

43º Troféu Câmara Municipal de Oeiras
Corridas das Localidades

4º Grande Prémio de Caxias

Associação Run Tejo



REGULAMENTO

REGULAMENTO 4º Grande Prémio de Caxias – Run Tejo

4º Grande Prémio de Caxias – Run Tejo

26 de Abril de 2026

1 ORGANIZAÇÃO

O Grande Prémio de Caxias – Run Tejo é uma prova de corrida de estrada integrada no 43º Troféu Câmara Municipal de Oeiras – Corridas das Localidades.

É uma organização da Associação Run Tejo (ART) com o apoio da Câmara Municipal de Oeiras e União das freguesias de Oeiras e São Julião da Barra, Paço de Arcos e Caxias.

2 PARTICIPAÇÃO

A participação no Grande Prémio Grande Prémio de Caxias – Run Tejo é gratuita para atletas de clubes do concelho e aberta a todos os interessados de acordo com os escalões definidos neste Regulamento (ver ponto 3 deste Regulamento), com base nas Normas Gerais do 43º Troféu Câmara Municipal de Oeiras – Corridas das Localidades e as definições da Federação Portuguesa de Atletismo – C.N.E.C..

3 ESCALÕES E DISTÂNCIAS

escalões	género	idades	anos nascimento	distância (mín – máx)
SUB 10	M/F	8 a 9 anos	2017/2018	400 a 600 metros
SUB 12	M/F	10 a 11 anos	2015/2016	400 a 600 metros
SUB 14	MASCULINOS	12 e 13 anos	2013/2014	1.000 a 1.500 metros
SUB 14	FEMININOS	12 e 13 anos	2013/2014	1.000 a 1.500 metros
SUB 16	MASCULINOS	14 e 15 anos	2011/2012	2.000 a 3.000 metros
SUB 16	FEMININOS	14 e 15 anos	2011/2012	2.000 a 3.000 metros
SUB 18	MASCULINOS	16 e 17 anos	2009/2010	4.000 a 5.000 metros
SUB 18	FEMININOS	16 e 17 anos	2009/2010	4.000 a 5.000 metros
SUB 20	MASCULINOS	18 e 19 anos	2007/2008	4.000 a 5.000 metros
SUB 20	FEMININOS	18 e 19 anos	2007/2008	4.000 a 5.000 metros
SUB 23	MASCULINOS	20 a 22 anos	2004 a 2006	7.000 a 8.500 metros
SUB 23	FEMININOS	20 a 22 anos	2004 a 2006	4.000 a 5.000 metros
SENIORES	MASCULINOS	23 a 34 anos	1992 a 2003	7.000 a 8.500 metros
SENIORES	FEMININOS	23 a 34 anos	1992 a 2003	4.000 a 5.000 metros
M 35	MASCULINOS	35 a 39 anos	1987 a 1991	7.000 a 8.500 metros
F 35	FEMININOS	35 a 39 anos	1987 a 1991	4.000 a 5.000 metros
M 40	MASCULINOS	40 a 44 anos	1982 a 1986	7.000 a 8.500 metros
F 40	FEMININOS	40 a 44 anos	1982 a 1986	4.000 a 5.000 metros
M 45	MASCULINOS	45 a 49 anos	1977 a 1981	7.000 a 8.500 metros
F 45	FEMININOS	45 a 49 anos	1977 a 1981	4.000 a 5.000 metros
M 50	MASCULINOS	50 a 54 anos	1972 a 1976	7.000 a 8.500 metros
F 50	FEMININOS	50 a 54 anos	1972 a 1976	4.000 a 5.000 metros
M 55	MASCULINOS	55 a 59 anos	1967 a 1971	7.000 a 8.500 metros
F 55	FEMININOS	55 a 59 anos	1967 a 1971	4.000 a 5.000 metros
M 60	MASCULINOS	60 a 64 anos	1962 a 1966	4.000 a 5.000 metros
F 60	FEMININOS	60 a 64 anos	1962 a 1966	4.000 a 5.000 metros
M 65	MASCULINOS	65 a 69 anos	1957 a 1961	4.000 a 5.000 metros
F 65	FEMININOS	65 a 69 anos	1957 a 1961	4.000 a 5.000 metros
F 70	FEMININOS	> 70 anos	1956 e anteriores	4.000 a 5.000 metros
M 70	MASCULINOS	70 a 74 anos	1951-1956	4.000 a 5.000 metros
M 75	MASCULINOS	75 a 79 anos	1947 a 1951	4.000 a 5.000 metros
M 80	MASCULINOS	> 80 anos	1946 e anteriores	4.000 a 5.000 metros

- Os atletas apenas poderão ser classificados no escalão correspondente ao seu ano de nascimento.

