



REGULAMENTO CENTRO DESPORTIVO DE MARCHA E CORRIDA ÉPOCA DESPORTIVA 2026-27

1. DATAS E HORÁRIOS

A época desportiva tem o seu início a 1 de setembro de 2026 e termina a 31 de julho de 2027, com a duração de 11 meses.

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Local Início de Treino	CNL	ESTÁDIO		CNL	
Horário	19h - 20h15	19h - 20h15		19h - 20h15	

2. INSCRIÇÃO E SEGURO DESPORTIVO

Para usufruir dos serviços do Centro Desportivo de Marcha e Corrida, é obrigatório possuir um seguro desportivo. Esse seguro pode ser obtido através de uma das seguintes opções:

- Inscrição no Programa Nacional de Marcha e Corrida (PNMC) através do link: portal.fpatletismo.pt. Neste caso, o pagamento do seguro é da responsabilidade do utente.
- Inscrição na Federação Portuguesa de Atletismo, através do link: portal.fpatletismo.pt. Deve seleccionar a Associação de Atletismo de Leiria na plataforma. Após concluir o registo, envie o número de registo atribuído para o e-mail geral@juventudevidigalense.org. Em seguida, receberá um convite na sua área pessoal da plataforma, que deverá aceitar. O valor do seguro está incluído na taxa de inscrição paga ao clube, não sendo necessário qualquer pagamento adicional. Com esta opção o utente ficará federado, isto é, poderá participar em competições.

3. PREÇOS E MODO DE PAGAMENTO

O pagamento do enquadramento técnico e utilização do Centro Nacional de Lançamentos tem um valor anual de 200€ (desconto de 1 quota mensal), havendo também a possibilidade do pagamento em prestações mensais de 20€. Caso o utente opte pela modalidade de quota mensal será o valor de 11 prestações de 20€. O valor da joia de inscrição (inicial e renovações) será de 10€ que inclui oferta de uma t-shirt, caso pretenda seguro desportivo no ato da inscrição, o valor da joia de inscrição tem o valor de 50€.

Centro Desportivo de Marcha e Corrida	Joia de Inscrição	Quota Mensal	ou	Quota Anual
ACOMPANHAMENTO TÉCNICO + UTILIZAÇÃO DO CNL	10€	20€		200€
ACOMPANHAMENTO TÉCNICO + UTILIZAÇÃO DO CNL + SEGURO DESPORTIVO	50€	20€		200€

Há ainda a possibilidade de adquirir packs de treinos (consultar tabela abaixo).

Centro Desportivo de Marcha e Corrida	Joia de Inscrição	Pack 10 Treinos	ou	Pack 20 Treinos
AQUISIÇÃO DE PACKS DE TREINOS	10€	35€		66.50€

Nota: O pack de treinos deverá ser entregue ao técnico em cada utilização na unidade de treino.

✉ geral@juventudevidigalense.org
☎ +351 244 833 799 (chamada para a rede fixa nacional)
📞 912 727 166 (chamada para rede móvel nacional)
🌐 www.juventudevidigalense.pt
📍 Apartado 2853 - 2401-901 Leiria



O pagamento das prestações mensais deverá ser efetuado até ao dia 8 do mês de prática e pode ser feito das seguintes formas:

- Transferência Bancária para o IBAN PT50 0033 0000 06180898001 23 (enviar o comprovativo para geral@juventudevidigalense.org).
- Por MB Way para o número 912727166 (enviar comprovativo para geral@juventudevidigalense.org com indicação do nome do utente – número de transações limitadas)
- No gabinete do EML - em numerário ou multibanco

A falta não justificada, não frequência dos treinos ou desistência não isenta o pagamento das quotas mensais que deverão ser liquidadas entre setembro e julho, sem interrupção.

4. INTERRUÇÃO DE TREINOS

Ao longo da época desportiva, haverá alguns momentos de interrupção de treinos, nomeadamente nas seguintes datas já previstas:

- 5 de outubro de 2026
- 1, 8, 24, 25 e 31 de dezembro de 2026
- 1 de janeiro de 2027
- 9 de fevereiro de 2027
- 26 e 27 de março de 2027
- 1, 22 e 27 de maio de 2027
- 10 de junho de 2027
- 1 a 31 de agosto de 2027

5. EXAME MÉDICO-DESPORTIVO E BENEFÍCIOS DE FISIOTERAPIA

A realização do Exame Médico Desportivo é aconselhável. O Exame serve para despistar qualquer problema que condicione a prática desportiva do atleta e deverá ser enviado para geral@juventudevidigalense.org.

O utente deverá informar o técnico responsável sobre qualquer condição de saúde, lesão ou limitação relevante para a prática desportiva.

Os utentes do Centro Desportivo de Marcha e Corrida terão acesso por valores reduzidos ao gabinete de fisioterapia do clube no valor de € 17,5 por sessão.

6. DIREITOS DE IMAGEM

Ao proceder à inscrição, autoriza a cedência de forma gratuita e incondicional ao Juventude Vidigalense, os direitos da utilização da imagem tal como captada, por meio de fotografia ou vídeo, durante a participação em competições e/ou atividades desportivas inerentes à atividade regular do clube e dos seus técnicos, autorizando a sua reprodução em peças de comunicação única e exclusivamente de apoio à divulgação e promoção das atividades do clube e dos respetivos parceiros institucionais.

7. COMUNICAÇÃO E GRUPOS DE WHATSAPP

A aceitação do presente regulamento autoriza o Juventude Vidigalense a utilizar o número de telefone indicado na inscrição para enviar convites de acesso à Comunidade do WhatsApp do clube e aos respetivos grupos de treino e comunicação. Estes destinam-se exclusivamente à divulgação de informações relacionadas com a atividade do clube. Ao aderir à Comunidade ou aos grupos, o número de telefone e o nome associados à conta WhatsApp poderão ficar visíveis para os restantes participantes, nos termos de funcionamento da plataforma. A adesão é facultativa e o utilizador poderá abandonar a Comunidade ou qualquer grupo a qualquer momento.

✉ geral@juventudevidigalense.org
☎ +351 244 833 799 (chamada para a rede fixa nacional)
📞 912 727 166 (chamada para rede móvel nacional)
🌐 www.juventudevidigalense.pt
📍 Apartado 2853 - 2401-901 Leiria