



AMADORA ATLETISMO

CHALLENGE DE ESTRADA DA AMADORA 2025

NORMAS REGULAMENTARES

Organização:



O Challenge de Estrada Amadora é uma iniciativa promovida pela Câmara Municipal da Amadora e a Federação Portuguesa de Atletismo, no âmbito do Projeto Amadora Atletismo, com organização técnica da Associação de Atletismo de Lisboa. O evento, que terá lugar no próximo dia 1 de novembro, destina-se a atletas de ambos os géneros, federados ou populares, abrangendo escalões desde Benjamins A até Veteranos.

Inscrições

As inscrições para o Challenge de Estrada da Amadora são gratuitas e ilimitadas, devendo ser efetuadas até às **24h do dia 30 de outubro de 2025**, através da plataforma da Associação de Atletismo, disponível em: competicoes.aalisboa.com.pt

✓ Serão retirados da linha de partida todos os atletas que não estejam devidamente inscritos;

Horários

Horas	Escalão	Distância
15:00	Benjamins A- M/F	120 m
15:05	Benjamins B - M/F	500 m
15:10	Infantis - M/F	1 200 m
15:20	Iniciados - M/F	1 500 m
15:30	Juvenis - M/F	2 500 m
16:30	Juniores / Sub23/ Seniores / Veteranos	10 000 m

Levantamento de dorsais

No polidesportivo do Parque Central da Amadora, no dia do evento, a partir das 14h00.

Responsável Técnico

Em caso de dúvidas ou esclarecimentos contactar:

lisboa@fpatletismo.org | 968 495 847

Escalões

Escalões	Ano de Nascimento
Benjamins A	2016, 2017 e 2018
Benjamins B	2014 e 2015
Infantis	2012 e 2013
Iniciados	2010 e 2011
Juvenis	2008 e 2009
Juniores	2006 e 2007
Sub23	2003, 2004 e 2005
Seniores	2002 e anteriores
Veteranos (M35, M40, M45, 50, M55, M60, M65, M70, M75)	ex: M35 (35 a 39 anos) M60 (60 a 64 anos)

Classificação e Prémios (Corrida)

- ✓ Existe classificação coletiva e individual;
- ✓ Serão premiados com medalhas os 1os, 2 os e 3 os lugares, individual dos diferentes escalões;
- ✓ Para a classificação coletiva jovem pontuam todos os atletas até ao escalão de juvenis, inclusive. A Pontuação será distribuída de seguinte forma: 1º classificado - 15 pts; 2º classificado - 14 pts; 3º classificado - 13 pts e assim, sucessivamente, até ao 15º classificado - 1 ponto. A partir do 15º classificado, será atribuído um ponto aos restantes participantes que terminem a prova. A classificação coletiva é elaborada somando os pontos obtidos pela equipa, nos respetivos escalões, vencendo aquela que somar maior número de pontos, sendo que em caso de empate vence a equipa com mais 1 os lugares. Se o empate subsistir, vencerá a equipa com mais 2 os lugares e assim, sucessivamente até ser resolvido o empate;
- ✓ A falta de comparência na cerimónia de entrega de prémios, sem aviso prévio por escrito, implica a perda do direito aos mesmos;
- ✓ Serão desclassificados os atletas que não cumpram integralmente o percurso determinado para o respetivo escalão, ao longo do qual a organização colocará oficiais de competição que velarão pelo cumprimento desta norma;
- ✓ Serão desclassificados da prova todos os participantes que não efetuarem o controlo de partida, não cumpram o percurso na totalidade, não levem dorsal ao peito visível durante a toda a prova, corram com dorsal de outro

concorrente, dobre ou manipule a publicidade do dorsal, não respeitem as indicações da organização, manifestem conduta antidesportiva e ainda serão retirados da linha de partida todos os atletas que não estejam devidamente inscritos;

- ✓ Os atletas que participem em escalão não correspondente à sua idade serão desclassificados, assim como aqueles que não apresentarem identificação, caso a organização o solicite;
- ✓ O dorsal é pessoal e intransmissível, sendo obrigatória a sua utilização, de forma visível, durante toda a prova, sobre a roupa na zona do peito ou abdómen, e não podendo, por qualquer razão, ser colocado/transportado na perna ou costas;

Protestos e Apelos (Corrida)

A organização recomenda aos delegados das equipas a leitura atenta e o estrito cumprimento deste regulamento.

