

REGULAMENTO

NEGRUN 2026



CAPÍTULO I – ENQUADRAMENTO

Artigo 1º - Organização

1. A organização da NEG Run está ao encargo do NEG/AAC - Núcleo de Estudantes de Gestão da Associação de Coimbra. O NEG/AAC é uma associação estudantil sem fins lucrativos e integra 1 dos 4 núcleos da Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra, tendo como principal objetivo, lutar pelos direitos dos estudantes que representa. Sendo um dos 26 Núcleos de Estudantes que integram a Associação Académica de Coimbra (AAC), apresenta um longo historial de credibilidade e competência que nos orgulha enquanto estudantes de Gestão da tão antiga e especial Universidade de Coimbra.

Artigo 2º - Prova, Distância, Data, Local

1. Será realizada uma corrida de 10 km, cronometrada com recurso a tecnologia da responsabilidade da Acorrer, para fins competitivos e lúdicos.
2. Quem pretender, poderá fazer um trajeto de 5 km de caminhada que ocorrerá simultaneamente à corrida, para fins lúdicos.
3. Corrida 10 km: dia 19 de abril, domingo, às 10h, com partida e chegada na cidade de Coimbra. (a)
4. Caminhada 5 km: dia 19 de abril, domingo, às 10h, com partida e chegada na cidade de Coimbra. (a)

(a) A hora de início da corrida e da caminhada poderá sofrer alterações por motivos de força maior a nível organizacional, pelo que cabe à Comissão Organizadora o dever de notificar os atletas das devidas alterações, se tais ocorrerem.

CAPÍTULO II – INFORMAÇÕES GERAIS DA PROVA



Artigo 1º - Percurso

1. Corrida de 10 km.

a. Ponto de partida no Estádio Universitário de Coimbra;

b. Ponto de chegada no Estádio Universitário de Coimbra;

c. O percurso da corrida poderá sofrer alterações devido a imprevistos ou motivos de força maior a nível organizacional.

i. Estas alterações serão feitas apenas se estritamente necessário;

ii. Em caso de necessidade, será alterado o mínimo possível do percurso relativamente ao anunciado, e apenas o suficiente para garantir a viabilidade do evento.

2. Caminhada de 5 km.

a. Ponto de partida no Estádio Universitário de Coimbra ;

b. Ponto de chegada no Estádio Universitário de Coimbra

c. O percurso da caminhada poderá sofrer alterações devido a imprevistos.

i. Estas alterações serão feitas apenas se estritamente necessário;

ii. Em caso de necessidade, será alterado o mínimo possível do percurso relativamente ao anunciado, e apenas o suficiente para garantir a viabilidade da NEGRUN.

Artigo 2º - Blocos de Partida

1. Os participantes deverão apresentar-se no local da partida, com os elementos facultados pela organização - dorsal da respetiva prova - em conformidade com o estabelecido pelo presente regulamento.

2. Os participantes serão inicialmente divididos por 2 blocos: corrida e caminhada.

a. Todos os atletas da corrida deverão estar alinhados na partida, obrigatoriamente, até às 10h;

b. Todos os atletas da caminhada deverão estar alinhados na partida, obrigatoriamente, até às 10h.

3. O tempo será registado quando o atleta passar a linha de chegada, através de cronometragem, cuja responsabilidade é da Acorrer.



Artigo 3º - Duração da Prova

1. A prova tem duração máxima de duas horas e trinta minutos após o início, terminando às 12h30. Após esse período, as autoridades competentes irão restabelecer a circulação automóvel.

Artigo 4º - Sistema de Cronometragem

1. A Corrida Solidária será cronometrada e haverá classificação final pelos escalões reconhecidos pela associação de atletismo de Coimbra.
2. A cronometragem será feita através de um sistema eletrónico, fornecido pela Acorrer.
3. A Caminhada não será cronometrada e não haverá classificação final.
4. A organização garante a todos os inscritos na prova de 10 km um Kit que inclui um sistema de cronometragem através de chip.
 - a. O Sistema de cronometragem deverá ser usado de acordo com as instruções fornecidas antecipadamente ao participante.

Artigo 5º - Abastecimento

1. 10 km - Corrida (Prova Principal): A organização providenciará um abastecimento de água em todos os postos posteriores ao quilómetro 3.
2. 5 km - Caminhada: a organização providenciará abastecimento de água semelhante ao abastecimento da corrida.



