



PROPOSTA DE REGULAMENTO

1. DESCRIÇÃO DA PROVA

A 12ª edição da "Night Run Seaside – Vendas Novas", é um evento desportivo que está integrado no mês das Comemorações do Dia Internacional da Mulher, sendo a sua organização da responsabilidade do Município de Vendas Novas.

A 12ª Night Run, vai ter o apoio/patrocínio oficial da Seaside.

Esta corrida/caminhada noturna de âmbito popular é aberta a participantes de ritmos moderados ou principiantes, bem como a participantes que procuram uma corrida rápida para conseguir uma boa marca pessoal, mas que em comum partilham o gosto pela corrida e procuram modelos de prática desportiva saudável.

O Município de Vendas Novas convida também todas as mulheres para uma prova extra, denominada **"100m de Saltos Altos"**. Esta corrida tem uma extensão de 100 metros, destina-se a participantes com idade igual ou superior a 16 anos e obriga à utilização de sapatos de salto alto de altura mínima de 4cm, não compensados. Não são admitidas participantes que se apresentem com sapatos tipo plataforma ou botas, mesmo que o calçado cumpra a altura mínima. O calçado é inspecionado e validado no local no sentido do cumprimento dos requisitos referidos.

2. DATA, HORÁRIO E LOCAL

A prova decorre no dia 13 de março de 2026.

Horas das partidas:

- 20h45 – (prova extra) 100m de Salto Alto;
- 21h00 – Caminhada 4 km (Mulheres/Homens);
- 21h30 – Corrida 7 km (Mulheres);
- 21h30 – Corrida 7 km (Homens);

As partidas realizam-se na Avenida 25 de Abril, junto ao Parque Desportivo.

3. DISTÂNCIA E PERCURSO



- 100m Salto Alto (prova extra) – 100 metros.
- Caminhada - distância aproximada a 4km (1 volta).
- Corrida - distância 7km (2 volta).

4. INSCRIÇÕES

A prova é de cariz popular e aberta a participantes de ambos os sexos, em representação de coletividades, organizações populares, grupos desportivos de empresas, outros organismos e pessoas individuais. As inscrições são limitadas a 1.500 participantes.

As inscrições podem ser efetuadas no Serviço de Desporto (a funcionar nas Piscinas Municipais) ou *online* em www.cm-vendasnovas.pt nas seguintes condições:

- **Inscrições até 8 de março – 3€ por participante** (inclui dorsal e t-shirt não personalizados);
- **Inscrições de 9 a 11 de março – 4€ por participante** (inclui dorsal e t-shirt não personalizados);
- O pagamento da inscrição (valor de acordo com a data do registo da inscrição) tem de ser efetuado na secretaria das Piscinas Municipais de Vendas Novas ou através de multibanco, **até ao dia 11 de março**;
- As inscrições só são consideradas aceites quando estiverem pagas;
- **A organização só garante a entrega da lembrança (t-shirt) às inscrições pagas até ao dia 11 de março**;
- **As participantes femininas no ato da inscrição para a corrida ou caminhada devem indicar se também vão participar na “100m Saltos Altos”**;
- As inscrições poderão encerrar em qualquer data, logo que seja atingido o limite das 1.500 inscrições pagas.

5. VERTENTE SOLIDÁRIA

A Night Run Seaside assume um caráter solidário, com 1€ do valor da inscrição a reverter para uma associação de cariz solidário a definir oportunamente.



6. PARTICIPAÇÃO

A prova pode ser feita a correr ou a caminhar e é aberta a participantes femininos e masculinos.

Será atribuída classificação nos escalões de absolutos femininos e absolutos masculinos e na prova extra "100m Saltos Altos" no escalão absolutos femininos.

A participação de atletas maiores de idade implica que, no ato da inscrição, o conhecimento e concordância face às regras e condições de participação e a aceitação do termo de responsabilidade (Anexo I a este Regulamento - disponível em www.cm-vendasnovas.pt).

A participação de atletas com idade inferior a 18 anos está sujeita à entrega de um termo de responsabilidade por parte dos pais ou encarregado de educação (Anexo II a este Regulamento e disponível em www.cm-vendasnovas.pt), juntamente com a inscrição ou no momento de levantamento do dorsal de participação.

7. IDENTIFICAÇÃO INDIVIDUAL

Todos os participantes, até final da prova, deverão vestir a t-shirt e o dorsal fornecido pela organização.

8. ESCALÕES

Absolutos Femininos e Absolutos Masculinos (corrida e caminhada).

Absolutos Femininos (Prova extra: 100m Saltos Altos).

9. CRONOMETRAGEM

A cronometragem eletrónica das corridas de 7 km (masculina e feminina) é efetuada através de chip.

A prova extra tem cronometragem manual.

A organização responsabiliza-se pela recolha do chip no funil de chegada.



A caminhada não é cronometrada.

10. SUPERVISÃO

A prova é supervisionada pelos juízes da Associação de Atletismo de Évora.

