

# 25 ABRIL

## Corridas da Liberdade 2026

### REGULAMENTO

#### 1. Organização

O Município de Sardoal irá organizar no próximo dia 25 de Abril 2026, as tradicionais Provas intituladas “Corridas da Liberdade”, integradas nas comemorações do 25 de Abril.

#### 2. Participação

Podem participar nestas provas os atletas que se enquadrem nos respetivos escalões e que cumpram o presente regulamento.

#### 3. Inscrições

3.1 . As inscrições para as Provas são gratuitas e obrigatórias. Para efeitos de seguro, serão necessários os seguintes dados: Nome completo, data de nascimento e NIF

3.2 . As inscrições para atletas Juniores e escalões superiores deverão ser efetuadas até ao dia 17 de Abril de 2026, no site do Município em [www.cm-sardoal.pt](http://www.cm-sardoal.pt). Inscrições no dia da prova, para estes escalões, apenas concorrem à Classificação Geral, não podendo concorrer ao escalão.

#### 4. Dorsais

Será atribuído um dorsal a cada atleta. O dorsal é pessoal e intransmissível sendo o seu uso obrigatório na parte frontal.

#### 5. Seguro Desportivo

5.1 .Todos os participantes, sem exceção, devem reunir as condições de saúde necessárias à prática desportiva, nomeadamente para a prova que irão participar e que se sintam física e psicologicamente preparados para a mesma, isentando de quaisquer responsabilidades a organização da prova, seus parceiros, apoiantes e órgãos públicos envolvidos.

5.2 . A organização da prova assegura aos inscritos um seguro de acidentes pessoais, nos termos previstos da lei.

#### 6. Assistência

Para eventuais ocorrências durante a prova, existirá uma ambulância dos Bombeiros Municipais de Sardoaal.

#### 7. Segurança

Apesar de estar montado um dispositivo de segurança distribuído por todo o percurso, o atleta deve ter atenção redobrada.

## 8. Escalões e Distâncias

Escalão	Sexo	Ano Nascimento	Distância
Benjamins I	Masculino	2021/2022	100m
Benjamins I	Feminino	2021/2022	100m
Benjamins II	Masculino	2019/2020	200m
Benjamins II	Feminino	2019/2020	200m
Benjamins A	Masculino	2017/2018	300m
Benjamins A	Feminino	2017/2018	300m
Benjamins B	Masculino	2015/2016	300m
Benjamins B	Feminino	2015/2016	300m
Infantis	Masculino	2013/2014	1250m
Infantis	Feminino	2013/2014	1250m
Iniciados	Masculino	2011/2012	2500m
Iniciados	Feminino	2011/2012	2500m
Juvenis	Masculino	2009/2010	3750m
Juvenis	Feminino	2009/2010	3750m
Juniores	Masculino	2007/2008	5000m
Juniores	Feminino	2007/2008	5000m
Sub 23	Masculino	2004/2005/2006	5000m
Sub 23	Feminino	2004/2005/2006	5000m
Seniores	Masculino	1992 a 2003	5000m
Seniores	Feminino	1992 a 2003	5000m
Veteranos 35	Masculino	1987 a 1991	5000m
Veteranos 35	Femininos	1987 a 1991	5000m
Veteranos 40	Masculino	1982 a 1986	5000m
Veteranos 40	Femininos	1982 a 1986	5000m
Veteranos 45	Masculino	1977 a 1981	5000m
Veteranos 45	Femininos	1977 a 1981	5000m
Veteranos 50	Masculino	1972 a 1976	5000m
Veteranos 50	Femininos	1972 a 1976	5000m
Veteranos 55	Masculino	1967 a 1971	5000m
Veteranos 55	Femininos	1967 a 1971	5000m
Veteranos 60	Masculino	1962 a 1966	5000m
Veteranos 60	Femininos	1962 a 1966	5000m
Veteranos 65	Masculino	1957 a 1961	5000m
Veteranos 65	Femininos	1957 a 1961	5000m

### Notas:

- Os atletas (escalões juniores e superiores) que se inscrevam no próprio dia só concorrem à classificação geral.

## 9. Prémios

Todos os participantes não classificados têm direito a um prémio de participação.

## 10. Cedência dos direitos de imagem

O participante ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, ao Município de Sardeal os direitos de utilização da sua imagem tal como captada nas filmagens ou fotografias que terão lugar durante as provas, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

## 11. Aceitação dos Termos

Todos os participantes, ao fazer a inscrição, aceitam o presente regulamento e em caso de dúvida ou surgimento de uma situação não contemplada no mesmo, devem informar a Organização.

## 12. Casos Omissos

Os casos omissos a estas normas serão resolvidos pela organização.