

Artigo n.º 1 – Evento

A Volta Solidária CA 2026 é um evento organizado pelo Centro de Cultura e Desporto, disputado em conformidade com as autorizações e pareceres obtidos para o evento, bem como do presente regulamento e das regras do Código da Estrada (nos percursos que o justifiquem).

Artigo n.º 2 – Natureza do Evento

A 5ª edição da Volta Solidária CA não é uma prova de competição. É um evento de em que os participantes andam ao seu ritmo em toda a extensão do percurso, sendo-lhes, no entanto, cronometrado, por meios eletrónicos (chip), o tempo que demoram a completar a totalidade do(s) percurso(s).

Artigo n.º 3 – Data

A 5ª edição do VOLTA SOLIDÁRIA CA terá início às 8:30 h do dia 26 de setembro de 2026 (sábado), no Anfiteatro Keil do Amaral, localizado no Parque Florestal de Monsanto em Lisboa, terminando no mesmo local da partida.

Artigo n.º 4 – Inscrições

As inscrições revertem a favor da instituição de solidariedade a apoiar, são limitadas a 1.000.

Período de Inscrições (14.08.2026 – 15.09.2026)
Valor: 10,00 €

* – Inclui seguro de acidentes pessoais e responsabilidade civil.

Artigo n.º 5 - Objetivos

Tem por objetivos proporcionar a todos os participantes uma experiência de entretenimento e de salutar convívio, a sensibilização para as causas da sustentabilidade e da mobilidade sustentável em particular e permitir simultaneamente um encontro com a história, a cultura e o património dos locais visitados.

Artigo n.º 6 - Percursos/Vertentes/Distâncias/Durações

A 5ª edição da Volta Solidária CA” tem as seguintes vertentes, distâncias e durações:

PERCURSO	VERTENTE	DIFICULDADE	LOCAL de PARTIDA e CHEGADA	DISTÂNCIA ESTIMADA	DURAÇÃO PREVISTA
A	Caminhada	Fácil	PARTIDA e CHEGADA: (Anfiteatro Keil do Amaral) Parque Florestal de Monsanto em Lisboa	5 Km (1 volta)	02:00 h
B	Cicloturismo	Difícil		27 Km (2 voltas)	02:00 h
C	Corrida	Fácil		10 Km (2 voltas)	01:00 h

Artigo n.º 7 - Horários

A 5ª edição da Volta Solidária CA realiza-se no dia 26 de setembro de 2026

- Ponto de Encontro: 8:30 h | Alameda Keil do Amaral em Monsanto.
- Partida do Cicloturismo | 09:00 h.
- Partida da Corrida | 09:30 h.
- Partida da Caminhada (3ª Caminhada Natércia Duarte) | 09:45 h.

Artigo n.º 8 - Inscrições e nº de participantes

A “Volta Solidária CA” terá um limite total de 1.000 participantes no conjunto das três vertentes (Caminhada, Cicloturismo e Corrida), os quais deverão efetuar a inscrição através da submissão de formulário para o efeito, impreterivelmente até ao dia 15 de setembro de 2026 às 18h00 ou até ser atingido o limite acima indicado.

O pagamento da inscrição pode ser feito por ref. MB (prazo de validade das Ref. MB de 72horas), sendo que a inscrição só será considerada válida após o pagamento da mesma.

Depois de efetuado o pagamento, em caso de desistência até ao dia 14 de agosto de 2026 o participante pode reaver 50% do valor da inscrição.

Artigo n.º 9 - Inscrições e Preços

A inscrição no valor de 10,00 €, inclui:

- Participação no evento, com todo o enquadramento organizativo, logístico e legal;
- Disponibilização de abastecimentos, líquidos e sólidos, ao longo dos percursos e um Welcome Coffee (no início do mesmo) e um pequeno “brunch” (no final), sem obrigatoriedade de disponibilização de lugares sentados;
- Equipamento oficial do evento de utilização obrigatória, composto por uma t-shirt;
- Seguro de acidentes pessoais e de responsabilidade civil;
- Assistência médica durante a prova;

Artigo n.º 10 - Ordem de partida

As partidas serão dadas no estrito cumprimento do horário acima referido.

Artigo n.º 11 - Assistência

Não haverá assistência mecânica no local de partida e ao longo do percurso, aconselhando-se assim aos participantes que transportem consigo material e ferramentas básicas, como câmaras-de-ar suplentes, desmontas e bomba para fazer face a problemas simples como furos.

Artigo n.º 12 - Tamanhos de Vestuário disponíveis

A escolha dos tamanhos dos equipamentos a colocar na ficha de inscrição deve observar a informação a disponibilizar no mais curto espaço de tempo possível.

A organização precisa de 2 semanas para que lhe sejam disponibilizados os equipamentos pelo Fornecedor e de uma semana para que os mesmos possam ser levantados no CCDCAM ou enviados por correio interno aos participantes.

Artigo n.º 13 - Credenciação

A assinatura da folha de partida inicia-se às 8:30 h no ponto de encontro e termina cinco minutos antes da partida simbólica.

Salvaguardadas situações excepcionais, a presença dos participantes no ponto de encontro é obrigatória.

Os participantes têm de apresentar-se com o equipamento do evento.

Artigo n.º 14 - Sustentabilidade

A organização da 5ª Volta Solidária CA, na salvaguarda dos bons princípios de Protecção ambiental apela aos diversos intervenientes que adotem medidas que permitam a manutenção da limpeza dos locais de partida, chegada e percursos do evento.

Os participantes deverão utilizar as zonas de descarte de resíduos existentes nos diferentes percursos.

