



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

CAMPEONATOS NACIONAIS DE MARCHA EM ESTRADA

(Sub-18 e Sub-20)

Rio Maior, 16 de maio de 2026

Campeonatos Nacionais de Marcha de 10km em Estrada (Sub-20)

Campeonatos Nacionais de Marcha de 5km em Estrada (Sub-18)

Rio Maior

16 de maio de 2026

NOTA INTRODUTÓRIA

Dando sequência às atividades calendarizadas, vai a Federação Portuguesa de Atletismo, com a colaboração da Associação de Atletismo de Santarém, da Câmara Municipal de Rio Maior e da Desmor EM, SA, levar a efeito no dia 16 de maio os Campeonatos Nacionais de Marcha de 10km em Estrada (Sub-20) e os Campeonatos Nacionais de Marcha de 5km em Estrada (Sub-18), em Rio Maior, integrados no 33º Grande Prémio Internacional de Rio Maior em Marcha com regulamento próprio.

1. PROGRAMA HORÁRIO

Hora	Distancia	Escalão	Género	Observações
15h30	2km	Benjamins, Infantis e Iniciados	Fem./Masc.	GP Internacional de Rio Maior "Marcha Jovem de Promoção"
16h00	5km	Juvenis, Juniores, Seniores e Veteranos	Fem./Masc.	GP Internacional de Rio Maior "Légua de Marcha de Promoção"
		Sub-18	Fem./Masc.	Campeonato Nacional
18h00	20km	Prova Internacional	Femininos	GP Internacional de Rio Maior
	10km	Sub-20	Femininos	Campeonato Nacional
18h12	20km	Prova Internacional	Masculinos	GP Internacional de Rio Maior
	10km	Sub-20	Masculinos	Campeonato Nacional

2. ELEGIBILIDADE E PARTICIPAÇÃO

- 2.1. Poderão participar atletas masculinos e femininos dos escalões de Sub-18 e Sub-20, que se enquadrem numa das seguintes situações:
 - 2.1.1 Sejam portugueses e estejam filiados numa Associação Distrital ou numa Federação Estrangeira Congénere;
 - 2.1.2 Sejam estrangeiros e estejam filiados numa Associação Regional ou Distrital;
 - 2.1.3 Sejam estrangeiros e filiados numa Federação Congénere e tenham obtido autorização expressa da FPA para participar nesta Competição;
 - 2.1.4 Os atletas abrangidos pelas alíneas 2.1.2 e 2.1.3 não terão direito ao título de campeão individual nem aos respetivos lugares de honra.
 - 2.1.5 Os atletas estrangeiros referidos em 2.1.2., menores de 18 anos, serão

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



equiparados a portugueses desde que estejam matriculados numa escola portuguesa no ano letivo anterior à competição em questão, tendo em conta o seguinte:

- a) O certificado de matrícula referente ao ano escolar 2025/2026 deve ser enviado por correio eletrónico, para o endereço portal@fpatletismo.pt, até segunda-feira da semana da competição.
- b) Não serão enquadrados no ponto 2.1.5 os atletas cujo certificado de matrícula indicado não seja rececionado dentro do prazo estipulado.
- c) **Os atletas estrangeiros menores de idade que não sejam abrangidos pelo ponto 2.1.5. (isto é, se não estiveram matriculados numa escola portuguesa no ano letivo anterior) não serão autorizados a participar nestes Campeonatos Nacionais;**
- d) Os atletas que já tenham enviado o certificado de matrícula referente ao ano escolar 2025/2026 para efeitos de participação numa Competição do Quadro Competitivo Nacional 2026, dispensam o cumprimento do estipulado em 2.1.5. a).

2.1.6. Os atletas dos escalões de Sub-18 e Sub-20 só poderão competir nas provas dos seus escalões, NÃO sendo permitida a participação dos Sub-16 na prova de 5km.

3. INSCRIÇÕES

3.1 Inscrições Preliminares

3.1.1. As inscrições deverão ser feitas pelos clubes ou atletas individuais através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> impreterivelmente até às 23:59 horas da segunda-feira, dia 11 de maio de 2026, de forma a ser efetuada a admissão de atletas.