REGULAMENTO 4º Grande Prémio de Caxias – Run Tejo

- A participação noutra prova é motivo de desclassificação

4 ORDEM E HORÁRIO DAS PARTIDAS

Grande Prémio Grande Prémio de Caxias – Run Tejo compreende 6 provas distintas, e não sobrepostas, com início às 9h30, com partida e chegada junto na Rua dos Salgueiros, em Caxias, junto ao Parque da Quinta do Jardim de acordo com os horários e tempos limites por prova indicados no quadro abaixo.

Localização: <https://goo.gl/maps/rTtr2xNRezRpMFJP7>

ORDEM	HORÁRIO PARTIDA	TEMPO LIMITE	DISTÂNCIA (MÍN – MÁX)	ESCALÕES*
1	9H30	55 MINUTOS	7.000 A 8.500 METROS	SUB23 MASCULINOS
				SENIORES MASCULINOS
				M 35
				M 40
				M 45
				M 50
2	NÃO ANTES DAS 10H20	45 MINUTOS	4.000 A 5.000 METROS	M 55
				M 80
				M 75
				M 70
				M 65
				M 60
				F 70
				F 65
				F 60
				F 55
				F 50
				F 45
				F 40
				F 35
3	NÃO ANTES DAS 11H05	25 MINUTOS	2.000 A 3.000 METROS	SENIORES FEMININOS
				SUB 23 FEMININOS
4	NÃO ANTES DAS 11H20	12 MINUTOS	1.000 A 1.500 METROS	SUB 20 MASCULINOS
				SUB 20 FEMININOS
5	NÃO ANTES DAS 11H30	8 MINUTOS	400 A 600 METROS	SUB 18 MASCULINOS
				SUB 18 FEMININOS
6	NÃO ANTES DAS 11H30	8 MINUTOS	400 A 600 METROS	SUB 16 MASCULINOS
				SUB 16 FEMININOS
5	NÃO ANTES DAS 11H30	8 MINUTOS	400 A 600 METROS	SUB 14 MASCULINOS
				SUB 14 FEMININOS
5	NÃO ANTES DAS 11H30	8 MINUTOS	400 A 600 METROS	SUB 12 MASCULINOS
				SUB 12 FEMININOS
6	NÃO ANTES DAS 11H30	8 MINUTOS	400 A 600 METROS	SUB 10 MASCULINOS
				SUB 10 FEMININOS

NOTA: Os horários poderão ser ajustados em cada prova de acordo com o número de inscritos;

REGULAMENTO 4º Grande Prémio de Caxias – Run Tejo

Nos escalões jovens haverá separação de partidas por género

5 INSCRIÇÕES E LEVANTAMENTO DE DORSAIS

A inscrição no Grande Prémio Grande Prémio de Caxias – Run Tejo é gratuita para todos atletas inscritos pelas coletividades do concelho e aberta a todos os interessados e só poderá ser efetuada **até às 23h59 do dia 24 de ABRIL**, no site (salvo já tenha sido atingido o limite de inscrições para o troféu). **Não serão aceites inscrições de atletas no próprio dia da prova.**

As inscrições no Troféu CM Oeiras – Corridas das Localidades devem ser efetuadas exclusivamente em <https://trofeu.oeiras.pt> e de acordo com o estabelecido do ponto 2 ao 2.5 das Normas Gerais do 43º Troféu Câmara Municipal de Oeiras – Corridas das Localidades

O kit de participante (dorsal e chip nos casos em que se aplique) têm de ser levantados até ao último dia útil anterior à data de cada prova, mediante agendamento prévio. **No dia de prova não haverá entrega de chips/dorsais de substituição.**

O levantamento do kit de participante depende da validação dos consentimentos legalmente exigidos que consubstanciam requisitos de validade da respetiva inscrição constante nas Normas Gerais do 43º Troféu Câmara Municipal de Oeiras – Corridas das Localidades.

