

I Corrida Solidária – FOCUS WEEK 2026

Alcáçovas - Viana do Alentejo

18 de outubro de 2026

*** * REGULAMENTO * ***

1. ORGANIZAÇÃO

Na semana de 12 a 18 de outubro, a Associação Terra Mãe, participa em diversas iniciativas nacionais promovidas pela EAPN European Anti Poverty Network (Rede Europeia Anti-Pobreza).

Esta semana enquadra-se nas comemorações do dia Internacional para a Erradicação da Pobreza.

Desde 2010, a iniciativa “Pelo Combate à Pobreza e à Exclusão Social”, organizada pela EAPN, vem desafiando as organizações da sociedade civil a darem maior visibilidade às suas ações de luta contra a pobreza e exclusão social, com o objetivo de mobilizar a sociedade portuguesa, sensibilizando-a para a compreensão dos fenómenos da pobreza e exclusão social enquanto violações de Direitos Humanos.

Desta forma, a Associação Terra Mãe, em colaboração com a Associação de Atletismo de Évora (AAE), Clube de Atletismo de Viana do Alentejo (CAVA), Sport Clube Alcaçovense e Alcáçovas Outdoor Trails unem sinergias para, com o apoio das entidades públicas do Concelho, organizarem no próximo dia 18 de outubro de 2026, a 1.ª edição da Corrida Solidária – FOCUS WEEK 2026 - Alcáçovas em Atletismo.

2. DIREÇÃO E CONTROLO DAS PROVAS

O diretor de prova é Carlos Prazeres, Presidente do CAVA, coadjuvado pelos técnicos da autarquia e das entidades que colaboram com a organização. Haverá juizes ao longo do percurso para controlo da passagem dos atletas.

3. PARTICIPAÇÃO

A 1.ª edição da Corrida Solidária – FOCUS WEEK 2026 – Alcáçovas, encontra-se aberta à participação de todos, federados ou não, em representação individual ou coletiva (Escolas, Clubes, Associações Desportivas, etc.) sem distinção de sexo ou nacionalidade sendo necessária a devida inscrição.

No decurso da 1.ª edição da Corrida Solidária – FOCUS WEEK 2026 - Alcáçovas disputam-se, em simultâneo, as seguintes atividades:

a) Corrida Pedestre **em circuito misto**, com a distância de ± 10 km, destinada aos atletas juniores até veteranos (O atleta veterano, no ato da inscrição, deverá optar por participar como sénior ou veterano);

b) Marcha Pedestre/Caminhada a realizar com o percurso único de ± 10 Km.

c) Corridas Jovens - Circuito Urbano – Inscrições através do endereço eletrónico <https://www.fpacompeticoes.pt/>.

4. HORAS DE PARTIDA, ESCALÕES ETÁRIOS E DISTÂNCIAS

4.1. Horas de partida

O percurso competitivo tem 10 km de extensão, com partida às 9h30 junto ao Jardim Público das Alcáçovas onde se situa a Meta.

A Marcha Pedestre/Caminhada, com percurso único de ± 10 Km, parte às 09:35 junto ao Jardim Público das Alcáçovas onde se situa a Meta.

Corridas Jovens – a partir das 09.40h – junto ao Jardim Público das Alcáçovas onde se situa a Meta, têm início as provas dos escalões jovens, com percurso de várias distâncias.

4.2. Escalões etários

Femininos		Masculinos	
Benjamins A	2017, 2018, 2019	Benjamins A	2017, 2018, 2019
Benjamins B	2015, 2016	Benjamins B	2015, 2016
Infantis	2013, 2014	Infantis	2013, 2014
Iniciados	2011, 2012	Iniciados	2011, 2012
Juvenis	2009, 2010	Juvenis	2009, 2010
Juniores	2007, 2008	Juniores	2007, 2008
Seniores	2006 e anteriores	Seniores	2006 e anteriores
Veteranas F35	35 a 39 anos	Veteranos M35	35 a 39 anos
Veteranas F40	40 a 44 anos	Veteranos M40	40 a 44 anos
Veteranas F45	45 a 49 anos	Veteranos M45	45 a 49 anos
Veteranas F50	50 a 54 anos	Veteranos M50	50 a 54 anos
Veteranas F55	55 a 59 anos	Veteranos M55	55 a 59 anos
Veteranas F60	60 a 64 anos	Veteranos M60	60 a 64 anos
Veteranas F65	65 a 69 anos	Veteranos M65	65 a 69 anos
Veteranas F70	70 e mais anos	Veteranos M70	70 e mais anos

