada terá carácter lúdico e não competitivo, destinando-se a participantes de todas as idades, sem classificação competitiva.

#### **2. Data, local e percurso**

|                                 |                                |
|---------------------------------|--------------------------------|
| Data                            | 8 de novembro de 2026          |
| Local de concentração / partida | Edifício da Junta de Freguesia |
| Hora de concentração            | 9h00                           |
| Hora de partida                 | 10h00                          |
| Distância aproximada            | 9 km                           |
| Local de chegada                | Edifício da Junta de Freguesia |

O percurso será previamente definido e divulgado pela organização. A distância indicada poderá ser ajustada após a confirmação e medição do percurso.

#### **3. Condições de participação**

A participação na caminhada pressupõe a aceitação do presente Regulamento e o cumprimento das indicações transmitidas pela organização.

Os participantes deverão adotar uma conduta de respeito pelos restantes participantes, pela organização, pelo espaço público, pelo património e pelo ambiente.

#### **4. Inscrições**

As inscrições deverão ser efetuadas, preferencialmente, através da plataforma ACORRER, disponível em <https://acorrer.pt>.



**UNIÃO DAS FREGUESIAS DE S. LOURENÇO DE MAMPORCÃO  
E S. BENTO DE ANA LOURA  
Município de Estremoz**

---

Os participantes que tenham dificuldade em efetuar a inscrição através da plataforma poderão dirigir-se à União das Freguesias de S. Lourenço de Mamporcão e S. Bento de Ana Loura, onde poderão solicitar apoio na realização da inscrição.

Para efeitos de inscrição poderão ser solicitados os dados necessários à identificação do participante e à organização do evento.

O período de inscrições decorrerá de 19/10/2026 até 1/11/2026 ou até ser atingido o limite de 160 participantes.

#### **5. Pagamento / valor da inscrição**

O valor da inscrição é de 10 € por participante.

Caso a inscrição seja efetuada através da plataforma eletrónica, o respetivo procedimento de pagamento será divulgado juntamente com as instruções de inscrição.

#### **6. Programa**

| Hora        | Atividade                                    |
|-------------|----------------------------------------------|
| 9h00        | Abertura / receção dos participantes         |
| 9h00 – 9h45 | Concentração e acolhimento dos participantes |
| 9h45        | informações sobre o percurso e segurança     |
| 10h00       | Início da caminhada                          |
| 12h00       | Chegada / convívio                           |
| 13h00       | Cozido de grão / refeição                    |

#### **7. Segurança e comportamento durante o percurso**

- Os participantes deverão seguir o percurso definido e respeitar as indicações da organização.
- Sempre que o percurso inclua vias abertas à circulação automóvel, os participantes deverão cumprir as regras de segurança e o Código da Estrada aplicável aos peões.
- Não é permitido abandonar resíduos ao longo do percurso.
- Os participantes deverão manter uma atitude de entreaajuda e respeito pelos demais participantes.



**UNIÃO DAS FREGUESIAS DE S. LOURENÇO DE MAMPORÇÃO  
E S. BENTO DE ANA LOURA  
Município de Estremoz**

---

#### **8. Material recomendado**

- Calçado adequado ao percurso.
- Vestuário adequado às condições meteorológicas.
- Água ou outro recipiente para hidratação.
- Telemóvel com bateria suficiente.

#### **9. Responsabilidade dos participantes**

Cada participante deverá assegurar que reúne condições físicas adequadas à realização da caminhada e deverá agir de forma responsável durante todo o percurso.

A organização deverá ser informada de qualquer situação que possa comprometer a segurança do participante ou de terceiros.

#### **10. Seguro**

A existência e as condições do seguro aplicável ao evento serão definidas pela organização e divulgadas aos participantes.

#### **11. Cancelamento ou alteração do evento**

A organização poderá alterar o percurso, horários ou outras condições do evento sempre que tal se revele necessário por motivos de segurança, condições meteorológicas ou outras circunstâncias que possam afetar a realização da iniciativa.

Qualquer alteração relevante será comunicada aos participantes pelos meios disponíveis.

#### **12. Proteção de dados pessoais**

Os dados pessoais recolhidos no âmbito da inscrição serão tratados pela União das Freguesias de S. Lourenço de Mamporcão e S. Bento de Ana Loura para as finalidades relacionadas com a organização da caminhada, nos termos da legislação aplicável em matéria de proteção de dados.

Os participantes serão informados, no momento da inscrição, sobre o tratamento dos seus dados e, quando aplicável, sobre a utilização de imagem.



**UNIÃO DAS FREGUESIAS DE S. LOURENÇO DE MAMPORCÃO  
E S. BENTO DE ANA LOURA  
Município de Estremoz**

---

**13. Disposições finais**

Os casos omissos no presente Regulamento serão apreciados e decididos pela organização, tendo em consideração as regras de segurança e o bom funcionamento da iniciativa.

*S. Lourenço de Mamporcão, 8 de outubro de 2026*

**A Organização**

União das Freguesias de S. Lourenço de Mamporcão e S. Bento de Ana Loura

*Mar Filipe José Gonçalves*