6 CONTATOS

INFORMAÇÕES GERAIS

CÂMARA MUNICIPAL DE OEIRAS Divisão de Desporto
Palácio dos Marqueses de Pombal
Largo Marquês de Pombal – 2784-501 Oeiras

Telefone: 21 4408540

E-mail: d-desporto@cm-oeiras.pt

Internet: <http://trofeu.desporto.cm-oeiras.pt/>

Inscrições e Classificações

WERUN

Telefone: 218 228 784 ;963 704 536 (CHAMADA PARA A REDE MÓVEL NACIONAL)

E-mail: INFO@WERUN.PT

Atendimento: Dias úteis, das 10h00 às 13h00 e das 14h00 às 18h00

REGULAMENTO 4º Grande Prémio de Caxias – Run Tejo

7 CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

O Grande Prémio Grande Prémio de Caxias – Run Tejo irá dispor das seguintes classificações:

- Classificações Individuais por Escalão e Género

- Classificação Coletiva

As classificações individuais são realizadas segundo a ordem de chegada no respetivo escalão e género.

Serão atribuídos pontos de acordo com a ordem de chegada, em cada escalão, de acordo com a seguinte ordem:

CLASSIFICAÇÃO	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º - 20º	21º - 30º	Após 30º
PONTOS	15	13	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

A classificação coletiva resulta da soma de pontos obtida por todos os atletas de um clube ou grupo no seu respetivo escalão.

Em caso de igualdade pontual, vencerá o clube com melhores classificações individuais nos diferentes escalões.

Para efeitos de classificação nas provas do Troféu de Oeiras cada atleta deverá garantir a correta utilização e colocação dos respetivos equipamentos de prova:

- **DORSAL COM CHIP**– “fixo no peito de forma visível”

A participação com Dorsal/CHIP errado (não correspondente ao atleta que realizou a prova) ou em partida não correspondente ao seu escalão dá origem a desclassificação automática, não sendo atribuída pontuação.

Serão atribuídos **prémios**:

- Medalhas para os dez primeiros classificados dos escalões SUB10, SUB12, SUB14, SUB16 e SUB18.
- Medalhas para os cinco primeiros classificados dos restantes escalões;
- Taças para as dez primeiras equipas, resultante da classificação coletiva Grande Prémio Grande Prémio de Caxias – Run Tejo

Os atletas têm por dever adotar uma postura que dignifique a competição e que respeite os valores do Espírito Desportivo:

Atitudes ou ações que violem estes valores podem levar à aplicação de sanções desportivas, como desclassificação na prova ou exclusão do Troféu de Oeiras.

9 DEVERES DOS ATLETAS

Os participantes, ao inscreverem-se no Troféu de Oeiras, assumem reunir as condições de saúde necessárias para participar no conjunto de provas que contempla o Troféu de Oeiras.

Os atletas têm a obrigação individual de garantir que o seu dorsal está corretamente colocado - fixo no peito de forma visível. A não utilização do dorsal, ou utilização de dorsal errado, dá origem automática à não classificação.

A organização das provas do Troféu de Oeiras garante o controlo de trânsito à passagem dos atletas. Contudo, o trânsito poderá não ser totalmente interrompido por razões de força maior, pelo que os atletas deverão sempre circular pela direita, tanto quanto possível, encostados à berma.