Todos os casos omissos, bem como eventuais protestos, serão resolvidos pela organização, em conformidade com os regulamentos da World Athletics em vigor.

Segurança

- ✓ Os participantes comprometem-se a seguir todas as indicações dos oficiais de competição e dos elementos responsáveis pelo policiamento e vigilância, somente os veículos credenciados poderão acompanhar o evento;
- ✓ É proibido o acompanhamento da prova por indivíduos deslocando-se em bicicleta com exceção da organização;
- ✓ Cada atleta (ou encarregado de educação, no caso dos menores de 18 anos), assume a responsabilidade pela sua participação no evento, a qual implica a assunção de que se encontra apto para essa participação;
- ✓ A condição física dos atletas é da inteira responsabilidade dos próprios e/ou dos clubes ou escolas que representem;
- ✓ A organização declina qualquer responsabilidade pelos danos que os participantes possam causar, ou sofrer, no decorrer da competição, provocados pelos próprios ou por terceiros assim como objetos que possam transportar como telemóveis, relógios, etc...

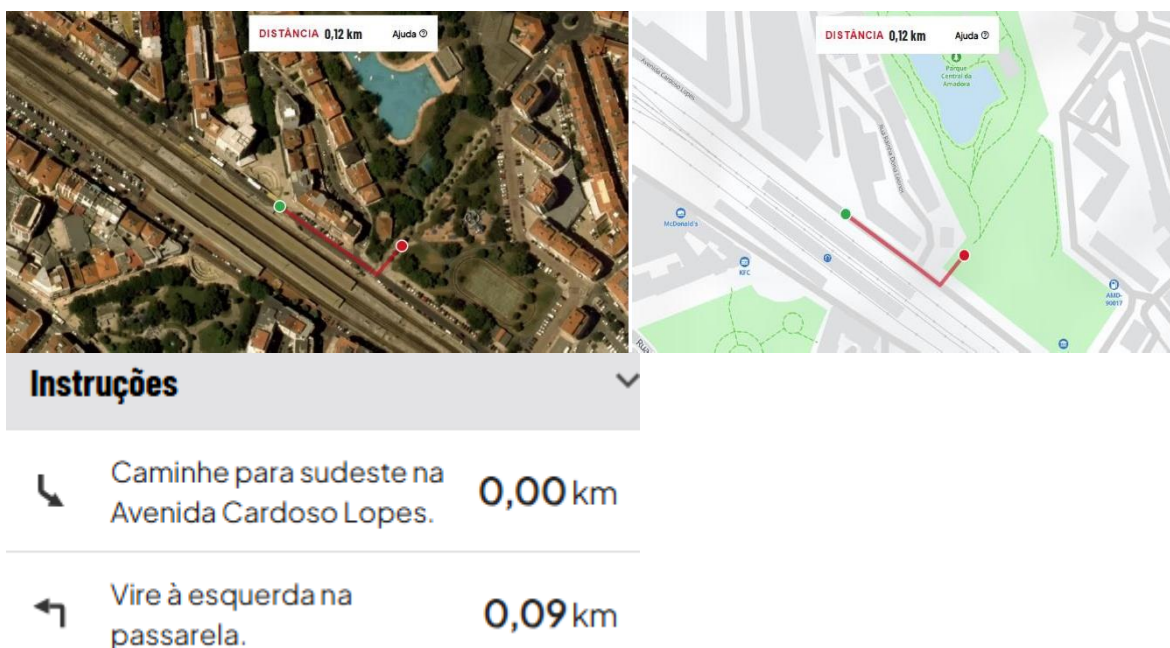
- ✓ A organização do evento conta com os serviços especializados da PSP, a qual garantirá a segurança de todos os participantes e agentes desportivos, assim como o condicionamento do fluxo de trânsito nos arruamentos onde decorre a prova, no acesso aos mesmos, e nas vias limítrofes, não se responsabilizando por quaisquer acidentes ou danos sofridos por terceiros, no decurso do evento.
- ✓ A organização desta prova desportiva contará ainda com o serviço dedicado de assistência paramédica e pronto-socorro, bem como seguros obrigatórios por lei;

