

REGULAMENTO

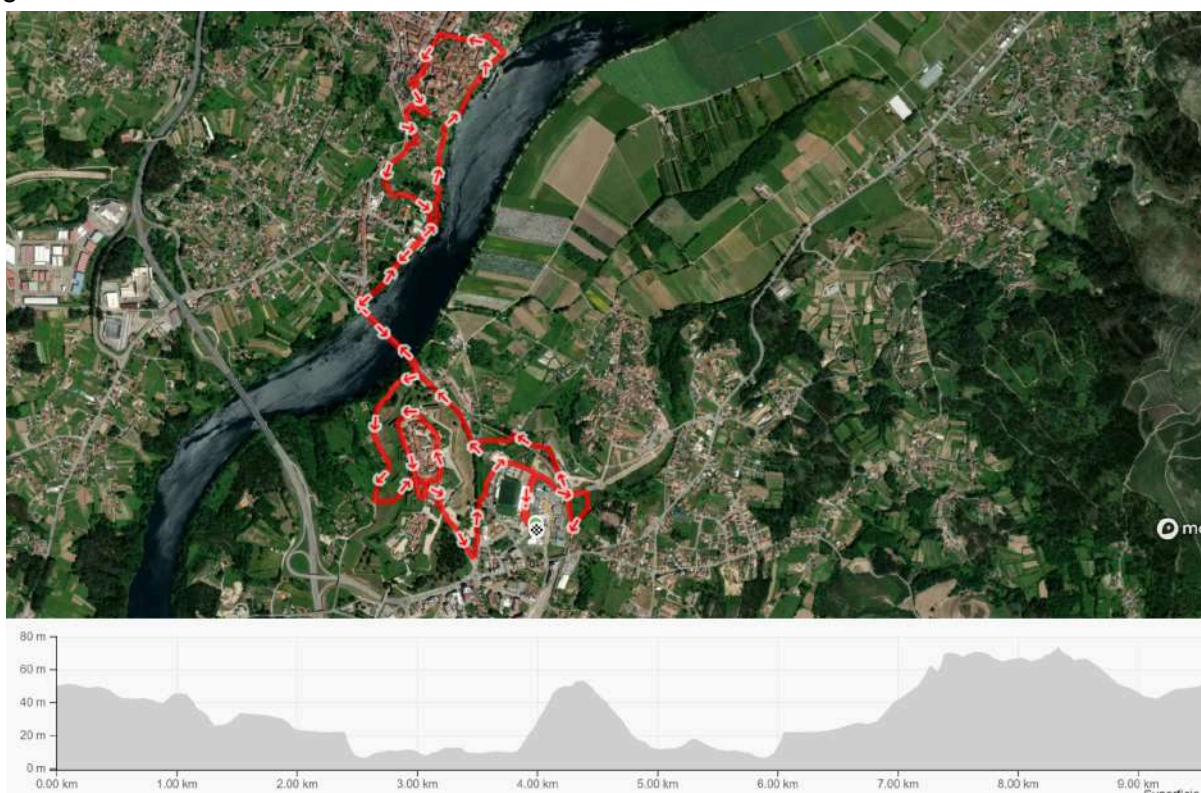
“2 LÉGUAS DA EUROCIDADE”

❖ Apresentação

Numa organização da Associação Desportiva Verdoejense vai realizar-se no dia 25 de Outubro de 2026, uma prova de atletismo denominada «**2 LÉGUAS DA EUROCIDADE**».

Compreende 4 eventos a decorrer em simultâneo, com características diferentes, tal como de seguida enunciados:

➤ **2 LÉGUAS** – com partida às 10:15 horas, na Av. da Juventude em Valença, num percurso que na sua maioria é de características planas e tem uma extensão aproximada de 10.000 metros. Destinada a atletas com idade igual ou superior a 18 anos e com carácter competitivo, sendo atribuídos prémios aos três primeiros classificados de cada escalão e género.