3.1.2. Inscrições de atletas filiados numa Federação estrangeira serão enviadas para a FPA via Federação Membro da World Athletics;

4. POSTOS DE REFRESCAMENTO

4.1. A organização providenciará postos de refrescamento de acordo com as regras da World Athletics.

PARCEIROS INSTITUCIONAIS

PATROCINADORES



5. CLASSIFICAÇÕES

5.1. Nestes campeonatos haverá classificação individual e coletiva nos escalões em competição (Sub-18 e Sub-20).

5.1.1. Para a classificação coletiva destes Campeonatos Nacionais serão considerados os três (3) primeiros atletas de cada equipa, podendo apenas pontuar um (1) atleta estrangeiro por clube, desde que inscrito até 31 de março.

5.1.2. Não será realizado nenhum ajuste nas pontuações das equipas em relação aos membros das equipas que não pontuam ou aos atletas que participam individualmente.

5.1.3. Em caso de empate pontual, será vencedora a equipa cujo último elemento a pontuar esteja melhor classificado.

5.1.4. Definida a pontuação das equipas, estas serão seriadas por ordem crescente do total de pontos obtidos.

5.1.5. Em caso de empate pontual, sairá vencedora a equipa cujo terceiro elemento esteja melhor classificado.

6. PRÉMIOS

6.1. Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados em cada escalão e género em competição (Sub-18 e Sub-20);

6.2. Serão atribuídas medalhas aos três elementos das equipas e troféus às três melhores equipas dos escalões de Sub-18 e Sub-20 em cada género.

7. MARCAS DE QUALIFICAÇÃO

FEMININOS		Disciplina	MASCULINOS	
Sub-18	Sub-20		Sub-18	Sub-20
38.00	---	5 km	34.00	---
---	1:10.00 34.00 (5km)	10 km	---	59.00 32.00 (5km)

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES

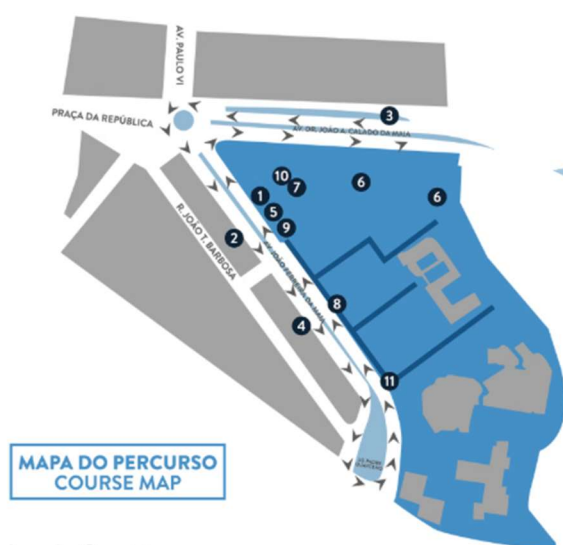


7.1. Período de Qualificação

7.1.1. Serão aceites, para efeito de inscrição nestes campeonatos, marcas obtidas entre 1 de janeiro de 2025 e até ao domingo anterior à competição.

8. PERCURSO

MAPA DO PERCURSO



MAPA DO PERCURSO
COURSE MAP

Legendas /Description:

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| ① Meta (Start/Finish) | ⑥ WC |
| ② 500m | ⑦ Serviços Médicos /Medical Services |
| ③ Refrescamento /Water | ⑧ Quadro de faltas /Scoreboard |
| ④ Abastecimento /Personal Drink | ⑨ Tenda VIP /VIP Tent |
| ⑤ Câmara de chamada /Call Room | ⑩ Secretariado /Accreditation Center |
| ■ Zona de aquecimento /Warm up Area | ⑪ WC Atletas /WC Athletes |

<https://www.marchariomaior.org/not%C3%ADcias>



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

MAIS Atletismo