CAPÍTULO III – CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

Artigo 1º - Participantes

1. A participação irá ocorrer de forma individual e independente.
2. A participação na corrida está aberta a todos os interessados maiores de 18 anos, desde que se encontrem devidamente inscritos, de acordo com o regulamento.
3. A participação na caminhada está aberta a todos os interessados maiores de idade, ainda a menores de idade, com idade mínima de 6 anos acompanhados de um adulto, que deverá estar também inscrito na caminhada, após aceitação do termo de responsabilidade presente no Capítulo VII. Além disso, todos os participantes da caminhada devem encontrar-se devidamente inscritos, de acordo com o regulamento.
 - a. O termo de responsabilidade afeto ao menor de idade é considerado como aceite após este ser inscrito com um adulto que, ao realizar a inscrição conjunta, aceita em nome do menor o dito termo de responsabilidade.
4. A idade mínima de participação na corrida é de 18 anos, efetuados até à data da prova, segundo as regras da Federação Portuguesa de Atletismo (FPA) para provas com distâncias iguais ou superiores a 10 km.
5. Recomenda-se aos participantes a utilização da T-shirt oficial do evento durante a corrida e caminhada.
6. Não é permitida a participação de atletas sem o respetivo dorsal.
7. Os participantes devem ser portadores de um documento de identificação (Bilhete de Identidade, Cartão de Cidadão, Passaporte ou Carta de Condução), no qual conste a sua data de nascimento, caso seja necessário confirmar a sua idade.
8. Para segurança de todos os intervenientes, não será permitida a participação de pessoas que se desloquem em bicicletas, skates, trotinetes e patins. A organização não aconselha a participação de pessoas com carrinhos de bebé e utilizadores de cadeira de rodas.

Artigo 2º - Limite de Participantes

1. A organização poderá, a qualquer momento, aumentar ou limitar o número de inscrições previstas na prova em função de necessidades/disponibilidades técnicas/estruturais sem aviso prévio.

Artigo 3º - Alteração de Dados

1. O participante que ceder o seu dorsal a outra pessoa e não comunicar à organização até dia 30 de março, formalmente, por escrito para negrungal@gmail.com, será responsável por qualquer acidente ou dano que este atleta venha a sofrer, isentando a responsabilidade da organização da NEGRUN, do NEG/AAC, seus parceiros, apoiantes e órgãos públicos



envolvidos.

Artigo 4º - Seguro

1. Os participantes devem reunir condições de saúde necessárias à prática desportiva, isentando a organização da prova, seus parceiros, apoiantes e órgãos públicos envolvidos de quaisquer responsabilidades.

a. Após a inscrição assumem que se sentem física e psicologicamente preparados para o esforço físico inerente à prova em que irão participar.

2. A organização da prova assegura aos inscritos um seguro de acidentes pessoais.



CAPÍTULO IV – INSCRIÇÕES

Artigo 1º - Prazo e Valor de Inscrição

1. A inscrição na prova é obrigatória, para o regime de corrida e de caminhada.
2. As inscrições serão realizadas através do sistema de inscrição da empresa Acorrer.
3. Os valores de inscrição são os seguintes:
Corrida ou Caminhada: 10€ (euros) para estudante, 12€ (euros) para não estudante.
4. A organização poderá, a qualquer momento, suspender ou prolongar os prazos de inscrição.

Artigo 2º - Método de Inscrição

1. Só serão aceites inscrições online através do preenchimento do formulário de inscrição, disponibilizado no site da Acorrer e com acesso através das redes sociais da NEGRUN.

Artigo 3º - Método de Pagamento

1. Só serão aceites os pagamentos efetuados através dos dados fornecidos pelo NEG/AAC, disponibilizados nos sites de inscrição supramencionados.

Artigo 4º - Cancelamento de Inscrição

1. Tratando-se de uma corrida com fins solidários, cujos fundos revertem a favor do IPOFG de Coimbra, em caso de cancelamento de inscrição não haverá restituição do valor pago, independentemente da fase em que o atleta se inscreveu.



CAPÍTULO V – KIT DE PARTICIPAÇÃO

Artigo 1º - O Kit de Participação

1. O Kit do atleta é constituído por uma t-shirt e um dorsal.

2. Os tamanhos disponíveis da t-shirt para a Corrida Solidária serão:

Adulto: S, M, L, XL e 2XL

Infantil: 4, 8, 12, e 16 (anos)

- a. Os tamanhos serão distribuídos conforme os pedidos efetuados no momento da inscrição;
- b. Caso se verifique rutura de stock em algum dos tamanhos, a organização fornecerá ao atleta um tamanho alternativo.

Artigo 2º - Levantamento do Kit de Participação

1. O levantamento do kit decorrerá em 2 momentos: o primeiro, dias antes da corrida e o segundo no dia da corrida com o local e os horários a anunciar nos meios de comunicação da NEGRUN, com a antecedência apropriada.

2. A recolha do kit de participação pode suceder desde que sejam apresentados os seguintes elementos:

- a. Confirmação da inscrição com o número de dorsal fornecido no momento da inscrição online;
- b. Documento de identificação pessoal válido (Bilhete de Identidade, Cartão de Cidadão, Passaporte ou Carta de Condução).