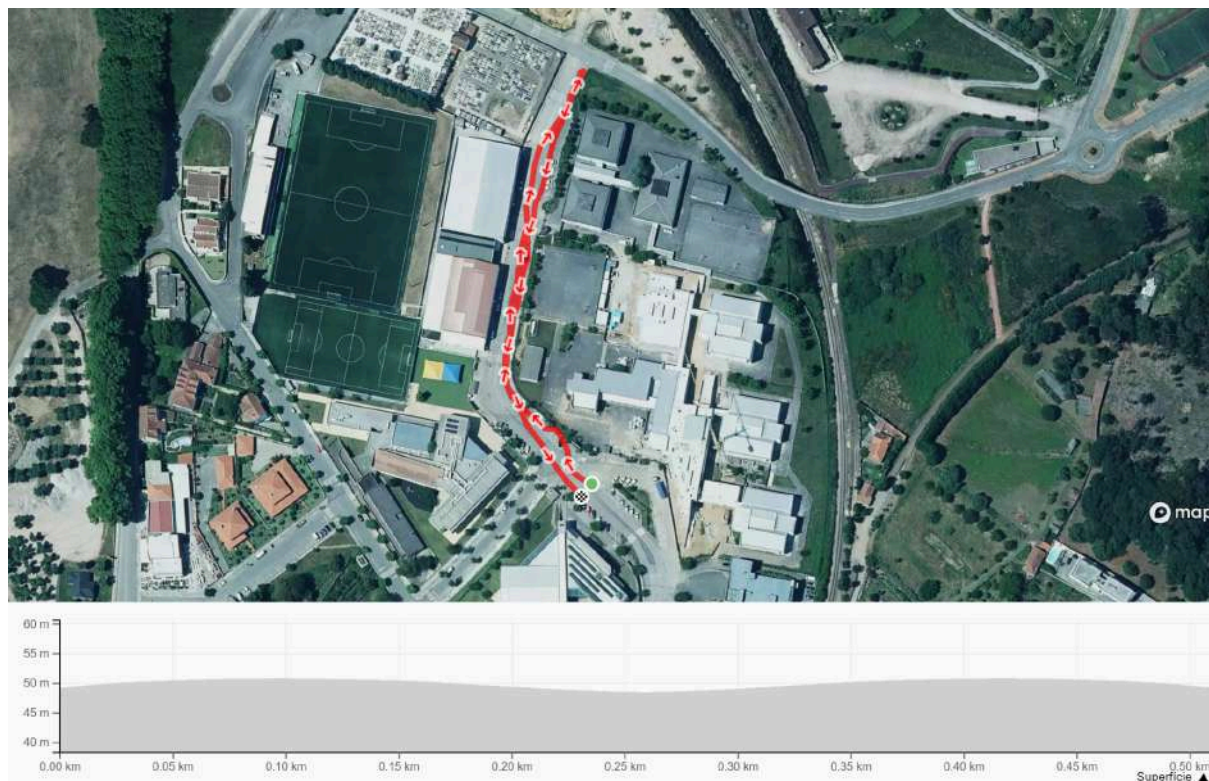


➤ **MINI LÉGUA** - com partida às 9:30H na Av. da Juventude em Valença e com cerca de 1.500 metros de extensão. Destinada a atletas de ambos os sexos, entre 12 e 17 anos – Infantis, Iniciados e Juvenis, sem carácter competitivo, sendo atribuídos uma medalha a todos os participantes no final da prova.



➤ **CAMINHADA** – com partida às 10:00H, na Av. da Juventude em Valença, o percurso tem cerca de 5.000 metros de extensão e de grau de dificuldade baixo.

➤ **LÉGUAZINHA** – com uma distância de 600 metros e partida às 9:35H, na Av. da Juventude em Valença, dirigidas a crianças entre 7 e 11 anos, que podem ser acompanhadas por um adulto. No final será entregue uma medalha a todos os participantes na prova.



❖ Participação

Poderão participar nas 2 Léguas da Eurocidade atletas de ambos os sexos, federados e não federados, com idade igual ou superior a 18 anos, desde que gozem e se sintam de boa saúde, e se encontrem com preparação física adequada a esforços longos.

❖ Escalões

Os diferentes escalões e as respectivas idades são segundo o Regulamento de Provas de Estrada da Federação Portuguesa de Atletismo:

➤ ATLETAS MASCULINOS:

- JUNIORES ► Atletas com idades compreendidas entre 18 e 19 anos;
- SENIORES ► Atletas com idades compreendidas entre 20 e 39 anos;
- VETERANOS M40 ► Atletas com idade compreendida entre os 40 e os 49 anos;
- VETERANOS M50 ► Atletas com idade compreendida entre os 50 e os 59 anos;
- VETERANOS M60 ► Atletas com idade igual ou superior a 60 anos;

➤ ATLETAS FEMININOS:

- JUNIORES FEMININOS ► Atletas com idades compreendidas entre 18 e 19 anos;
- SENIORES FEMININOS ► Atletas com idades compreendidas entre 20 e 39 anos;
- VETERANAS F40 ► Idades compreendidas entre os 40 e os 49 anos;
- VETERANAS F50 ► Idades compreendidas entre os 50 e os 59 anos;
- VETERANAS F60 ► Idade igual ou superior a 60 anos;

❖ Colocação do dorsal

O número do atleta é pessoal e intransferível e deve ser usado à frente do corpo, preferencialmente, à altura do peito.

O dorsal é feito de material adequado a provas de atletismo com grande desgaste.

Acompanhará obrigatoriamente o atleta durante toda a prova, e a sua perda implicará a sua desclassificação automática.