Cedência do direito de imagem

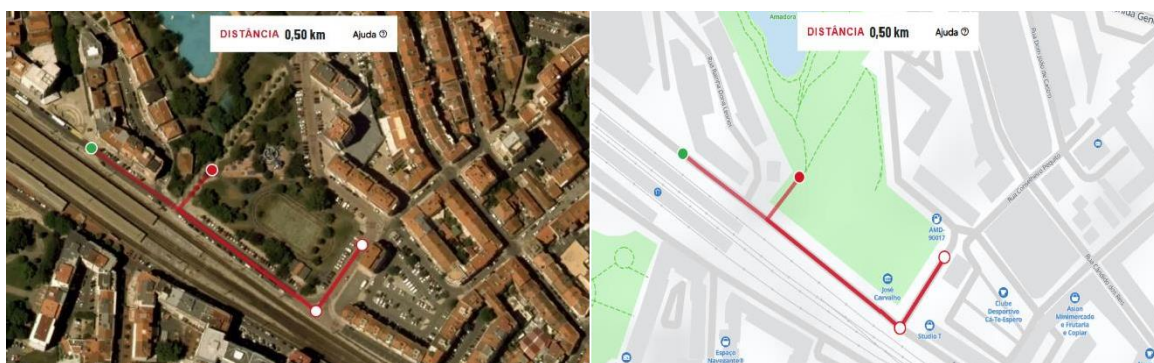
O participante ao proceder à inscrição, autoriza a cedência de forma gratuita ao projeto Amadora Atletismo, os direitos de utilização da sua imagem, tal como captada nas filmagens e fotográficas que terão durante o evento, autorizando a sua reprodução e divulgação. A organização não se responsabiliza por imagens ou fotografias que sejam tiradas durante o evento e utilizadas por terceiros;

Percursos

Benjamins A - 120 metros



Benjamins B - 500 metros



Instruções

- Caminhe para sudeste na Avenida Cardoso Lopes. **0,00 km**
- Caminhe para nordeste na Praça Mestre Simões de Almeida. **0,21 km**

- Caminhe para sudoeste na Praça Mestre Simões de Almeida. **0,27 km**
- Caminhe para noroeste na Avenida Cardoso Lopes. **0,33 km**
- Vire à direita na passarela. **0,46 km**

Infantis - 1200 metros



Instruções

- Caminhe para sudeste na Avenida Cardoso Lopes. **0,00 km**
- Caminhe para nordeste na Praça Mestre Simões de Almeida. **0,21 km**
- Caminhe para noroeste na Rua Henrique Nogueira. **0,29 km**
- Vire à direita no Largo Major Humberto Cruz. **0,35 km**
- Caminhe para o norte no Largo Major Humberto Cruz. **0,44 km**
- Vire à direita na Rua dos Bombeiros Voluntários. **0,45 km**
- Caminhe para o leste na Praça 25 de Abril. **0,52 km**

- Vire à direita na Avenida General Humberto Delgado. **0,54 km**
- Caminhe para oeste na Avenida General Humberto Delgado. **0,60 km**
- Vire à direita na Praça 25 de Abril. **0,66 km**
- Vire à esquerda para permanecer na Praça 25 de Abril. **0,68 km**
- Vire à esquerda para permanecer na Praça 25 de Abril. **0,69 km**
- Caminhe para o sul na Praça 25 de Abril. **0,70 km**