4.3. Distâncias

08:00	Abertura do secretariado	
09:30	Corrida principal (Juniores, Séniores e Veteranos)	± 10 Km
09:35	Marcha Pedestre/Caminhada	± 10 Km
09:40	Juvenis	± 1 Km (Anexo C)
09:45	Iniciados	± 750 metros (Anexo D)
09:50	Infantis	± 600 metros (Anexo E)
09:55	Benjamins B	± 400 (Anexo F)
10:00	Benjamins A	± 300 (Anexo G)
Almoço	Serão entregues troféus/lembranças, conforme n.º 14 deste regulamento	

5. SECRETARIADO

O secretariado vai estar disponível a partir das 08h00 no Jardim Público das Alcáçovas. Os dorsais dos concorrentes serão entregues unicamente ao Delegado da Equipa ou ao próprio participante mediante apresentação de documento comprovativo da identidade.

A organização não disponibiliza alfinetes, pelo que cada participante deverá ser portador de alfinetes para fixar o dorsal no peito da sua camisola.

Agradecemos a todos os atletas e caminheiros que possam levantar o dorsal no dia anterior (sábado) que o façam, até às 17 horas na secretaria da Junta de Freguesia de Alcáçovas.

6. ZONA DE AQUECIMENTO E CONTROLO DE PARTIDA

Os atletas deverão efetuar o seu aquecimento pelas ruas da vila e na zona circundante ao secretariado e nas zonas previamente definidas pela organização que irão estar devidamente sinalizadas.

7. PERCURSOS

O percurso competitivo, constante no Anexo A ao presente Regulamento, é sinalizado com fita plástica balizadora e/ou setas direcionais ao longo do mesmo, obrigando os atletas a seguir essas indicações.

Existirão 2 postos de abastecimento com água, se a temperatura for muito elevada a organização poderá aumentar o número de postos de abastecimento salvaguardando a integridade física dos atletas e caminheiros.

A Marcha Pedestre/Caminhada, constante no Anexo B ao presente Regulamento, desenvolve-se nas artérias da Vila e tem os mesmos postos de abastecimento que a prova de competição.

O percurso das corridas jovens é a constante no Anexo C, D, E, F e G ao presente Regulamento.

8. PROCESSAMENTO E TAXAS DE INSCRIÇÃO

As inscrições são divididas em três partes distintas:

- **Corridas Jovens (de Benjamins A a Juvenis)** – A inscrição é gratuita e acontece através do endereço eletrónico <https://www.fpacompeticoes.pt/>.

Para instruções mais técnicas poderá contactar a Associação de Atletismo de Évora, através do endereço ass.atletismo.evora@sapo.pt.

Os clubes deverão retribuir 1,00 € por cada atleta inscrito que não marque presença, procedimento a cumprir no ato de levantamento dos dorsais, valor que fará face às despesas inerentes da inscrição (dorsal, prémios, lembranças e lanches).

Nas corridas Jovens só são aceites inscrições de última hora mediante o pagamento de uma taxa de 5,00 € e alterações 1,00 €.

Esclarecimentos adicionais poderão ser obtidos através do telefone 266708425.

• **Corrida Principal (De Juniores a Veteranos)** – As inscrições são exclusivamente efetuadas na plataforma “A Correr” no endereço www.acorrer.pt, com um custo de **8,00 €** por inscrição.

As inscrições, e inerente pagamento, decorrem até às 23:59 do dia 13 de outubro.

Só são aceites inscrições de última hora mediante o pagamento de uma taxa de **15,00 €**.

Esclarecimentos adicionais poderão ser obtidos através do endereço desporto@cm-vianandoalentejo.pt.

• **Marcha Pedestre/Caminhada** - As inscrições para a Marcha Pedestre/Caminhada são gratuitas até às 23:59 do dia 13 de outubro, e efetuada na plataforma “A Correr” no endereço www.acorrer.pt, com um custo de **8,00 €** por inscrição.

