



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

**3.ºS CAMPEONATOS DE PORTUGAL DE  
MEIA MARATONA**

Lisboa, 8 de março de 2026

## **3.ºs Campeonatos de Portugal de Meia Maratona**

Lisboa

8 de março de 2026

### **NOTA INTRODUTÓRIA**

Dando sequência à calendarização das atividades para a época de 2026, vai a Federação Portuguesa de Atletismo, com a colaboração da Associação de Atletismo de Lisboa, da Câmara Municipal de Lisboa e do Maratona Clube de Portugal, levar a efeito, em simultâneo com a EDP Meia Maratona de Lisboa, no dia 8 de março de 2026, os 3.ºs Campeonatos de Portugal de Meia Maratona.

### **1. PROGRAMA HORÁRIO**

Hora	Competição	Observações
09:30	Campeonato de Portugal de Meia Maratona	Partida da Cruz Quebrada

### **2. ELEGIBILIDADE E PARTICIPAÇÃO**

- 2.1. Poderão participar atletas Seniores masculinos e femininos que se enquadrem numa das seguintes situações:
  - 2.1.1. Sejam atletas do escalão sénior;
  - 2.1.2. Sejam Portugueses e estejam filiados numa Associação Distrital ou numa Federação estrangeira Congénere;
  - 2.1.3. Sejam estrangeiros e estejam filiados numa Associação Distrital;
  - 2.1.4. Sejam estrangeiros e filiados numa Federação Congénere, e tenham obtido autorização expressa da FPA para participar nesta Competição;
- 2.2. Os atletas referidos em 2.1.3. e 2.1.4. não terão direito quer ao título de campeão individual quer aos respetivos lugares de honra.

### **3. INSCRIÇÕES**

#### **3.1. Inscrições**

- 3.1.1. As inscrições para o Campeonato de Portugal de Meia Maratona deverão ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da “Plataforma FPACOMPETICOES” nas respetivas áreas de acesso em

PARCEIROS INSTITUCIONAIS

PATROCINADORES



RADIANT  
Desde 1948

<https://fpacompeticoes.pt/>. As inscrições terão de ser realizadas até às 23:59 horas do dia 19 de fevereiro de 2026.

- 3.1.2. A Federação Portuguesa de Atletismo providenciará a inscrição na EDP Meia Maratona de Lisboa dos atletas inscritos para os Campeonatos de Portugal de Meia Maratona, tendo estes o mesmo direito aos prémios desta competição.
- 3.1.3. As inscrições só serão validadas quando acompanhadas do respetivo comprovativo do resultado, na distância de Meia Maratona, em provas cujas marcas reúnam condições para estarem homologadas.
- 3.1.4. A entrega dos dorsais será feita quinta-feira, sexta-feira e sábado, nos dias 5, 6 e 7 de março, das 10:00 às 20:00 no Centro de Congresso de Lisboa.
- 3.1.5. Para levantar o dorsal, deverá apresentar o comprovativo de inscrição que foi enviado por e-mail. Os dorsais e kits poderão ser levantados por terceiros, desde que apresentem o comprovativo da inscrição do participante.
- 3.1.6. **Os atletas participantes nos Campeonatos de Portugal terão de competir com os dois dorsais (um à frente e outro atrás) que serão fornecidos pela competição.**

#### 4. REGRAS GERAIS

- 4.1. Cerimónias protocolares: solicita-se a melhor colaboração de todos para que as cerimónias protocolares possam decorrer com celeridade e com a dignidade que o momento exige.
  - a) Caso os clubes não estejam presentes na zona protocolar à hora indicada pela organização para a entrega de prémios, as cerimónias protocolares realizar-se-ão sem a presença dos mesmos não podendo, por este facto, ser imputada qualquer responsabilidade pelo sucedido à organização da competição.
  - b) Na cerimónia de entrega de medalhas/troféus os atletas devem ir equipados com o equipamento do clube, devidamente calçados, não

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



RADIANT  
Desde 1948

PATROCINADORES

sendo permitida a utilização de chinelos no pódio, de bandeiras, de cachecóis ou de mensagens políticas.

## 5. PRÉMIOS

5.1. Nestes Campeonatos serão atribuídas medalhas aos três primeiros atletas portugueses classificados dos escalões Sub23 e Absolutos e por género.

## 6. MARCAS DE QUALIFICAÇÃO E QUOTAS

6.1. Para poderem participar nestes Campeonatos, os atletas terão de realizar as marcas de qualificação na tabela abaixo.

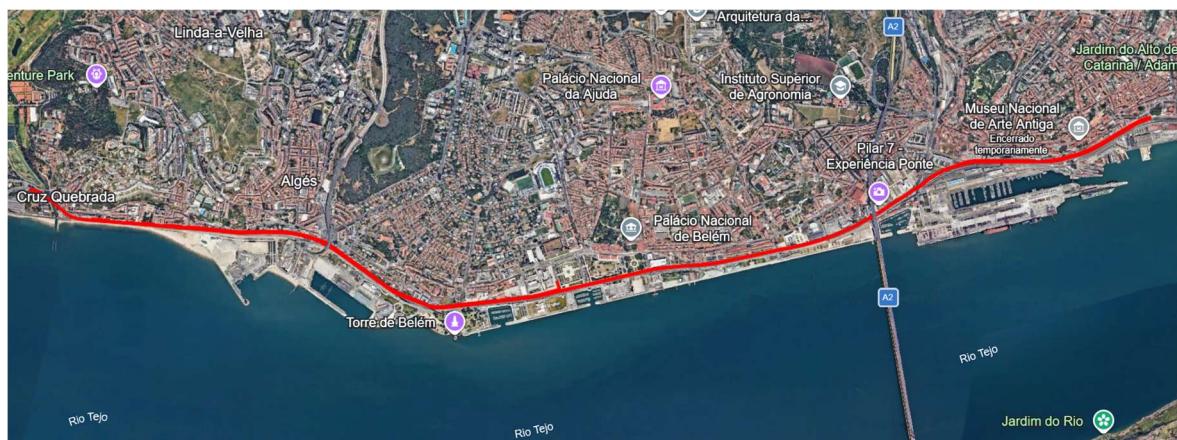
6.1.1. Serão válidas as marcas homologadas obtidas depois de 1 de janeiro de 2025 até 15 de fevereiro, até à quota de 50 atletas (no total de ambos os géneros).

a) Caso não seja preenchida a quota de participação com os atletas com MQ, serão admitidos os atletas com MIC até preenchimento da quota.

	Meia Maratona	
	<b>MQ</b>	<b>MIC</b>
Masculinos	Até 1:08:00	Até 1:10:00
Femininos	Até 1:18:00	Até 1:20:00

## 7. PERCURSO DA PROVA

A partida do Campeonato de Portugal de Meia Maratona será da Cruz Quebrada.



### PARCEIROS INSTITUCIONAIS



### PATROCINADORES



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

---

**MAIS Atletismo**