3. A recolha do kit de participação em nome de outro participante pode suceder desde que sejam apresentados os seguintes elementos:

- a. Confirmação da inscrição do atleta detentor do dorsal recebida na caixa de e-mail após o pagamento;
- b. Documento de identificação válido da pessoa que recolhe o kit: Bilhete de Identidade, Cartão de Cidadão, Passaporte ou Carta de Condução;
- c. Documento de identificação válido do atleta a participar na Corrida: Bilhete de Identidade, Cartão de Cidadão, Passaporte ou Carta de Condução.

Artigo 3º - Kit Final de Participação

1. O atleta com inscrição válida que termine a prova terá direito a uma oferta.

2. A todos os atletas que terminarem a corrida de 10 km e a caminhada de 5 km será enviado um diploma eletrónico de participação para o e-mail fornecido aquando da inscrição.

3. As ofertas de final de prova são exclusivas para os participantes que concluíam o percurso



e atavessem a meta com o dorsal oficial.

CAPÍTULO VI – DONATIVOS

Artigo 1º - Donativos Externos

1. Os participantes, para além da inscrição, terão a oportunidade de contribuir com donativos externos, inteiramente voluntários.
2. Todos os donativos externos serão contabilizados e acrescentados ao montante final angariado, que, posteriormente, será doado ao IPOFG de Coimbra.
3. Os donativos serão feitos integralmente, através da plataforma Acorrer.



CAPÍTULO VII – SEGURANÇA E CONDIÇÕES DO PERCURSO

Artigo 1º - Segurança e Assistência Médica No Percorso

1. É da responsabilidade das forças policiais a gestão, planeamento, controlo e eliminação do trânsito não autorizado no decorrer das provas, bem como a garantia da segurança dos participantes.
2. O trânsito automóvel será cortado, em toda a extensão do percurso, quinze minutos antes da partida. A reabertura do trânsito automóvel será feita duas horas e trinta minutos após a partida.
3. A organização da prova disponibilizará aos participantes apoio médico com ambulância de pronto atendimento durante o percurso.
4. Caso haja necessidade de continuidade do atendimento médico de emergência, este será efetuado no Serviço Nacional de Saúde, sob a responsabilidade do mesmo.
5. A equipa médica terá autoridade para retirar da NEGRUN qualquer participante que não se revele apto a participar ou que tenha recebido cuidados médicos vitais no momento.

Artigo 2º - Condições do Percorso

1. A organização da NEGRUN compromete-se a escolher sempre as melhores vias possíveis, de modo a não colocar em risco os participantes.
2. A organização da NEGRUN não se responsabiliza pelas condições do piso ou pelos defeitos e obstáculos apresentados no trajeto das provas.
3. Os percursos da corrida e caminhada da NEGRUN são aprovados pelas respetivas entidades municipais.

Artigo 3º - Cancelamento da Prova

1. O cancelamento da prova pode ocorrer devido a fatores externos à organização, nomeadamente: catástrofes naturais, greves, manifestações, impossibilidade de usar as vias de circulação de trânsito, impossibilidade de usar telecomunicações, restrições do governo ou nova legislação que condicione a realização da prova, sendo esta decisão comunicada via e-mail.



CAPÍTULO VIII- TERMO DE RESPONSABILIDADE

Artigo 1º - Aceitação do Termo de Responsabilidade

1. Ao se inscreverem, todos os participantes aceitam o presente regulamento e o termo de responsabilidade do ponto seguinte e, em caso de dúvida ou no surgimento de uma situação não contemplada no mesmo, devem informar a organização.

2. A aceitação do presente regulamento confirma que está de acordo com o seguinte termo de responsabilidade:

Declaro que:

a) Li e concordo com o regulamento da NEGRUN, disponibilizado nas redes sociais da NEGRUN e no site da Acorrer;

b) Estou consciente do meu estado de saúde e confirmo possuir todas as condições físicas e psicológicas para participar na NEGRUN;

c) Assumo que não irei participar na NEGRUN se as minhas condições de saúde se alterarem após a inscrição;

d) Ao participar na NEGRUN, autorizo gratuita e incondicionalmente o NEG/AAC e os parceiros da prova a utilizarem a minha imagem. Como tal, cedo todos os direitos de utilização da minha imagem, nomeadamente captada em fotografias e filmagens que terão lugar durante a realização das provas, renunciando ao recebimento de qualquer quantia que venha a ser auferida com a sua divulgação em peças comunicacionais de apoio.

f) Participo na NEGRUN de livre e espontânea vontade, isentando o NEG/AAC, parceiros, diretores, colaboradores e outras empresas ligadas à organização do evento de qualquer responsabilidade resultante da minha participação, antes, durante e depois da mesma, tais como: perda de objetos pessoais, roubo de objetos pessoais, lesões que ocorram fora do percurso estipulado, lesões que ocorram fora do horário da NEGRUN.