11. PRÉMIOS

São atribuídos prémios em géneros (vale oferta e/ou lembranças) às primeiras 3 classificadas femininas na Corrida 7km.

São atribuídas lembranças aos 3 primeiros classificados Absolutos Masculinos na Corrida 7km.

São atribuídas lembranças às 3 primeiras classificadas na prova extra "100m Saltos Altos".

12. ABASTECIMENTO

A organização garantirá o abastecimento de água no final do percurso.

13. SEGUROS

Todos os participantes estão cobertos por seguro de acidentes pessoais.

14. DISPOSITIVO DE SEGURANÇA E TRÂNSITO

A GNR, em sintonia com o Município de Vendas Novas, organiza a segurança do evento e orientação do trânsito.

O percurso será encerrado ao trânsito, permitindo-se apenas a circulação de viaturas indispensáveis a condução da prova, assistência e informação, devidamente autorizadas.

15. DISPOSITIVO DE ASSISTÊNCIA DE EMERGÊNCIA

Os Bombeiros Voluntários de Vendas Novas asseguram o socorro no respetivo evento.



16. DIVERSOS

A organização alerta para a necessidade dos participantes assegurarem que, em relação ao seu estado de saúde, não apresentam qualquer impedimento ou restrição à prática da atividade física associada à prova. Pela sua aptidão física serão responsáveis os Clubes ou entidades que procederem à sua inscrição, os próprios participantes ou os pais ou encarregados de educação dos menores de 18 anos de idade.

17. CASOS OMISSOS

Todos os casos omissos serão resolvidos pelo Município de Vendas Novas, pelos seus serviços ou órgãos competentes



Anexo I

Ao efetuar a minha inscrição na "Night Run Seaside – Vendas Novas 2026", aceito e concordo com as seguintes condições de participação:

Atesto que sou fisicamente apto e que não fui advertido por nenhum profissional de saúde qualificado para alguma ou qualquer condição que me impeça de participar neste evento; Assumo desta forma, em meu nome e de qualquer outra pessoa ou entidade que possa reivindicar ou instaurar processo em meu nome, e reconheço expressamente que é minha intenção:

Aceitar as regras e condições de participação da atividade "Night Run Seaside – Vendas Novas 2026";

Dispensar e libertar de toda e qualquer reclamação ou responsabilidade, nomeadamente também através de processo judicial, por perdas e danos de qualquer tipo, incluindo perdas económicas que decorram ou se relacionem com a minha participação, incluindo deslocação de ou para o evento, à entidade organizadora e a todas as entidades patrocinadoras, parceiras ou colaboradores do evento e todas as pessoas que se encontrarem em representação destas entidades no evento;

Reconheço e assumo todos os riscos eventualmente existentes no percurso, nomeadamente:

Trânsito;

Acidentes;

Efeitos meteorológicos;

Equipamentos defeituosos;

Estado do percurso ou zonas anexas a partidas e chegadas;

Qualquer acidente provocado por outros participantes, espectadores, voluntários ou os membros da organização;

Autorizo o uso do meu nome e/ou imagens relativas há minha participação no evento e renuncio a qualquer compensação futura pelo uso da minha imagem.

Afirmo por este meio que tenho dezoito (18) anos de idade ou mais, que li este documento e que compreendi o seu conteúdo.



Anexo II

Para menores de dezoito (18) anos de idade, o pai, mãe ou responsável legal aceita e concorda com as condições descritas no Anexo I, confirmando que tem a capacidade jurídica e a autoridade para agir em nome do menor inscrito.

Para o efeito vai assinar termo de responsabilidade anexo (anexo II) que deverá ser entregue à organização para efeitos de levantamento do dorsal de participação.

Termo de responsabilidade para atleta menor de 18 anos

Eu (nome)	
Data Nascimento	
Portador do BI/CC	
Morador/Rua	
Código Postal	
Localidade	

Na qualidade de (pai, mãe, encarregado de educação) do atleta:

Nome	
Data Nascimento	
Portador do BI/CC	

Para os devidos efeitos e sob minha inteira responsabilidade, declaro:

Não possuir, o menor, quaisquer contraindicações médicas para a prática das atividades físicas a desenvolver no âmbito "Night Run Seaside – Vendas Novas 2026";

Que é da minha inteira responsabilidade assegurar previamente à participação, do estado de aptidão física do menor para o exercício daquelas atividades de acordo com o estabelecido na lei n.º 5/2007, de 16 de janeiro (lei de bases da atividade física e do desporto), n.º 2 do artigo 40.º;

Que com a presente declaração e por minha livre e expressa vontade, prescindindo de apresentar atestado médico que comprove a aptidão física do menor;

Que a participação é efetuada por livre vontade do menor e que assumo a responsabilidade pelos riscos inerentes à sua participação.

Vendas Novas, ____ de _____ de 2026



VENDAS NOVAS
MUNICÍPIO

Regulamento
12.ª Night Run Seaside -
Vendas Novas
13 de março de 2026

O declarante

(assinatura conforme documento de identificação)