Em caso de impossibilidade de inscrição na plataforma “A Correr” pode ser fornecido apoio, até às 14 horas do dia 13 de outubro, em um destes locais:

- Biblioteca de Aguiar – 266 939 106;
- Biblioteca de Alcáçovas – 266 948 112;
- Balcão Municipal em Viana do Alentejo – 266 930 010.

As inscrições devem referir o nome completo e data de nascimento, número de identificação fiscal, localidade e tamanho da t-shirt.

Mais informações: desporto@cm-vianandoalentejo.pt.

Os caminheiros que se queiram inscrever no local do secretariado, no dia do evento, terão que pagar uma taxa de **15,00 €**.

Em qualquer das inscrições, é colocada à disposição dos participantes uma das seguintes opções:

Opção 1 -Atletas ou Caminheiros - € 10,00 (<http://acorrer.pt/>) – com almoço

☐ O valor de inscrição inclui - dorsal, seguro de acidentes pessoal, abastecimentos, tshirt oficial e senha de almoço (opção 1)

Opção 2 -Atletas ou Caminheiros - € 8,00 (<http://acorrer.pt/>) – sem almoço

☐ O valor de inscrição inclui - dorsal, seguro de acidentes pessoal, abastecimentos, tshirt oficial (opção 2)

Acompanhantes - € 5.00€ - com almoço

Corridas Jovens – almoço incluído

NOTA 1: A ausência ou desistência não lhe confere o direito à devolução das verbas correspondentes à taxa de inscrição e do almoço.

NOTA 2: Para a **Corrida Principal e Marcha Pedestre/Caminhada** o processo de inscrição é totalmente automatizado pelo que o respetivo programa não valida qualquer pedido de inscrição efetuado após o prazo previsto para encerramento.

9. INSCRIÇÕES DE ÚLTIMA HORA E ALTERAÇÕES

No secretariado serão aceites inscrições de última hora, unicamente até às 8h30m, desde que a logística da prova assim o permita, mediante o pagamento das seguintes taxas:

- **Corrida Principal (De Juniores a Veteranos)** - taxa de **15,00 € (inclui almoço)**;
- **Marcha Pedestre/Caminhada** - taxa de **15,00 € (inclui almoço)**
- **Corridas Jovens (De Benjamins A a Juvenis)** – taxa de **5,00 € e alterações 1,00 € (inclui almoço)**.

10. SEGURANÇA E EMERGÊNCIA

Os atletas beneficiam de um seguro (Acidentes Pessoais) durante a realização da prova.

Além dessa cobertura de riscos, a organização declina toda a responsabilidade por acidente, negligência ou perda dos pertences dos participantes, sendo esta da responsabilidade de cada atleta/caminheiro.

São ainda declinadas, pela organização, quaisquer responsabilidades por furtos que possam ocorrer no interior das viaturas.

Os elementos de Guarda Nacional Republicana (GNR), em complemento da ação dos voluntários, irão zelar pela segurança relativamente ao trânsito.

Existirão voluntários ao longo de todo o percurso da corrida principal e efetivos da GNR em locais de maior risco, precavendo possíveis necessidades de corte de via para passagem dos atletas, assim como para estabelecer corredores de segurança e emergência, caso se torne necessário.

Existirá serviço de emergência, através do apoio paramédico a cargo da Delegação da Cruz Vermelha das Alcáçovas.

11. ALTERAÇÕES

À organização reserva-se o direito de realizar as modificações que considere necessárias em função das diferentes condicionantes e da segurança dos participantes, bem como suspender a atividade se as condições meteorológicas assim o recomendarem ou por motivos de força maior.

Qualquer modificação será devidamente afixada em painel informativo colocado no secretariado, local da partida ou nos pontos de controlo ao longo do percurso.

12. COMPORTAMENTO ÉTICO

Todos os participantes obrigam-se a prestar auxílio a qualquer acidentado, a não deteriorar ou sujar o meio ambiente e a seguir as indicações da organização. A não observância destes pontos poderá ser punida com a desclassificação.

13. SANÇÕES

Serão desclassificados todos os atletas que não cumpram o percurso, prejudiquem os outros atletas ou revelem falta de ética desportiva, não levem o seu dorsal bem visível (devem ser portadores de alfinetes), ocultem os patrocinadores ou não respeitem as indicações dadas pela organização.