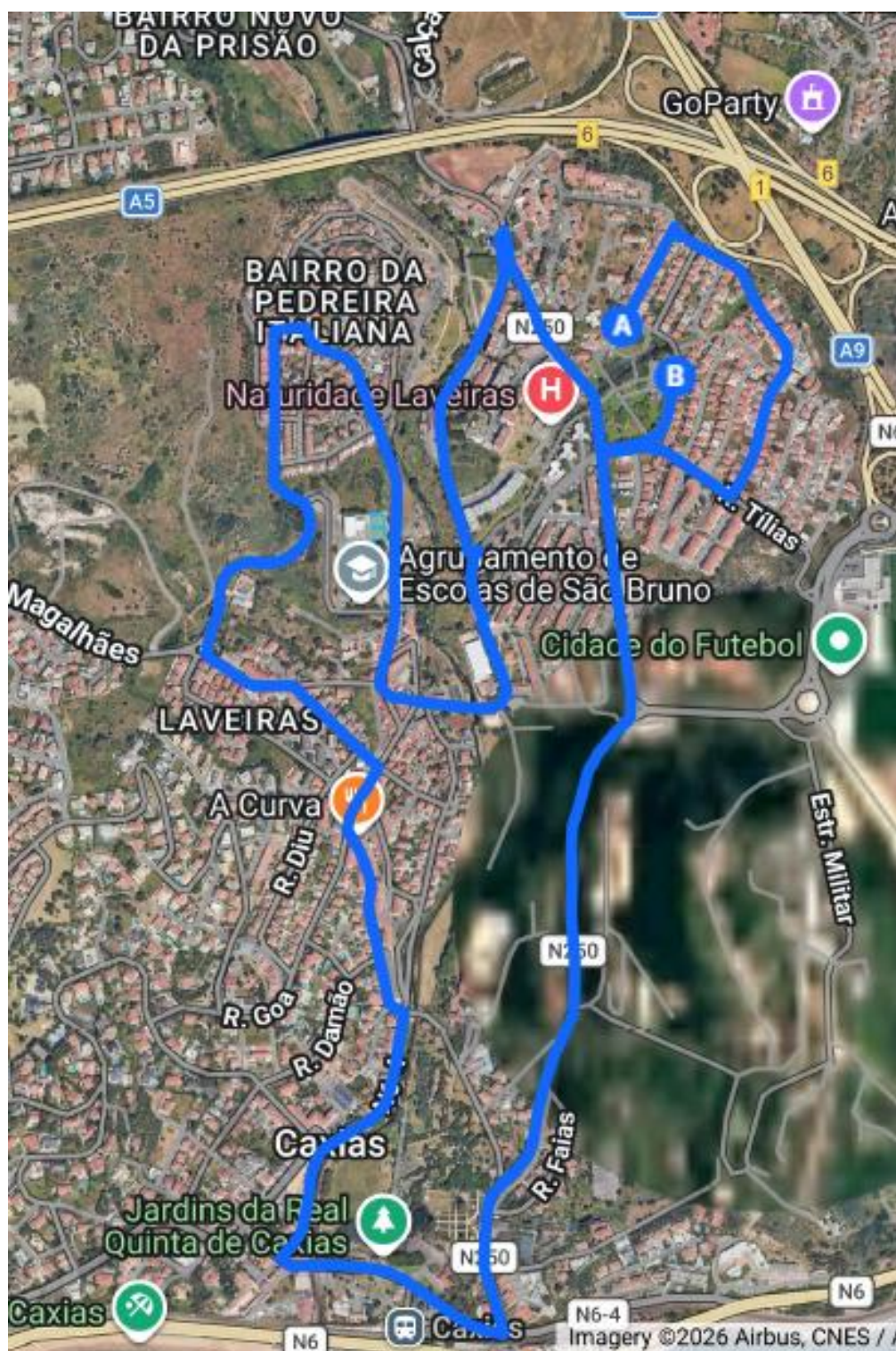
10 CASOS OMISSOS

Os casos omissos deste Regulamento serão resolvidos pela Divisão de Desporto da CMO, com base nas Normas Gerais do 43º Troféu Câmara Municipal de Oeiras – Corridas das Localidades.

11 DESCRIÇÃO E MAPAS DOS PERCURSOS

PROVA:	1
DISTÂNCIA:	6.850 metros
ESCALÕES:	SENIORES MASCULINOS /SUB23 MASCULINOS M 35/M 40/M 45/M 50/M 55
DESCRIÇÃO DO PERCURSO	<p>Partida da Rua das Buganvílias junto ao nº22 ☐ Virar à direita para a Rua das Madressilvas ☐ Seguir em frente até apanhar a Rua das Camélias ☐ Seguir em frente até ao cruzamento com a Rua das Tílias ☐ Virar à direita para a Rua das Tílias até ao cruzamento com a estrada do Murganhal ☐ virar à esquerda para a estrada do Murganhal ☐ No cruzamento do hospital prisional virar à direita continuando pela estrada do Murganhal sempre em frente, continuando pela Rua Dr. Jorge Rivotti até ao entroncamento com a Rua Gibalta ☐ Virar à direita para a Estrada da Gibalta em direção estação de Caxias, seguir sempre em frente passando em frente á estação de Caxias passar a ponte sobre a ribeira de Caxias e de seguida virar á direita para Av. António Florêncio dos Santos ☐ Seguir sempre em frente até à rotunda ☐ Seguir pela Av. Concelheiro