No caso de ser menor de idade:

a) Declaro que compreendo que o conteúdo presente neste termo de responsabilidade seja aceite em meu nome pelo adulto acompanhante maior de idade que realizou a inscrição em meu nome.

Artigo 2º - Obrigatoriedade

1. Corrida 10 km:

a. É obrigatório o uso do dorsal, de forma visível e nos locais especificados pela organização;

b. O dorsal é pessoal e intransmissível e encontra-se codificado para o atleta inscrito;

c. O dorsal deve ser colocado na parte frontal da t-shirt, utilizando os alfinetes, também disponibilizados no kit;

d. A organização não se responsabiliza pela falha da apresentação de resultados resultante da má colocação do dorsal.



2. Caminhada 5 km:
 - a. É obrigatório o uso do dorsal, de forma visível e nos locais especificados pela organização;
 - b. O dorsal é pessoal e intransmissível;
 - c. O dorsal deve ser colocado na parte frontal da t-shirt, utilizando os alfinetes, também disponibilizados no kit.
3. Todos os participantes deverão igualmente:
 - a. Cumprir integralmente o percurso estabelecido;
 - b. Ocupar sempre a direita da faixa de rodagem;
 - c. Cumprir as indicações da organização da prova.

Artigo 3º - Desclassificação de Participantes

1. A organização não permitirá a participação na prova/ desqualificará qualquer atleta que:
 - a. Falsifique qualquer elemento relativo à sua inscrição;
 - b. Não se apresente na partida, como indicado no Capítulo II do presente Regulamento;
 - c. Não respeite as instruções da organização;
 - d. Não se encontre em condições físicas e psicológicas para participar;
 - e. Não possua dorsal;
 - f. Não apresente o dorsal na parte frontal da t-shirt e bem visível nos locais especificados pela organização;
 - g. Utilize o dorsal de outro atleta;
 - h. Dobre ou manipule a publicidade do dorsal;
 - i. Utilize inadequadamente o dorsal fornecido;
 - j. Não cumpra a sinalização colocada pela organização e ultrapasse as grades para a partida;
 - k. Não cumpra na totalidade o percurso estabelecido;
 - l. Manifeste comportamento antidesportivo ou prejudique de forma intencional os outros atletas;
 - m. Não respeite os restantes participantes, a própria organização, os agentes de segurança e outros intervenientes de apoio à prova.

Artigo 4º - Escalões e Classificações

1. Para efeitos de classificação na prova de 10 km, e em estrita conformidade com as normas regulamentares da Associação Distrital de Atletismo de Coimbra (ADAC) e da Federação Portuguesa de Atletismo (FPA), os participantes da corrida serão agrupados nos seguintes escalões etários, em ambos os géneros (Masculino e Feminino):



- Sub-20 (Juniões): 18 a 19 anos
 - Sub-23: 20 a 22 anos
 - Seniores: 23 a 34 anos
 - Veteranos M35 / F35: 35 a 39 anos
 - Veteranos M40 / F40: 40 a 44 anos
 - Veteranos M45 / F45: 45 a 49 anos
 - Veteranos M50 / F50: 50 a 54 anos
 - Veteranos M55 / F55: 55 a 59 anos
 - Veteranos M60 / F60 (e seguintes): 60 anos ou mais
2. A idade do participante, para efeitos de integração num escalão, será determinada pelas regras desportivas em vigor na época competitiva da realização da prova.
 3. A Caminhada de 5 km, por ter fins exclusivamente lúdicos e não prever sistema de cronometragem, não está sujeita a divisão por escalões nem a classificação oficial.

Artigo 5º - Prémios Finais

Apesar de a prova contar com cronometragem e classificação organizada por escalões da ADAC (para efeitos estatísticos e de registo de tempos oficiais), a atribuição de prémios físicos será feita **exclusivamente** aos 3 (três) primeiros classificados da Classificação Geral Absoluta (Masculina e Feminina)."

CAPÍTULO IX- OUTRAS INFORMAÇÕES

Artigo 1º - Reclamações

1. Qualquer reclamação deverá ser apresentada, por escrito, à organização, no local do evento ou depois da prova, para o email: negrungal@gmail.com

Artigo 2º - Contactos

1. Para quaisquer informações ou esclarecimentos adicionais, os interessados deverão contactar a organização da NEGRUN através de:

a. negrungal@gmail.com

b. Instagram - @negrun2025

c. Facebook - @negrun

Artigo 3º - Pontos Omissos



1. Todas as situações excepcionais não contempladas no presente regulamento, deverão ser avaliadas pela organização e pela Direção do NEG/AAC e definidas pelos mesmos.



Coordenadora Geral NEGRun 2026

Associação Distrital de Atletismo de Coimbra