Os atletas não devem receber apoio durante a realização da prova além da oferecida pela organização (água em dois postos de abastecimento), não sendo autorizado pela organização o acompanhamento por qualquer veículo motorizado.

14. PRÉMIOS, LEMBRANÇAS E OFERTAS

Sendo esta uma prova de cariz solidário que visa o Combate à Pobreza e à Exclusão Social, as receitas obtidas reverterão, após deduzidos os custos com a organização, para a Associação Terra Mãe.

Contudo, serão atribuídos, em cerimónia a realizar durante o almoço, lembranças aos seguintes atletas:

- ☐ Troféus para os três melhores classificados da Geral;
- ☐ Troféus para os três melhores classificados por escalões;
- ☐ Lembrança de finisher para todos os participantes;

Nota:

Os troféus por escalões são acumuláveis com a classificação geral, sendo obrigatória a presença dos atletas premiados na referida cerimónia.

A ausência dos atletas premiados à cerimónia de entrega de prémios entende-se como renúncia ao prémio, revertendo o mesmo para a Organização.

O direito aos prémios prescreve com o encerramento do evento (coincidente com a última entrega de prémios).

15. CLASSIFICAÇÕES INDIVIDUAIS E COLETIVAS

Todas as classificações serão afixadas antes das cerimónias de entrega de prémios, junto ao secretariado e junto ao recinto onde vai ser realizado o almoço.

A classificação por equipas nos 10 Km competitivos será obtida pela soma dos lugares dos 5 primeiros classificados de cada equipa,

A classificação coletiva será estabelecida pelo somatório dos pontos obtidos por cada equipa, considerando as classificações de todos os escalões:

Classificação	Pontos
1	10
2	9
3	8
4	7
5	6

O desempate terá em conta o maior número de melhores classificações.

16. BANHOS

As piscinas municipais das Alcáçovas, situada na Rua Dom Afonso V, 7090-099 Alcáçovas, estará disponível para banhos, entre as 10h00 e as 13h00.

17. ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO

Todos os participantes, pelo facto de efetuarem a sua inscrição na 1.^a edição da Corrida Solidária – FOCUS WEEK 2026 - Alcáçovas em Atletismo, aceitam o presente regulamento.

18. CASOS OMISSOS

Casos omissos, bem como eventuais protestos, serão analisados pela organização que deverá conter obrigatoriamente um representante da AAE, um representante da Associação Terra Mãe e um representante do CAVA.