Recomenda-se a todos os atletas a utilização de alfinetes, não distribuídos pela organização, para melhor fixarem o dorsal. O chip deverá ser utilizado na sapatilha do atleta, sendo recolhidos pela organização no final da prova em local a indicar. Cada atleta deverá transportar apenas o seu chip, sob pena de desclassificação.

Os dorsais poderão ser levantados durante o dia 1 de Novembro no edifício das Piscinas Municipais de Valença entre as 15:00 e as 18:00, ou então no dia da prova até às 10:00.

❖ Segurança

➤ A Associação Desportiva Verdoejeense, em colaboração com as autoridades, condicionará, nos locais de maior movimentação o trânsito a veículos automóveis onde tal se torne possível.

➤ Os cruzamentos de estradas serão igualmente condicionados. Contudo, e apesar do sistema organizado, também será da responsabilidade dos atletas, a permanente atenção a situações anómalas e que de alguma forma possam violar o sistema montado.

➤ Os participantes deverão cumprir com as regras de trânsito em estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

- A Associação Desportiva Verdoejense não se responsabiliza, sob qualquer forma ou pretexto, pelos danos ou acidentes que ocorram com os atletas no decurso da prova.
- Os atletas e caminheiros encontram-se a coberto de um seguro colectivo de acidentes pessoais e responsabilidade civil.

❖ **Inscrições**

As inscrições podem ser feitas da seguinte forma:

- On-line através do site www.2leguaseurocidade.pt
- As inscrições encerram, às 23:59 do dia 23 de Outubro de 2026, sendo que, após essa data, a entrega do *kit* do atleta fica condicionada ao *stock* existente.
- As inscrições na Léguazinha, Mini-Légua e Caminhada apesar de obrigatórias são gratuitas.
- A inscrição na prova das 2 Léguas (10 Km) terá um custo de 6 € até ao dia 30 de Setembro e de 9 € a partir do dia 1 de Outubro.

❖ **Cronometragem**

A cronometragem será realizada pela empresa Cyclones Sports, com recurso a *chip* e apenas para os atletas participantes da prova das 2 Léguas (10 Km).

❖ **Abastecimentos e controlo**

- Haverá abastecimentos de líquidos sensivelmente a meio do percurso e no final da prova.

❖ **Tempo limite/Barreira horária**

Os atletas deverão passar pela ponte internacional, no seu regresso a Valença, até às 11:15. A partir dessa hora a ponte internacional deixará de ter o trânsito condicionado pelo que os atletas deverão utilizar os corredores laterais da ponte internacional, destinados aos peões, respeitando assim as regras de trânsito.

❖ **Classificações**

- As classificações serão de carácter individual, por género e por escalões etários de acordo com o definido no presente regulamento e exclusivamente para os atletas que participem na 2 Léguas (10 Km).

❖ **Prémios**

- Troféus para os 3 (três) primeiros classificados de cada escalão na prova das 2 Léguas (10 Km)
- Troféus para os 3 (três) primeiros classificados da classificação geral masculino e feminino
- Uma lembrança a todos os atletas que participem na Léguazinha, Mini-Légua e 2 Léguas (10 Km).
- A cerimónia de entrega de prémios decorrerá na Av. da Juventude em Valença, em função da conclusão da prova por parte dos atletas.

❖ **Seguros**

A organização da prova assegura aos inscritos um seguro de acidentes pessoais, conforme previsto Decreto-lei 10/2009 de 12 de janeiro, com as coberturas mínimas necessárias.

❖ Banhos

Existem balneários que estarão disponíveis para os atletas tomarem banho. Existe um balneário masculino e um feminino com sanitários e duches que serão disponibilizados aos participantes.

❖ Direitos de imagem

➤ A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza aos organizadores da prova a gravação total ou parcial da sua participação na mesma, pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a imagem do atleta para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

❖ Protecção de Dados

➤ Todo o participante, ao formalizar a sua inscrição, autoriza a publicação dos seus dados pessoais necessários ao desenrolar da prova, assim como, o seu uso para envio de informação relativa ao evento, incluindo posteriores edições. Igualmente autoriza que as imagens recolhidas (fotografia ou vídeo) possam ser utilizadas de forma intemporal em qualquer ação publicitária, com o único fim de promoção e divulgação do evento. Cada participante é responsável pela veracidade dos dados fornecidos na sua inscrição. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para adverdoejense@gmail.com.

❖ Disposições finais

➤ Em casos de dúvida quanto à identificação dos participantes, às idades ou a situações de outra natureza, poderá a organização exigir a apresentação de um documento de identificação (CC/DNI) ou de outro documento comprovativo que esclareça a dúvida.

➤ Os casos omissos neste regulamento serão objeto de apreciação pela entidade organizadora de cuja decisão não caberá qualquer recurso.