



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

[Rua Rodrigo da Fonseca 56, Lisboa](#) | [21 386 18 11](#) | [@AtletismoLisboa](#) | [lisboa@fpatletismo.org](#)



COMUNICADO COMP - 2025/2026

9ª Edição Marvila Run Campeonato Regional de Estrada 5 Km

Parque Ribeirinha Oriente

30 de maio de 2026

HORA	PROVA	GÉNERO	ESCALÃO	OBS.
16:00	500m	F/M	S10	
16:05	800m	F/M	S12	
16:15	1300m	F/M	S14	
16:30	2000m	F/M	S16/S18	
18:00	5km + 10km (Prova Aberta)	F/M	S20/S23/Sen/Vet	Inclui Adaptado

REGULAMENTO:

Organização

A Junta de Freguesia de Marvila e a Associação de Atletismo de Lisboa organizam a “Marvila Run”.

- Provas Jovens
- Campeonato Regional 5Km
- Prova Aberta de 10Km.

PARTICIPAÇÃO:

Atletas federados e não federados na época desportiva 2025/2026, em representação de clubes ou com filiação individual.

Para o Campeonato Regional de 5 Km apenas serão considerados atletas filiados na AAL.

1 – INSCRIÇÕES:

Devem ser efetuadas na plataforma - competicoes.aalisboa.com.pt, até dia 26 de maio de 2026 (3ª feira).

2 – ESCALÕES:

Provas Jovens:

- 16:00 - S10 - M/F: 500 m
- 16:05 - S12 - M/F: 800 m
- 16:15 – S14 - M/F: 1300 m



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

[Rua Rodrigo da Fonseca 56, Lisboa](#) | [21 386 18 11](#) | [@AtletismoLisboa](#) | [lisboa@fpatletismo.org](#)



16:30 – S16/S18 - M/F: 2000 m

18:00 - 5km-10km- caminhada

Prova 5km (18:00h) Masculinos:

Sub20, Sub23, Seniores, M35 e M40, M45, M50, M55, M60, M65, M70, M75, M80, M85+ e Desporto Adaptado.

Femininos:

Sub20, Sub23; Seniores, F35, F40, F45, F50, F55; F60, F65, F70, F75, F80, F85+ e Desporto Adaptado.

Prova (aberta) 10km: Classificação geral por género e escalão para todas as idades a partir de Sub20.

Dorsais:

Dorsais fornecidos pela organização do evento.

Segurança:

Esta prova será acompanhada pelas forças de segurança Pública, e terá a máxima atenção e acompanhamento por parte dos Bombeiros Voluntários. Neste sentido, consideramos que todos os atletas que se inscrevem se apresentem em boa condição física e robustez para efetuar a prova, sendo que a organização não se responsabiliza por quaisquer acidentes ou danos sofridos pelos mesmos, procurando, contudo, garantir a segurança e a assistência de primeiros socorros através de Bombeiros Voluntários.

3 – CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS:

Haverá classificação individual e coletiva na prova de 5km (Campeonato Regional).

3.1 Individual: a classificação será feita em cada escalão/género.

3.2 Coletiva:

- a) haverá classificação coletiva a qual é obtida pela soma dos pontos dos atletas chegados (1º 8, 2º 7... 8º 1 ponto, do 9º ao último atleta, 1 ponto). Ganha o clube que perfizer a maior pontuação no conjunto de todos os escalões.
- b) A classificação coletiva do escalão de Absolutos (S20/S23 e seniores), (masculino e feminino), considerará o somatório dos pontos atribuídos pela ordem de chegada, obtidos pelos três primeiros atletas de cada clube. Será vencedor o clube que somar menos pontos e, em caso de empate, o que tiver o melhor terceiro elemento.
- c) A classificação coletiva do escalão Veteranos: haverá classificação coletiva a qual é obtida pela soma dos pontos dos atletas chegados (1º 8, 2º 7... 8º 1 ponto, do 9º ao último atleta, 1 ponto). Ganha o clube que perfizer a maior pontuação no conjunto de todos os escalões.



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

[Rua Rodrigo da Fonseca 56, Lisboa](#) | [21 386 18 11](#) | [@AtletismoLisboa](#) | [lisboa@fpatletismo.org](#)



Prémios:

Individual 5kms:

Serão atribuídas prémios aos três primeiros atletas de cada escalão e género e três primeiros da classificação geral.

Coletiva: Prémios do Campeonato Regional

- a) CR 5 km absolutos serão atribuídos prémios às três primeiras equipas, em cada género.
- b) CR de 5km veteranos: serão atribuídos prémios às três primeiras equipas, no conjunto de todos os escalões em cada género.

Individual 10kms: Prémios aos três primeiros atletas de cada escalão e os três primeiros atletas de cada género.

5– CASOS OMISSOS:

Casos omissos serão resolvidos de acordo com o Manual Técnico da WA, Regulamento Geral de Competições e Regulamento Geral de Competições para Jovens da FPA.

Direção
Lisboa, 22 de abril de 2026