

REGULAMENTO da Noturna “Natal na Montanha” Run

4ª Edição – 26 de dezembro de 2025 – Cortes do Meio



1. Enquadramento

Integrada no conjunto de iniciativas promovidas pela Freguesia de Cortes do Meio na quadra natalícia, realiza-se no dia **26 de dezembro de 2025**, em Cortes do Meio, a **quarta edição** da Prova de Atletismo Noturna “Natal na Montanha” Run.

Trata-se de uma corrida popular, noturna, com percurso maioritariamente urbano, percorrendo o “coração” da Aldeia de Cortes do Meio, com partida das Cortes de Baixo, junto à sede da Associação Desportiva “Amigos do Pedal - Cortes do Meio”.

Mantém-se a **vertente solidária**, desafiando cada participante a entregar, no ato de levantamento do dorsal, um bem que será posteriormente doado a uma instituição do Concelho da Covilhã. A instituição e lista de necessidades serão divulgadas oportunamente.

2. Organização

A organização da prova é da responsabilidade da **Associação Desportiva “Amigos do Pedal – Cortes do Meio”**, em estreita colaboração com a **Freguesia de Cortes do Meio**, contando ainda com o apoio técnico da **Associação de Atletismo de Castelo Branco**, da **PTNSport** e da **Meu Tempo**.

3. Participantes e escalões

A prova é aberta à participação de todos os atletas, federados ou não, representando clubes, grupos informais ou individualmente.

Escalões (masculinos e femininos):

- **Juniores** – Nascidos em 2006 e 2007
- **Seniores** – Nascidos entre 1991 e 2005
- **Veteranos I** – 35 a 44 anos (no dia da prova)
- **Veteranos II** – 45 a 54 anos (no dia da prova)
- **Veteranos III** – 55 ou mais anos (no dia da prova)

4. Aptidão Física

Da aptidão física dos atletas são responsáveis os próprios ou as entidades que os inscrevem.

O Seguro de Acidentes Desportivos, modalidade amadora, será assegurado pela organização.

5. Inscrições

A inscrição é individual, podendo ser associada a uma equipa.

As inscrições decorrem até **17 de dezembro de 2025**, através de formulário eletrónico (link será divulgado nas redes e páginas oficiais da prova).

Taxas de inscrição:

- Até **17 de dezembro** – 8 €
- A partir de **17 de dezembro** – 12 €*

*Neste período a organização não garante dorsal personalizado e reserva-se o direito de fechar as inscrições.

Meios de pagamento:

- **Transferência bancária** para:

IBAN: PT50 0045 4031 4036 7430 4913 4
Envio de comprovativo para: **amigosdopedalcortesdomeio@gmail.com**

- **MB WAY:** 925 195 241

Dados necessários na inscrição:

Nome completo; data de nascimento; género; email; contacto; contacto de emergência; NIF; documento de identificação; nome da equipa (se aplicável); federado (sim/não); escalão.