Anexo A

CORRIDA PRINCIPAL

10 Km

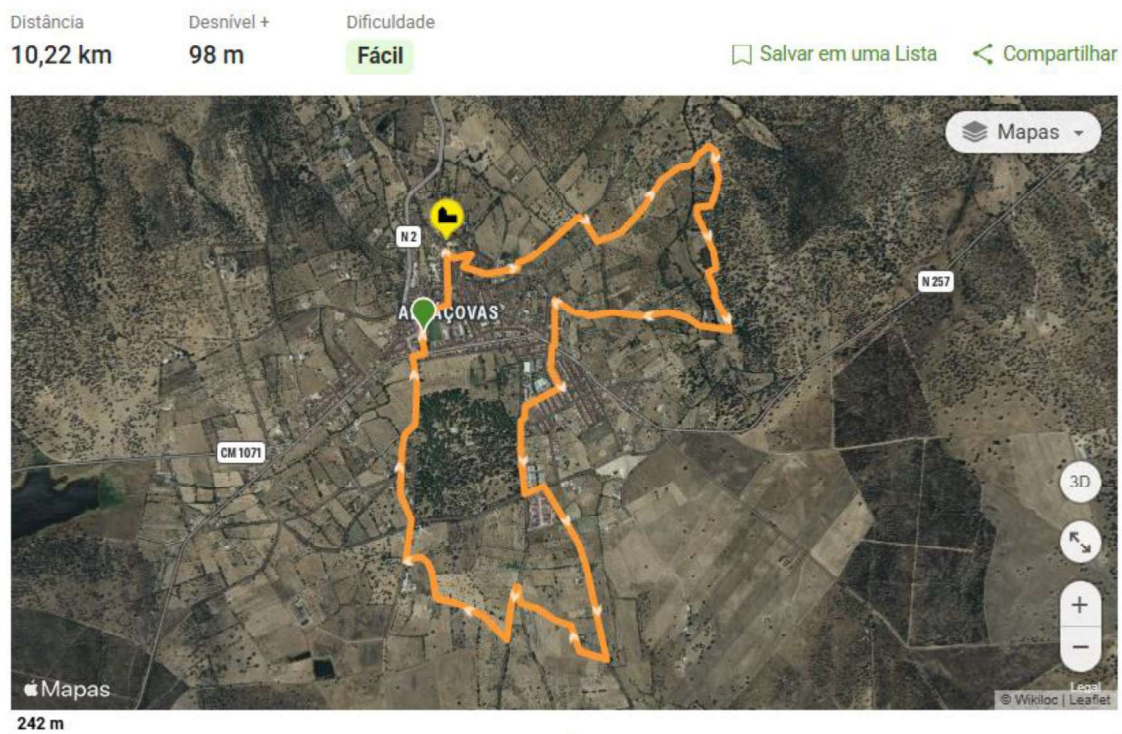


Anexo B

Caminhada

Percurso PR3 VNT – Alcáçovas (Alcáçovas Outdoor Trails)

