OS FALTA D'AR - Desporto e Cultura | osfaltadar@gmail.com

REGULAMENTO

1. A Organização "Os Falta d'Ar" leva a efeito no dia **10 de Maio de 2026**, pelas **09:00h**, a **39ª Meia Maratona de Cortegaça** e a Corrida **"Os Falta d'Ar"** de 10Km.

2. Poderão participar todos os atletas que gozem de boa saúde e que se encontrem aptos ao desenvolvimento de esforços físicos prolongados. A Organização desta prova não se responsabiliza por quaisquer problemas de saúde resultantes do esforço desenvolvido e aconselha os atletas participantes a fazerem o controlo médico com a devida antecedência.

3. A Organização reserva-se o direito de, por razões de saúde e através do seu departamento médico, obrigar um atleta a abandonar a prova.

4. O cancelamento do evento pode ocorrer devido a fatores externos à organização:
Catástrofes naturais, greves, manifestações, impossibilidade de usar as vias de circulação de trânsito, impossibilidade de usar telecomunicações, restrições do governo, nova legislação.

Nestes casos a organização reserva-se no direito de nos 30 dias seguintes à data prevista para a realização do evento emitir um parecer acerca das ações a serem tomadas resultantes da gravidade do cancelamento.

5. A Organização, em colaboração com a Guarda Nacional Republicana, impedirá o trânsito rodoviário durante a prova e em todo o seu percurso. Esporadicamente, em troços de trânsito condicionado, os atletas deverão efetuar o trajeto pela direita da faixa de rodagem, no sentido da prova. A Organização garante a presença e acompanhamento aos atletas que necessitem de assistência médica/ambulatório, com a presença dos bombeiros locais.

6. Os percursos encontram-se aferidos e certificados pela Federação Portuguesa de Atletismo e em conformidade com as regras da World Athletics para efeitos de homologação de recordes nacionais, europeus, mundiais ou outros que sejam reconhecidos por esta entidade. A prova encontra-se inscrita no global calendar da World Athletics.

7. As classificações serão obtidas através de cronometragem eletrónica. As classificações não contemplarão participantes com tempo oficial superior a 3 horas (Meia Maratona) e 2 horas (10km).

8. Poderão participar atletas com comprovada aptidão física, em função do esforço previsto para a distância de Meia-Maratona ou 10km.

9. A Meia-Maratona de Cortegaça irá realizar-se com o seguinte programa-horário e respetivos escalões etários:

Evento	Escalões	Horário
Corrida 10 km Os Falta d'Ar Cortegaça	Geral (M/F)	09.00h
	Veteranos M40 / M50	
	Veteranas F40 / F50	
Meia Maratona 21 km	Séniores (M/F)	09.15h
	Veteranos M35 / M40 / M45 / M50 / M55 / M60+	
	Veteranas F35 / F40 / F45 / F50 / F55 / F60+	
Caminhada	Escalão Único	09.20h

Nota: as idades dos veteranos acima mencionadas referem-se ao dia da prova.

10. As inscrições para a prova devem conter os elementos solicitados no formulário de inscrição (Individual e Coletivo), que servirão para identificação de cada participante para o processo de cronometragem, mas também para ativação de seguro (para atletas não federados). As inscrições estão limitadas a **1500** atletas na Meia Maratona, **600** nos 10Km e **400** na caminhada.

As inscrições poderão ser feitas em: https://lap2go.com/pt/event/meia-cortegaca-2026

A) Por definição, cada atleta só pode participar no seu próprio escalão. Os atletas Veteranos que desejem correr no escalão de Sénior terão de efetuar o pedido de alteração de escalão no momento de inscrição. **No dia do evento não serão efetuadas trocas de escalões.**

O valor das inscrições e respetivos períodos temporais para efetuar as inscrições será o seguinte:

	De **28/11/2025** a **31/12/2025**	De **01/01/2026** a **28/02/2026**	De **01/03/2026** a **30/04/2026**	De **01/05/2026** a **07/05/2026**	De **08/05/2026** a **09/05/2026 12:00h**
Meia Maratona 21 km	16€	18€	20€	22€	30€
Corrida 10 km Os Falta d'Ar Cortegaça	12€	14€	16€	18€	20€
Caminhada	7€	7€	7€	7€	10€

* Qualquer valor ou taxa desportiva, que possa vir a ser aplicada por parte da Federação Portuguesa de Atletismo, acrescerá na sua totalidade ao valor da inscrição acima, sendo da responsabilidade de cada atleta inscrito o respetivo pagamento. Neste caso, a inscrição só será válida após o pagamento do valor total da inscrição.

