



LOUSADA
A CORRER '25



município de
lousada



NORMAS LOUSADA A CORRER'25

1. Definição

O Circuito “Lousada a Correr” é uma iniciativa do Município de Lousada no âmbito do Atletismo, que visa organizar um campeonato anual de provas de atletismo realizadas no concelho de Lousada, agregando provas organizadas por coletividades ou outros e procedendo à classificação por escalão etário e género, dos atletas aderentes.

2. Objetivos

Este circuito tem como objetivo:

- a) Dinamizar e desenvolver a prática da modalidade de atletismo;
- b) Aumentar a percentagem de cidadãos que encontram nesta modalidade uma forma de prática de atividade física regular, dado que a mesma pode ser começada por iniciativa individual, sem grandes exigências em termos de equipamentos desportivos ou utilização de equipamentos desportivos especiais;
- c) Combater o sedentarismo e promover hábitos de vida saudáveis;
- d) Incentivar a utilização de parques de lazer disponíveis no concelho;
- e) Promover o desenvolvimento dos atletas do concelho, com a criação de um campeonato adequado aos vários escalões etários e género, fidelizando-os às provas realizadas em Lousada;
- f) Aumentar o número de participantes nas provas organizadas pelas associações locais, com a inclusão das provas por si organizadas no calendário das provas do circuito.

3. Condições de participação

- a) A participação no circuito é aberto a todos os cidadãos maiores de idade, de ambos os sexos, inscritos em clubes ou não, desde que reúnam, pelo menos, uma das seguintes condições:
 - i. Naturais de Lousada;
 - ii. Residentes em Lousada;
 - iii. Trabalhadores de empresas com sede ou estabelecimento no concelho;
 - iv. Representantes, atletas ou praticantes de clubes com sede no concelho de Lousada e que estejam filiados na Associação de Atletismo do Porto;
 - v. Inscrito no Centro de Marcha e Corrida de Lousada;



- b) A participação é efetuada através do preenchimento do formulário de inscrição na página do Município de Lousada – www.cm-lousada.pt/p/lousada-a-correr, podendo em qualquer fase do circuito ser solicitado aos atletas inscritos a apresentação de documento comprovativo do preenchimento das condições contantes do número anterior.

4. Escalões etários

- a) O circuito “Lousada a Correr” destina-se a participantes maiores de idade, tendo sempre em conta a data de cada uma das corridas realizadas.
- b) Serão organizados os seguintes escalões:

Masculinos

- i. Seniores;
- ii. Veteranos maiores de 35 anos – M35;
- iii. Veteranos maiores de 40 anos – M40;
- iv. Veteranos maiores de 45 anos – M45;
- v. Veteranos maiores de 50 anos – M50;
- vi. Veteranos maiores de 55 anos – M55;
- vii. Veteranos maiores de 60 anos – M60;

Femininos

- i. Seniores;
- ii. Veteranas maiores de 35 anos – F35;
- iii. Veteranas maiores de 40 anos – F40;
- iv. Veteranas maiores de 45 anos – F45;
- v. Veteranas maiores de 50 anos – F50;
- vi. Veteranas maiores de 55 anos – F55;
- vii. Veteranas maiores de 60 anos – F60;

- c) Os atletas serão organizados pelos escalões respetivos pela idade que tiverem completado à data de 1 de julho de 2025.

5. Provas

- a) O calendário de provas do circuito “Lousada a Correr”, com as respetivas datas e eventuais atualizações serão publicadas na página do Município de Lousada – www.cm-lousada.pt/p/lousada-a-correr.
- b) As provas previstas à data desta publicação, a incluir no circuito a “Lousada a Correr 2025”, são:



- i. Corrida de Carnaval de Lousada – 02 de março de 2025;
 - ii. Trail Solidário Bombeiros – 01 de maio de 2025;
 - iii. Corrida 10.000 metros em pista;
 - iv. Street Cross Lustosa;
 - v. Corrida de Homenagem a José Magalhães;
 - vi. Corrida São Silvestre de Lousada.
- c) No decorrer do ano poderão ser incluídas novas provas, mediante a atualização do calendário que ficará disponível no sítio na Internet do Município de Lousada - www.cm-lousada.pt/p/lousada-a-correr.
- d) Se alguma prova for cancelada ou se apurar da impossibilidade de obter resultados fiáveis de alguma prova, a mesma será retirada do calendário.

6. Distâncias

As distâncias de cada uma das provas poderão ser diferentes, cabendo a cada organizador a decisão da quilometragem final.