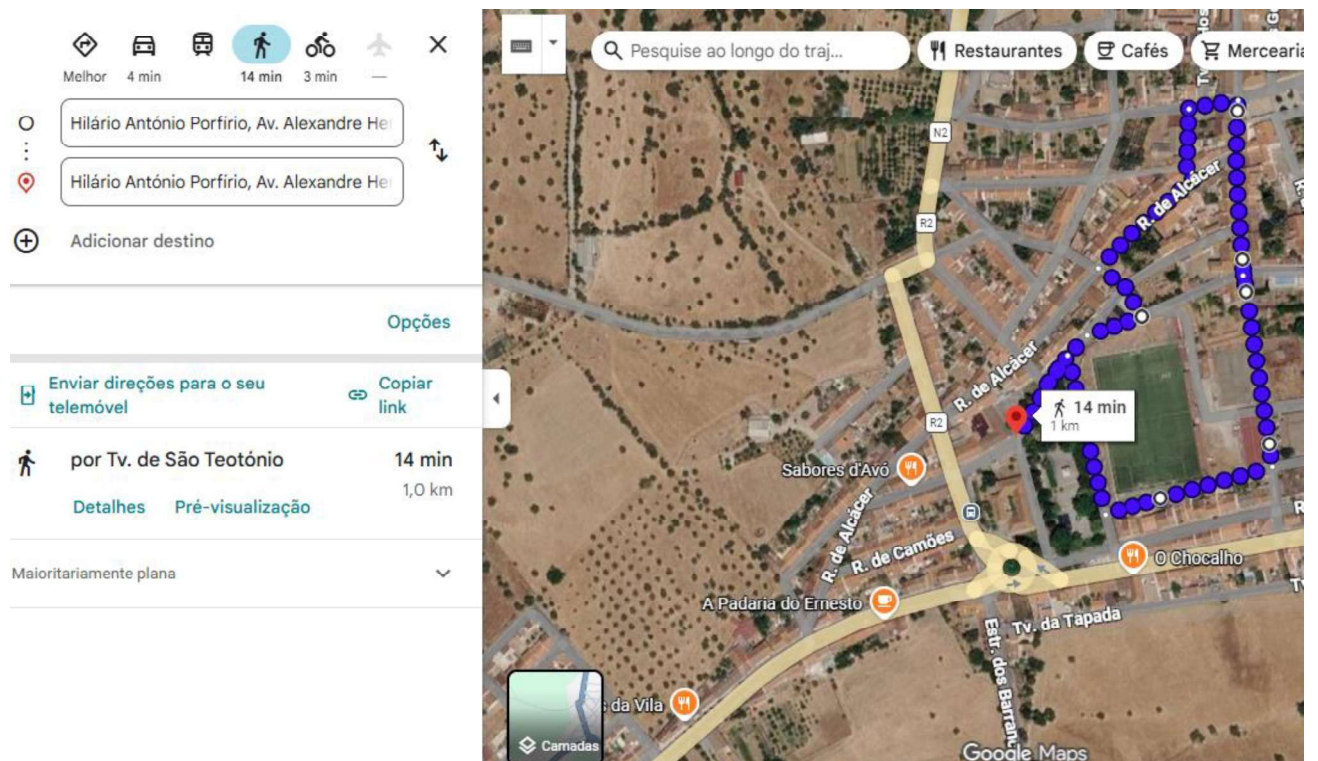
10,22 Km



Anexo C

JUVENIS

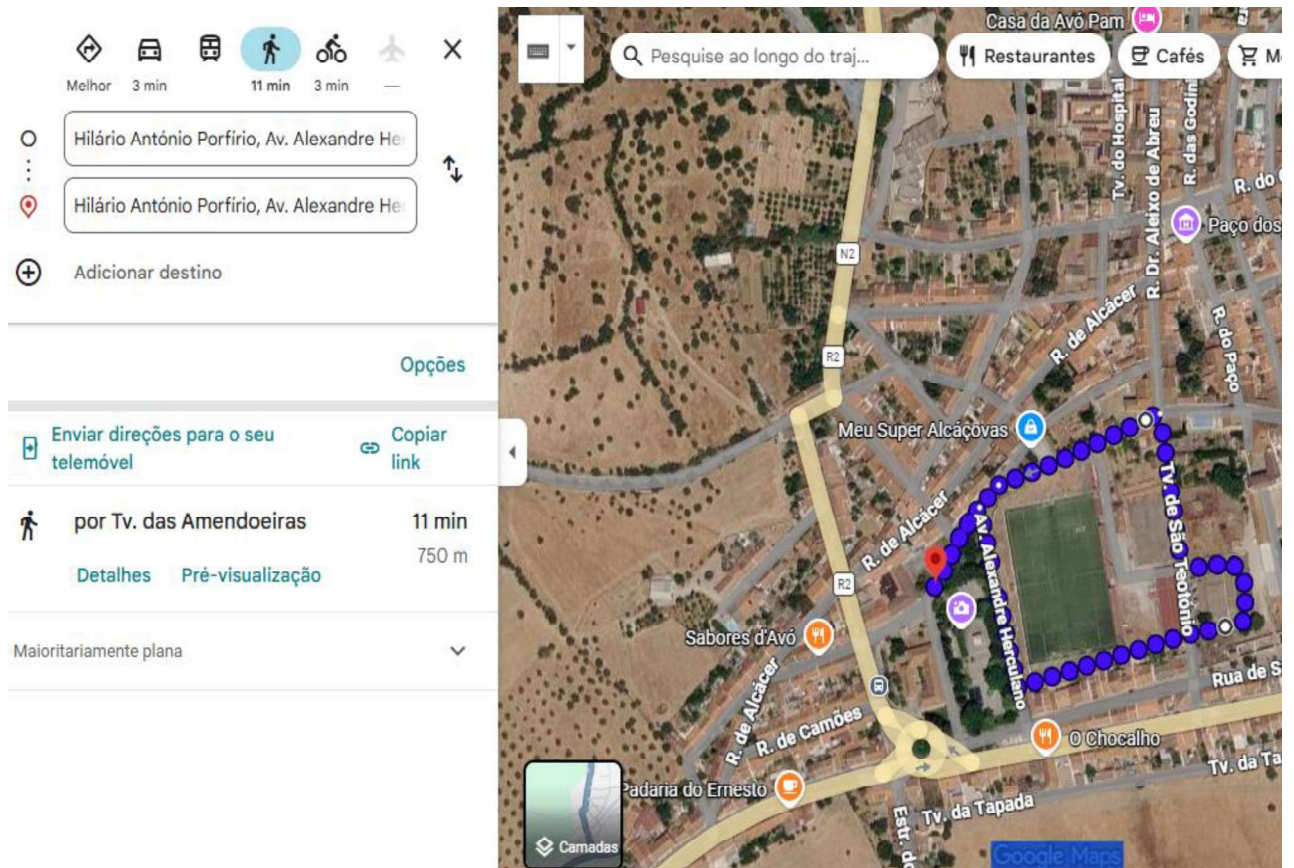
1 Km



Anexo D

INICIADOS

750 metros



Anexo E

INFANTIS

600 metros

9 min (600 m)

por Av. Alexandre Herculano
Maioritariamente plana

⚠ Tenha atenção: o trajeto a pé pode nem sempre refletir as condições reais.