Ferreira Lobo passar pela Igreja Paroquial de Nossa Senhora das Dores ☐ virar à esquerda para a R. Dom Francisco de Almeida seguir em frente até ao entroncamento ☐ virar à esquerda apanhando a Rua Calvet de Magalhães em direção á Rotunda Boden Powell ☐ Na rotunda sair na primeira saída apanhando a Rua Roma ☐ Seguir sempre em frente até apanhar a Rua Milão ☐ Seguir em frente e virar à Direita na Rua Pádua ☐ virar novamente á direita apanhando a Rua da Pedreira Italiana seguir até á rotunda e sair na primeira saída apanhando a R.Viscondessa Santo Amaro ☐ Seguir Sempre em frente até apanhar a Rua Calvet de Magalhães ☐ Virar á esquerda apanhando a Rua Calvet de Magalhães em direção ao Unidos Caxienses depois de passar a ponte sobre a ribeira de Caxias fazer a curva à esquerda junto aos Unidos Caxienses e seguir pela Av. João Freitas Branco ☐ No entroncamento seguir pela Estrada de Laveiras em direção ao Cruzamento com a estrada do Murganhal ☐ Virar à direita, seguir em frente pela Estrada do Murganhal, até ao entroncamento com a Rua das Tílias, onde vira à esquerda ☐ Na rotunda virar à esquerda para a Rua dos Salgueiros onde está instalada a meta junto ao nº10 e ao parque infantil.</p> <p>Tempo limite de prova – 55 minutos</p>