- Caminhe para sudoeste na Rua dos Bombeiros Voluntários. **0,72 km**
- Vire à esquerda no Largo Major Humberto Cruz. **0,79 km**
- Caminhe para o sul no Largo Major Humberto Cruz. **0,80 km**
- Vire à esquerda na Rua Henrique Nogueira. **0,89 km**
- Caminhe para sul na Praça Mestre Simões de Almeida. **0,94 km**
- Caminhe para noroeste na Avenida Cardoso Lopes. **1,03 km**
- Vire à direita na passarela. **1,16 km**

Iniciados - 1500 metros



Instruções

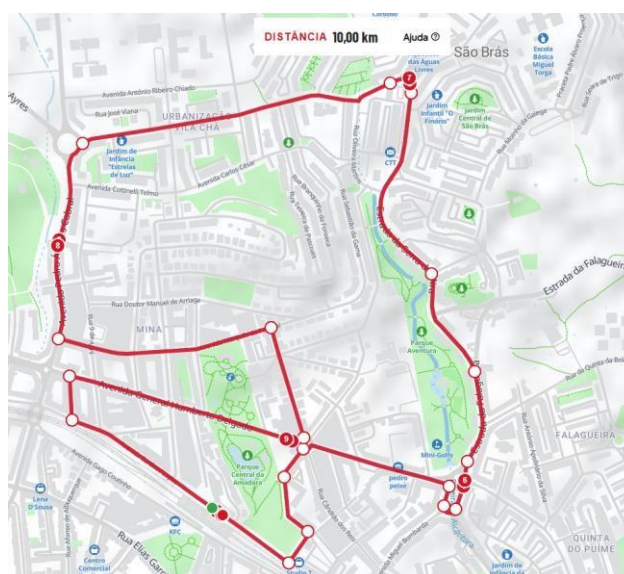
↖ Caminhe para sudeste na Avenida Cardoso Lopes. 0,00 km	↗ Vire à direita na Avenida General Humberto Delgado. 0,54 km	↖ Vire à esquerda no Largo Major Humberto Cruz. 1,10 km
↗ Caminhe para nordeste na Praça Mestre Simões de Almeida. 0,21 km	← Caminhe para oeste na Avenida General Humberto Delgado. 0,76 km	↖ Turn left onto Rua Henrique Nogueira. 1,20 km
↖ Walk northwest on Rua Henrique Nogueira. 0,29 km	↗ Vire à direita na Praça 25 de Abril. 0,97 km	↓ Caminhe para sul na Praça Mestre Simões de Almeida. 1,25 km
↗ Vire à direita no Largo Major Humberto Cruz. 0,35 km	← Caminhe para oeste na Praça 25 de Abril. 0,99 km	↖ Caminhe para noroeste na Avenida Cardoso Lopes. 1,34 km
↗ Bear right onto Rua dos Bombeiros Voluntários. 0,45 km	↖ Vire à esquerda para permanecer na Praça 25 de Abril. 1,02 km	↗ Vire à direita na passarela. 1,47 km
→ Caminhe para o leste na Praça 25 de Abril. 0,52 km	↙ Walk southwest on Rua dos Bombeiros Voluntários. 1,03 km	