Hilário António Porfírio
Av. Alexandre Herculano 2, 7090-068 Alcáçovas

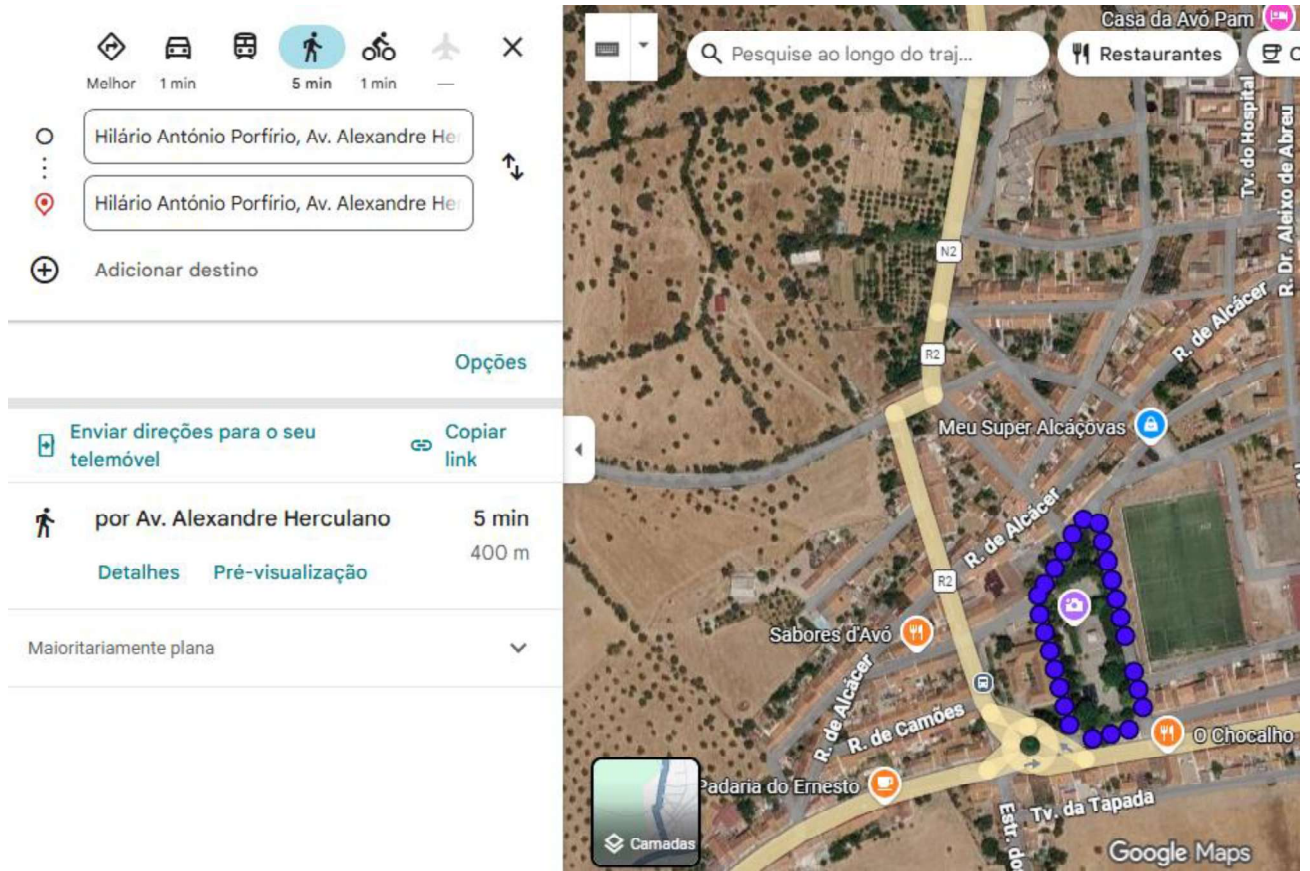
- ↑ Siga em direção a Rua de S. Francisco
90 m
- ↪ Vire à direita para continuar na Av. Alexandre Herculano
120 m
- ↶ Vire à esquerda em direção a Tv. de São Teotónio
130 m
- ↶ Vire à esquerda em direção a Tv. de São Teotónio
44 m
- ↶ Vire à esquerda em direção a Tv. das



Anexo F

BENJAMINS B

400 metros



Anexo G

BENJAMINS A

300 metros