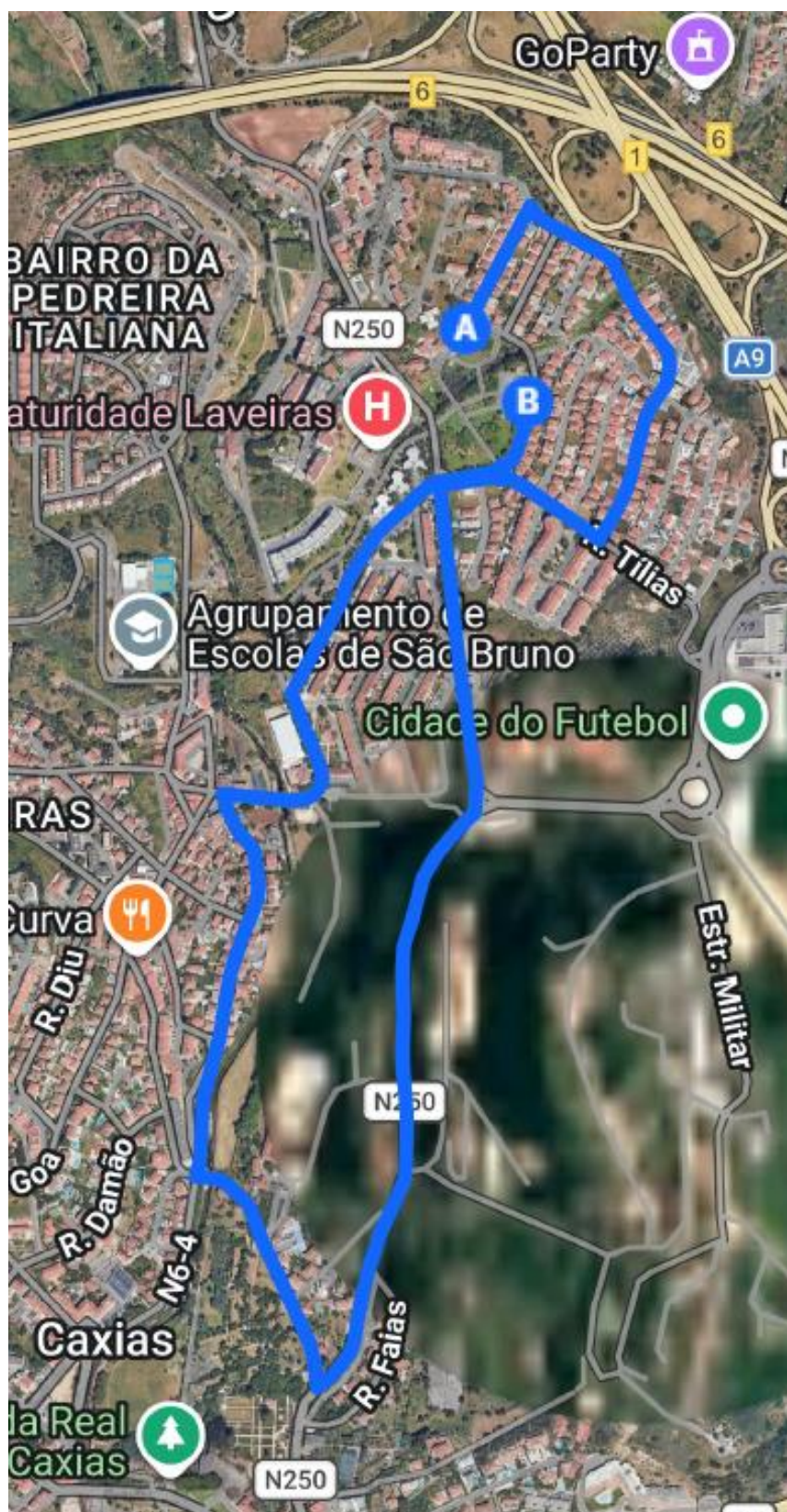
Percurso da Prova 1



REGULAMENTO 4º Grande Prémio de Caxias – Run Tejo

PROVA:	2
DISTÂNCIA:	3850 metros
ESCALÕES:	SUB 18 MASCULINOS / SUB 18 FEMININOS / SUB 20 MASCULINOS / SUB 20 FEMININOS / SUB 23 FEMININOS / SENIORES FEMININOS F 35 / F 40 / F 45 / F 50 / F 55 / F 60 / F65 / M60 / M 65 / M 70 / M75 / M80
DESCRIÇÃO DO PERCURSO	<p>Partida da Rua das Buganvílias junto ao nº22 ☒ Virar á direita para a Rua das Madressilvas ☒ Seguir em frente até apanhar a Rua das Camélias ☒ Seguir em frente até ao cruzamento com a Rua das Tílias ☒ Virar à direita para a Rua das Tílias até ao cruzamento com a estrada do Murganhal ☒ Virar à esquerda para a estrada do Murganhal ☒ No cruzamento do hospital prisional virar à direita continuando pela estrada do Murganhal em direção a Caxias ☒ Virar à direita para a Estrada da Cartuxa ☒ Seguir sempre pela Estrada da Cartuxa ☒ ao passar a ponte sobre a ribeira de Caxias virar à direita para a Rua São João de Deus ☒ Continuar sempre em frente pela Rua São João de Deus de seguida apanhar a Rua da Fonte até ao entroncamento com a Rua Calvet de Magalhães☒ Virar à direita apanhando a Rua Calvet de Magalhães em direção ao Unidos Caxienses depois de passar a ponte sobre a ribeira de Caxias fazer a curva à esquerda junto aos Unidos Caxienses e seguir pela Av. João Freitas Branco em Direção ao Cruzamento com a estrada do Murganhal ☒ Seguir em frente no cruzamento com a estrada do Murganhal apanhando a Rua das Tílias ☒ Na rotunda virar á esquerda para a Rua dos Salgueiros onde está instalada a meta junto ao nº10 e ao parque infantil.</p> <p>Tempo limite de prova – 45 minutos</p>