Juvenis - 2500 metros



Instruções			
↖ Caminhe para sudeste na Avenida Cardoso Lopes. 0,00 km	→ Caminhe para o leste na Avenida General Humberto Delgado. 0,54 km	↖ Vire à esquerda na Avenida General Humberto Delgado. 1,05 km	↓ Caminhe para o sul na Rua Major Cândido Pinheiro. 1,97 km
↗ Caminhe para nordeste na Praça Mestre Simões de Almeida. 0,21 km	↗ Mantenha-se à direita para permanecer na Avenida General Humberto Delgado. 0,81 km	↗ Mantenha-se à direita para permanecer na Avenida General Humberto Delgado. 1,06 km	→ Caminhe para o leste na Avenida Cardoso Lopes. 2,07 km
↖ Turn left onto Rua Henrique Nogueira. 0,29 km	↖ Caminhe para sudeste na Avenida General Humberto Delgado. 0,85 km	↗ Vire à direita na Praça 25 de Abril. 1,38 km	⌚ Continuar. 2,14 km
↗ Vire à direita no Largo Major Humberto Cruz. 0,35 km	↖ Vire à esquerda na Avenida Comandante Luís António da Silva. 0,93 km	← Caminhe para oeste na Praça 25 de Abril. 1,40 km	↗ Mantenha-se à direita para pegar a Avenida Cardoso Lopes. 2,16 km
↗ Walk northeast on Rua dos Bombeiros Voluntários. 0,45 km	↖ Vire à esquerda na Estrada da Falagueira. 1,02 km	↖ Vire à esquerda para permanecer na Praça 25 de Abril. 1,42 km	↖ Vire à esquerda na passarela. 2,52 km
↗ Vire à direita na Praça 25 de Abril. 0,51 km		↗ Vire à direita na Avenida General Humberto Delgado. 1,43 km	

Juniores, S23, Seniores e Veteranos - 10 000 metros (2 voltas de 5 000 metros)



Instruções			
↖ Caminhe para sudeste na Avenida Cardoso Lopes. 0,00 km	↖ Vire à esquerda na Avenida Comandante Luís António da Silva. 0,93 km	↖ Mantenha-se à esquerda para pegar a Avenida Fernando Valle. 2,75 km	↓ Caminhe para o sul na Rua Major Cândido Pinheiro. 4,52 km
↗ Caminhe para nordeste na Praça Mestre Simões de Almeida. 0,21 km	↗ Mantenha-se à direita para permanecer na Estrada da Falagueira. 1,03 km	↗ Caminhe para sudoeste na Avenida Fernando Valle. 2,77 km	→ Caminhe para o leste na Avenida Cardoso Lopes. 4,62 km
↖ Caminhe para noroeste na Rua Henrique Nogueira. 0,29 km	↗ Caminhe para nordeste na Estrada da Falagueira. 1,06 km	↖ Vire à esquerda na Praça Pedro Álvares Cabral. 2,78 km	⌚ Continuar. 4,68 km
↗ Vire à direita no Largo Major Humberto Cruz. 0,35 km	↑ Caminhe para norte na Estrada da Serra da Mira. 1,27 km	↖ Mantenha-se à esquerda para pegar a Avenida Pedro Álvares Cabral. 2,81 km	↗ Mantenha-se à direita para pegar a Avenida Cardoso Lopes. 4,70 km
↖ Caminhe para o norte no Largo Major Humberto Cruz. 0,44 km	↖ Caminhe para noroeste na Estrada da Serra da Mira. 1,52 km	→ Caminhe para leste na Avenida Marquês de Pombal. 3,22 km	↖ Caminhe para sudeste na Avenida Cardoso Lopes. 4,99 km
↗ Vire à direita na Avenida General Humberto Delgado. 0,54 km	↖ Mantenha-se à esquerda para permanecer na Estrada da Serra da Mira. 1,77 km	↓ Caminhe para o sul na Rua Cândido dos Reis. 3,71 km	
↗ Mantenha-se à direita para permanecer na Avenida General Humberto Delgado. 0,81 km	↑ Caminhe para norte na Estrada da Serra da Mira. 1,98 km	↗ Caminhe para sudoeste na Praça 25 de Abril. 3,97 km	
↓ Caminhe para sul na Avenida Miguel Bombarda. 0,86 km	↖ Vire à esquerda na Rua Francisco Bugalho. 2,02 km	↗ Vire à direita na Avenida General Humberto Delgado. 3,98 km	
↓ Caminhe para sul na Avenida Miguel Bombarda. 0,90 km	↗ Caminhe para sudoeste na Rua Francisco Bugalho. 2,06 km		
	↗ Vire à direita para permanecer na Rua Francisco Bugalho. 2,14 km		