B) Cada atleta receberá uma referência multibanco que é gerada no momento da inscrição. A referência multibanco tem de ser paga em 72 horas (3 dias), regularizando o pagamento. Após este período de 72 horas a inscrição é anulada. Quando o pagamento é efetuado (dentro do referido período de 72 horas), o atleta recebe um e-mail a confirmar o pagamento.

11. Os clubes/atletas são responsáveis pela veracidade das suas declarações.

12. Serão possíveis inscrições de última hora, entre o dia 07/05/2026 e as 12h00 do dia 09/05/2026. Nestas inscrições, não será possível a emissão de dorsal personalizado com o nome do atleta. Estas inscrições têm que se encontrar pagas no momento do levantamento do dorsal, e podem ser pagas por mbway ou em numerário no secretariado.

13. A entrega de DORSAIS será efetuada no Secretariado do Evento, nas datas:
Sábado 09 de Maio das 09:30 às 12:30 e das 14:00 às 19:00 | Domingo da Prova 10 de Maio das 07h00 às 08h30.

Secretariado: Instalado junto à Capela de Nossa Senhora da Nazaré - Praia de Cortegaça | Ovar

14. Para que possam ser classificados, os atletas deverão competir com dorsal no peito (de forma visível) não sendo autorizado a manipulação do chip colado nas costas do dorsal.

15. Existirão classificações individuais, na Meia Maratona e nos 10Km.
Os prémios não são acumuláveis, isto é, será entregue sempre o maior prémio.
A Organização atribui prémios pecuniários, com a seguinte distribuição:

Meia Maratona - 21 km

	Geral M/F	**Séniores** M/F	**35** M/F	**40** M/F	**45** M/F	**50** M/F	**55** M/F	**60** M/F
1º	750€	75€	75€	75€	75€	75€	75€	75€
2º	450€	50€	50€	50€	50€	50€	50€	50€
3º	300€	30€	30€	30€	30€	30€	30€	30€
4º	225€	———	———	———	———	———	———	———
5º	180€	———	———	———	———	———	———	———
6º	150€	———	———	———	———	———	———	———
7º	105€	———	———	———	———	———	———	———
8º	75€	———	———	———	———	———	———	———
9º	60€	———	———	———	———	———	———	———
10º	30€	———	———	———	———	———	———	———

Corrida Os Falta d'Ar - 10km

	Geral M/F	**40** M/F	**50** M/F
1º	100€	50€	50€
2º	75€	30€	30€
3º	50€	20€	20€

16. Os prémios não reclamados aquando da cerimónia de entrega não serão atribuídos.
Os prémios serão pagos até 30 dias depois do evento, quando acompanhados dos respetivos elementos pessoais e fiscais do atleta premiado (BI/CC, NIF).

A) Os prémios estão sujeitos à retenção de IRS à taxa em vigor.

17. A entrega dos prémios será feita apenas aos atletas premiados, mediante a apresentação obrigatória de um documento de identificação (Bilhete de Identidade ou Cartão de Cidadão e Cartão de Contribuinte);

18. É rigorosamente proibido o acompanhamento de atletas por qualquer veículo com ou sem motor. A não observância desta determinação implicará a imediata desclassificação do atleta. O mesmo acontece com os que durante a sua prova sejam acompanhados por um técnico, dirigente ou entidade relacionada ao próprio atleta, que não se encontrem inscritos no evento.

19. Qualquer comportamento incorreto da parte de um atleta para com a organização, adversário ou público em geral, implicará a sua imediata desclassificação.

20. Controlos espalhados ao longo do percurso permitirão à organização desclassificar atletas que procurem, voluntariamente, encurtar a distância da prova ou pratiquem qualquer outra falta punível.

21. É expressamente vedada a troca de dorsais entre atletas, sejam ou não da mesma equipa, bem como a inscrição pontual de um atleta numa equipa diferente daquela em que se encontra federada.

22. A prova terá abastecimentos em suficiência, segundo as regras internacionais para provas de meia-maratona. Por esse motivo, o abastecimento dos atletas fora das zonas demarcadas implica a sua desclassificação.

23. Qualquer reclamação ou protesto, terá de ser apresentada por escrito, obrigatoriamente feito em papel timbrado do clube, ao júri da prova, até 15 minutos após o final da mesma, juntando a quantia de 100€ (cem euros), a qual será devolvida se o protesto for considerado procedente.

A Organização constituirá um júri de recurso para apreciação das possíveis reclamações, devendo ser composto por elementos do Conselho de Arbitragem da Associação de Atletismo de Aveiro.

24. O participante, ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada nas fotografias/filmagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

25. Todos os casos omissos serão resolvidos pela organização da prova de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

OS FALTA D'AR - Desporto e Cultura | osfaltadar@gmail.com