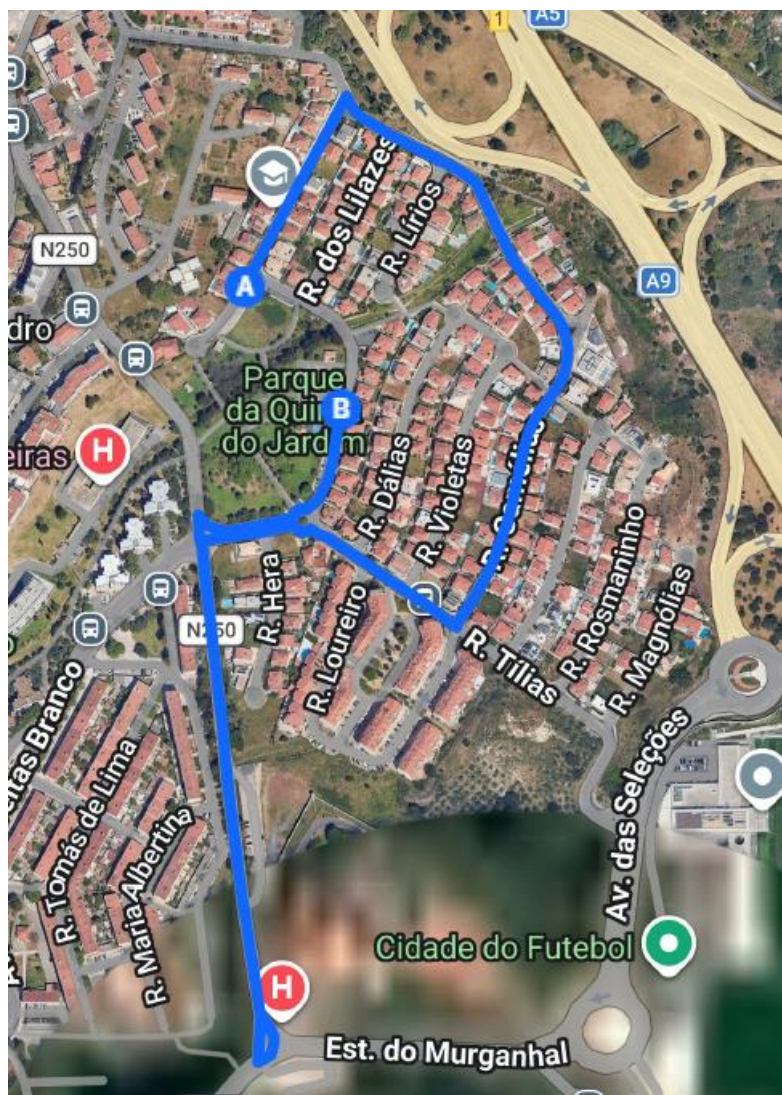
Percurso da Prova 2



REGULAMENTO 4º Grande Prémio de Caxias – Run Tejo

PROVA:	3
DISTÂNCIA:	2.000 metros
ESCALÕES:	SUB 16 MASCULINOS SUB 16 FEMININOS
DESCRIÇÃO DO PERCURSO	Partida da Rua das Buganvílias junto ao nº22 → Virar à direita para a Rua das Madressilvas → Seguir em frente até apanhar a Rua das Camélias → Seguir em frente até ao cruzamento com a Rua das Tílias → Virar à direita para a Rua das Tílias até ao cruzamento com a estrada do Murganhal → virar à esquerda para a estrada do Murganhal → No cruzamento do hospital prisional invertem no sentido de Laveiras, continuando na estrada do Murganhal → virar à direita apanhando a Rua das Tílias → Na rotunda virar à esquerda para a Rua dos Salgueiros onde está instalada a meta junto ao nº10 e ao parque infantil. Tempo limite de prova – 25 minutos

Percurso da Prova 3



REGULAMENTO 4º Grande Prémio de Caxias – Run Tejo

PROVA:	4
DISTÂNCIA:	1.000 metros
ESCALÕES:	SUB 14 MASCULINOS SUB 14 FEMININOS
DESCRIÇÃO DO PERCURSO	Partida Rua dos Salgueiros em frente ao Nº10 e ao Parque Infantil ☐ Seguir em frente e passar a ponte ☐ Virar à direita na segunda rua – Rua das Buganvílias ☐ Virar à direita para a Rua das Madressilvas ☐ Seguir em frente até apanhar a Rua das Camélias ☐ Seguir em frente até ao cruzamento com a Rua das Tílias ☐ Virar à direita para a Rua das Tílias ☐ descer a rua até encontrar a rotunda ☐ na rotunda virar à direita para a Rua dos Salgueiros onde está instalada a meta junto ao nº10 e ao parque infantil. Tempo limite de prova – 12 minutos

Percurso da Prova 4



REGULAMENTO 4º Grande Prémio de Caxias – Run Tejo

PROVA: 5 e 6
DISTÂNCIA: 450 metros
ESCALÕES: **SUB 12 MASCULINOS / SUB 12 FEMININOS**

DESCRIÇÃO DO PERCURSO

SUB 10 MASCULINOS / SUB 10 FEMININOS

Partida Rua dos Salgueiros em frente ao Nº10 e ao Parque Infantil ☑ Seguir em frente e passar a ponte ☑ Virar à esquerda na segunda rua – Rua das Buganvílias ☑ ao final da rua entrar no passeio do parque urbano ☑ Passar a ponte do parque urbano e seguir em frente pelo passeio entre as Palmeiras até encontrar a rotunda da Rua das Tílias ☑ virar à esquerda para a Rua dos Salgueiros onde está instalada a meta junto ao nº10 e ao parque infantil.

Tempo limite de prova – 8 minutos

Percurso da Prova 5 e 6

