



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

Campeonato da Europa de Corrida de Montanha e Trail

**Kamnik (Eslovenia)
5 a 7 de junho de 2026**

CRITÉRIOS DE INTEGRAÇÃO E CONDUTA NA SELEÇÃO NACIONAL

Campeonatos da Europa de Corrida de Montanha e Trail

Kamnik (Eslovénia), 5 a 7 de junho de 2026

Todos os atletas para integrarem em pleno a Seleção Nacional, terão que formalmente aceitar os seguintes compromissos:

1. Estágio

1.1 Será realizado um estágio de preparação para o Campeonatos da Europa de Corrida de Montanha e Trail que decorrerá nos dias 22, 23 e 24 de maio de 2026, em local a designar oportunamente.

1.2 A ausência deste estágio, a não ser por motivos de força maior formalmente justificada e reconhecida como tal pelo Técnico Nacional, resultará na exclusão da Seleção.

1.3 O atleta excluído dará lugar a outro elegível para o efeito, ou escolhido diretamente pelo Técnico Nacional em articulação com o Diretor Técnico Nacional e Direção da Federação Portuguesa de Atletismo (FPA).

2. Período de Restrição Competitiva

2.1 Restrição competitiva: entende-se por restrição competitiva o conjunto de fatores intencionais de ajuste ou de limitação da rotina do treino que ocorrem nos dias ou semanas que antecedem uma competição. Os períodos de restrição competitiva visam otimizar o desempenho do atleta no dia de prova, permitindo que ele chegue ao Campeonato do Mundo com níveis ideais para a competição.

2.2 O período de restrição competitiva para as competições de Trail: a restrição competitiva em competições de trail até à data do Campeonato da Europa, funcionará nos seguintes moldes:

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



- Restrição competitiva a partir da data de realização do Campeonato Nacional de Trail Ultra até à data do Campeonato da Europa, em provas de distância igual ou superior a 45km.
- Restrição competitiva de 9 de maio de 2026 até à data do Campeonato da Europa, na participação em provas de distância igual ou superior a 30km.

Nota: as distâncias de referência acima mencionadas, são as publicitadas pelo organizador do respetivo evento e não necessariamente a distância real, atenta a difícil aferição antecipada.

- Restrição competitiva total a partir de 22 de maio de 2026 até à data dos campeonatos da Europa.

2.3 O período de restrição competitiva para as Corridas de Montanha: decorrerá de 22 de maio de 2026 até à data do Campeonato da Europa.

Tal como relativamente ao ponto anterior, o não cumprimento desta regra resultará na exclusão do atleta da Seleção, dando o atleta excluído lugar a outro elegível para o efeito, ou escolhido diretamente pelo Técnico Nacional em articulação com o Diretor Técnico Nacional e a Direção da FPA.

3. Critérios de Conduta

A Federação Portuguesa de Atletismo, Técnico Nacional e Diretor Técnico Nacional podem considerar o histórico de conduta do atleta, tanto dentro como fora das competições.

3.1 Antidoping

Cada atleta aceita e autoriza fornecer amostras de sangue, urina ou cabelo, sempre que tal for solicitado quer pelo conselho médico da prova, quer por organismo ou pela Autoridade Nacional ou Internacional em matéria de antidopagem.

3.1.1 Obrigatoriedade

O atleta está obrigado a indicar ao médico da Seleção Nacional, no momento da sua seleção, se usou durante o período de observação mencionado em 2.2 e 2.3, se está

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



a usar, ou se vai solicitar a utilização de uma “Therapeutic Use Exemption” (TUE), que é toda a substância proibida, mas necessária para fins terapêuticos, antes do evento.

3.2 Manifesto de Pretensão

Para os atletas poderem ser selecionados para os Campeonatos da Europa de Corrida de Montanha e Trail 2026, terão de formalmente, através do envio de email para o endereço altorendimento@fpatletismo.pt, indicar por escrito que aceitam os critérios de integração publicados, manifestando dessa forma a sua pretensão em serem convocados.

3.3 Programa “I Run Clean”

Critério de elegibilidade “I RUN CLEAN” - a Federação Portuguesa de Atletismo, apenas poderá inscrever neste Campeonato Europeu, os atletas que receberam e detenham um certificado válido por terem concluído o Programa de Educação Antidopagem da Associação Europeia de Atletismo – “I Run Clean”:

Para aceder ao Programa, o ATLETA deverá entrar na plataforma da Associação Europeia de Atletismo e seguir as informações:

<https://www.irunclean.org/Home/Cultures>.

4. Utilização do Vestuário e Equipamento Oficial e Símbolos Nacionais

Os atletas selecionados não poderão usar símbolos que não os dos patrocinadores da Seleção Nacional, seja em estágio ou em trânsito para estes, comprometendo-se a fazer parte de eventuais sessões de ativação de marcas parceiras da FPA.

A utilização de redes sociais aquando dos estágios da Seleção Nacional será apenas feita pelos meios de comunicação da Federação Portuguesa de Atletismo, podendo os atletas partilhar apenas as publicações oficiais.

Não serão permitidas ativações de marcas patrocinadoras dos atletas durante os estágios. Durante os estágios e Campeonatos, o uso do equipamento determinado pelo Técnico Nacional é obrigatório.

5. A constituição da Seleção Nacional - será publicada em www.fpa.pt uma semana após a realização da última prova de observação.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES





FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

MAIS Atletismo