7. Classificações

a) Classificações por prova

- i. A classificação atribuída em cada prova será efetuada de acordo com o escalão de participação, sendo que todos os atletas competem numa classificação geral e também no respetivo escalão, de acordo com a idade do participante.
- ii. Por cada prova em que o atleta participa será efetuada a atribuição da pontuação de acordo com a classificação no respetivo escalão, entre os inscritos no circuito “Lousada a Correr”, nomeadamente:

1º Classificado no escalão – 30 pontos;

2º Classificado no escalão – 25 pontos;

3º Classificado no escalão – 20 pontos;

4º Classificado no escalão – 15 pontos;

5º Classificado no escalão – 12 pontos;

6º Classificado no escalão – 10 pontos;

7º Classificado no escalão – 8 pontos;

8º Classificado no escalão – 6 pontos;

Restantes participantes – 3 pontos;



- iii. Excetuam-se as provas que tenham distâncias diferentes, relativamente às quais é apenas admissível a atribuição de pontos numa das provas, com exclusão das demais.
- iv. A atribuição de pontos será efetuada apenas para os atletas inscritos no circuito “Lousada a Correr”, sendo os pontos atribuídos de acordo com a classificação obtida nas provas.

b) Classificação final

A classificação final dos atletas será obtida pelo somatório dos pontos realizados em cada uma das provas, sendo que o vencedor será o atleta que tiver mais pontos.

c) Fatores de desempate

Em caso de igualdade pontual, os fatores de desempate corresponderão à seguinte ordem de prioridade:

- i. Participação num maior número de provas;
- ii. Idade dos participantes, sendo atribuída preferência aos mais velhos.

8. Prémios

Serão atribuídas troféus aos 3 primeiros classificados de cada escalão/género, podendo vir a ser atribuídos outros prémios ou diplomas de participação aos demais participantes.

9. Organização das corridas

- a) A organização das corridas incluídas no circuito “Lousada a Correr” é da responsabilidade das associações ou entidades privadas promotoras, devendo estes fazer alusão à inclusão na prova no circuito em todos os meios de divulgação e publicitação da prova.
- b) Cabe aos organizadores da prova:
 - i. Providenciar e gerir o processo de inscrições;
 - ii. Definir o percurso e proceder à sua marcação caso necessário;
 - iii. Efetuar um seguro a todos os participantes;
 - iv. Tratar do policiamento, caso seja necessário;
 - v. Coordenar toda a logística necessária ao evento;
 - vi. Comunicar os resultados finais aos atletas participantes, colaborando com o Gabinete de Desporto nas dúvidas existentes;
- c) O Município de Lousada compromete-se a colaborar na organização das provas incluídas no calendário através de apoio logístico necessário bem como como a proceder à respetiva divulgação através dos meios que se encontram à sua disposição.



10. Período do Circuito “Lousada a Correr”

O circuito “Lousada a Correr” iniciar-se-á a 1 (um) de janeiro de 2025 e terminará a 31 (trinta) de dezembro de 2025.

11. Participação

- a) Todos os interessados deverão inscrever-se através do formulário indicado na alínea b) do ponto 3;
- b) A inscrição é gratuita e sujeita ao cumprimento de, pelo menos, um dos itens dos Critérios de Participação a que se refere a alínea a) do ponto 3;
- c) Apenas serão contabilizados os resultados dos atletas nas provas após a respetiva inscrição no circuito.
- d) A inscrição neste circuito não inclui as inscrições em cada uma das provas, devendo cada atleta fazer a sua inscrição junto da respetiva entidade organizadora.

12. Indicação de Resultados

- a) Cada atleta deverá, no prazo de 15 dias após cada prova, enviar um e-mail e indicar a sua classificação final nessa corrida, para desporto@cm-lousada.pt.
- b) Findo o prazo, o Município divulga a classificação dos atletas no circuito “Lousada a Correr”, podendo os interessados apresentar reclamação.
- c) As reclamações deverão ser enviadas por e-mail desporto@cm-lousada.pt, nos 5 dias seguintes à publicação dos resultados de cada uma das corridas (que não são os resultados finais da corrida, mas sim apenas aqueles que incluem os atletas inscritos neste circuito).

13. Vantagens de Participação

Todos os atletas inscritos no Circuito Lousada a Correr podem utilizar a Pista de Atletismo do Complexo Desportivo de Lousada para efetuarem treinos, assim como os respetivos balneários do edifício de apoio, desde que os mesmos estejam disponíveis (poderá não acontecer pelo facto de haver outras atividades em simultâneo).

14. Casos Omissos

Todos os casos omissos serão analisados e decididos pelo Pelouro do Desporto da Câmara Municipal de Lousada.