6. Programa / Horário

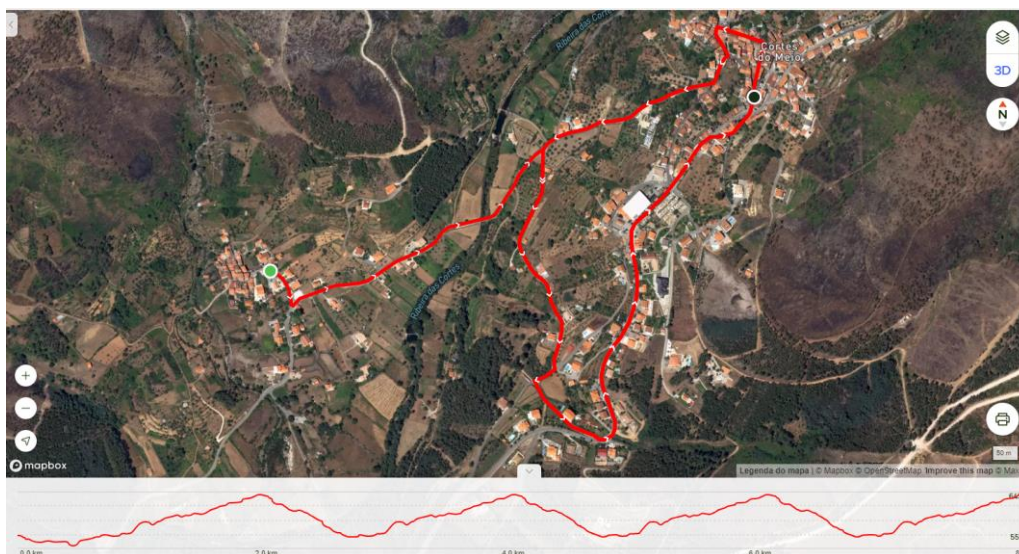
Data: 26 de dezembro de 2025

- **19h00** – Abertura do secretariado
- **20h30** – Transporte dos atletas para a partida
- **21h00** – Início da prova
- **22h30** – Reforço alimentar + entrega de prémios

Partida: Rua de Santo António - Cortes de Baixo (junto à sede da Associação Desportiva “Amigos do Pedal - Cortes do Meio”)

Chegada: Praça da Liberdade – Cortes do Meio

7. Percurso



Saída das Cortes de Baixo na Rua de Santo António/sede dos Amigos do Pedal – Rua do Cascalhal – Rua do Cabeço - Rua Ribeiro do Coelho – Avenida Viriato – Travessa do Calvário - Praça da Liberdade.

A partir da Praça da Liberdade nas Cortes, entramos num circuito que será percorrido 3 vezes e que é o seguinte:

Praça da Liberdade – Rua da Fonte - Rua do Forno – Rua da Carreira – Rua do Cabecinho – Rua do Cascalhal – Rua do Cabeço – Rua Ribeiro do Coelho – Avenida Viriato – Travessa do Calvário – Praça da Liberdade.

A prova terá uma extensão total de 8,2 kms.

8. Levantamento de dorsais

Realiza-se no dia da prova, a partir das **19h00**, na Rua de S. Roque, no Bar do Quim, junto ao pórtico de chegada.

9. Classificações e prémios

- Classificação geral individual e por escalão.
- Classificação coletiva (masc./fem.) – contam os **4 primeiros atletas de cada equipa**. Em caso de empate desempata o melhor classificado das equipas empatadas.
- **Prémio especial de 50 €** para quem bater o **recorde do circuito**.

Recordes atuais:

- Masculino: **7m12s**
- Feminino: **9m16s**

O tempo final tem de estar no máximo a 5 minutos do vencedor do respetivo género para validade do prémio.

Segmento Strava oficial: <https://www.strava.com/segments/35728633>

10. Cronometragem

Cronometragem por chip integrado no dorsal.
A má colocação do dorsal pode impedir o registo do tempo.

11. Desqualificações

Será desqualificado qualquer atleta que:

- manifeste mal-estar físico;
- não realize o percurso completo;
- não tenha dorsal visível;
- utilize dorsal indevido;
- demonstre comportamento antidesportivo.

12. Responsabilidade

Ao inscrever-se, o participante declara não possuir contraindicações para a prática da atividade física.

A organização não se responsabiliza por danos sofridos pelos atletas provocados por si ou por terceiros.

13. Política de Privacidade

Os dados recolhidos destinam-se exclusivamente à gestão de inscrições e realização do evento, com possibilidade de acesso, correção ou eliminação através de pedido para: amigosdopedalcortesdomeio@gmail.com

14. Direitos de Imagem

Ao inscrever-se, o atleta autoriza a utilização gratuita e não condicionada da sua imagem em fotografias e vídeos registados durante o evento.




15. Aceitação dos Termos

A inscrição implica a aceitação integral deste regulamento.

16. Casos Omissos

As situações omissas ou reclamações serão avaliadas pela Associação de Atletismo de Castelo Branco (âmbito desportivo) ou pela Associação Desportiva Amigos do Pedal – Cortes do Meio.

17. Contactos

Associação Desportiva Amigos do Pedal – Cortes do Meio
 amigosdopedalcortesdomeio@gmail.com
 Helder Esteves – Diretor Geral: 966 897 276
 Zé Miguel – Diretor do Evento: 927 188 914