Artigo 15.º - Normas de Participação

1. O uso de capacete de Protecção, por parte dos cicloturistas, é obrigatório durante todo o passeio;
2. Os participantes devem circular com máxima cautela, tendo em consideração que os trilhos do Parque Florestal de Monsanto são partilhados com outros ciclistas e peões. As vias devem permanecer livres para circulação em ambos os sentidos.
3. Não é permitido ultrapassar o guia em momento algum;

4. É obrigatório o respeito pelo Código da Estrada;
5. Serão convidados a abandonar o passeio todos os participantes que:
 - a. alterem o percurso definido;
 - b. prejudiquem o bom funcionamento da atividade;
 - c. cometam infrações de carácter ético ou desportivo;
6. Esta é uma atividade de lazer, não havendo qualquer tipo de classificação competitiva.

Artigo 16.º - Disposições Finais

7. Os diferentes percursos de Caminhada, Cicloturismo e Corrida foram delineados, com recurso, sempre que possível, a ligações pedonáveis e cicláveis.
8. A todos os participantes é exigido o respeito integral pelas leis do Código da Estrada, particularmente no que respeita aos percursos de Cicloturismo que são parcialmente efetuados por estradas abertas ao trânsito.
9. Os participantes na Caminhada devem privilegiar a utilização dos passeios, se existirem, aquando da necessidade de utilizarem a via pública no acesso ao evento e após a sua conclusão.
10. A organização não poderá ser responsabilizada por qualquer acidente que o participante possa causar ou ser vítima, nem de eventuais dívidas contraídas pelos participantes antes, depois ou no decurso do evento, nem de avarias ou extravios que possam sofrer bicicletas e/ou outros equipamentos dos participantes.
11. Ao inscrever-se, o participante está implicitamente a isentar a organização de responsabilidade por perda ou deterioração de objetos pessoais sob qualquer circunstância.
12. A organização reserva-se o direito de efetuar as modificações que considerar oportunas, no percurso ou outras, sempre e quando estas se justificarem. De igual modo reserva-se o direito de admissão no evento.
13. A aceitação deste regulamento significa que o participante autoriza a organização a gravar, total ou parcialmente, a sua participação na mesma; a utilização da sua imagem na promoção e divulgação da imagem sob todas as suas formas (TV, rádio, imprensa, fotos, DVD, internet, cartazes, flyers, etc) e cede todos os direitos relativos à exploração comercial e publicitária da mesma sem reclamar qualquer contrapartida económica. A organização garante aos participantes o total respeito pela lei de proteção de dados.
14. O mero ato de inscrição neste evento supõe a aceitação total deste regulamento, enquanto se renuncia a toda e qualquer ação legal contra a organização.
15. Recomenda-se vivamente a todos os participantes a realização de um exame médico completo antes de participar neste passeio. Do mesmo modo se chama a atenção para a necessidade de uma alimentação/hidratação adequada, não obstante a

organização disponibilizar reforço de líquidos e sólidos em pontos determinados do percurso.

16. A organização não assumirá qualquer responsabilidade, nomeadamente indemnizar os participantes, ou devolver o valor da inscrição, caso o passeio (prova aberta) seja adiado ou cancelado por motivos de força maior se as condições climáticas, ambientais ou de segurança se verificarem extremas (ex.: incêndio florestal, tempestades, derrocadas, quedas de árvores, ciclones, conflito armado, epidemias, pandemias, etc.), caso se verifiquem estas condições a prova é cancelada ou reagendada por decisão da organização.
17. Compete à organização analisar e decidir sobre eventuais casos omissos e/ou excepcionais.
18. Será disponibilizado apoio por voluntários durante esta atividade, bem como estará presente uma ambulância com respetiva equipa técnica que prestarão auxílio aos participantes, se necessário.
19. A aceitação do regulamento por parte do participante é prova de que se encontra em boa condição física para participar no evento.
20. Caso se venham a revelar necessário, os participantes autorizam a comunicação via SMS e email com os seguintes fins:
 - informação dos dados de pagamento;
 - informação dos dados de participante;
 - informação sobre a prova.
21. O controlo de tempo de cada atleta será efetuado com meios eletrónicos, recorrendo à utilização de chips. A utilização do chip é obrigatória, devendo o atleta cumprir as regras para o seu correto posicionamento e utilização. O uso incorreto do chip ou a sua não utilização por parte de um atleta implicará o não registo da sua passagem nos controlos de passagem estipulados pela organização, acarretando a desclassificação do atleta, com a consequente ausência da lista final de tempos e a perda de direito ao seu diploma de participação. Os controlos de passagem e de recolha de tempos estarão situados no local de partida e na chegada;
22. Os atletas que desistam no decorrer da prova devem dirigir-se aos membros da organização, pessoalmente ou por telefone, anunciando a sua desistência. Ao ser detetada a ausência de um atleta, podem ser despoletados meios de socorro e de resgate. O desrespeito por esta norma responsabilizará o atleta que não fez esta comunicação pelos custos do processo de busca e resgate. Para além disso será sancionado com a proibição de participar em edições posteriores da prova.
23. Os atletas devem respeitar escrupulosamente os horários, nomeadamente o horário da partida,
24. A organização disporá de um acompanhamento médico da prova, com várias equipas médicas móveis e ambulâncias. Em caso de necessidade os participantes devem solicitar a ajuda aos elementos da organização que desencadearão os meios de assistência necessários.
25. Os atletas que tenham sofrido algum acidente no decorrer da prova e tenham tido por isso necessidade de recorrer aos serviços de emergência, de assistência médica ou

de evacuação pelos meios de socorro, devem no prazo máximo de 3 dias após o dia da prova, participar o acidente.