

REGULAMENTO · V EDIÇÃO

V Grande Maratona Internacional da Ria de Aveiro

14 e 15 de novembro de 2026 · Ria de Aveiro, Portugal



2 DIAS	3 ETAPAS	≈ 60 QUILÓMETROS	02 nov LIMITE DE INSCRIÇÃO
-----------	-------------	---------------------	-------------------------------

ÍNDICE

[01 Organização](#)[02 Definição](#)[03 Participantes](#)[04 Constituição das embarcações](#)[05 Etapas](#)[06 Largada](#)[07 Chegada](#)[08 Assistência](#)[09 Segurança](#)[10 Desclassificações](#)[11 Controlo de segurança](#)[12 Prémios](#)[13 Custos e condições](#)[14 Inscrições](#)[15 Etapas lazer](#)

EM RESUMO

Datas

14 e 15 de novembro de 2026

Etapas

20 km · 12 km · 28 km

Inscrições

Até 02 de novembro de 2026, por email

Percurso

Aveiro → Torreira → Ovar → Aveiro

Embarcações

K4, C4 e K2 · escalão Cadete ou superior

Contacto

grandemaratonaria@gmail.com

01

Organização

Associação de Canoagem do Centro de Portugal

Associação de Canoagem de Cacia

Associação Cultural e Recreativa Saavedra Guedes

Clube de Canoagem de Ovar

Associação Náutica da Torreira

Sporting Clube de Aveiro

Apoio: Federação Portuguesa de Canoagem



02

Definição

A Grande Maratona Internacional da Ria é uma competição de longa distância dividida por etapas. A prova desenrola-se na bacia hidrográfica da Ria de Aveiro, ligando os clubes da região e envolvendo os participantes num trajeto competitivo, enquadrado numa singular biodiversidade.



Partida de uma das etapas na Ria de Aveiro.

03

Participantes

IDADE*	ESCALÃO
15 – 16 anos	Cadete
17 – 18 anos	Júnior
19 – 34 anos	Sénior
≥ 35 anos	Master

* Para efeitos de contabilização dos escalões, a idade corresponde a: 2026 – ano de nascimento.

- São admitidos à competição todos os atletas do escalão de Cadete ou superior.
- As embarcações podem ser constituídas por atletas de clubes e nacionalidades diferentes.
- É permitido que os atletas cadetes integrem embarcações juniores ou seniores absolutos, sendo obrigatória a presença de forma constante de um atleta júnior, sénior absoluto ou máster na embarcação. Não é permitida a participação de embarcações constituídas exclusivamente por atletas cadetes.
- Todas as embarcações podem ser inscritas com um atleta suplente.
- As substituições do atleta suplente podem ser feitas entre as etapas e nunca durante as etapas.
- Todos os atletas que participam na prova devem estar identificados com a pulseira disponibilizada pela organização, facilitando assim a troca do atleta suplente.

Não é possível a troca de embarcação durante cada uma das etapas da prova. No caso de avaria da embarcação, pode haver a utilização de uma embarcação nova nas etapas seguintes.

04

Constituição das embarcações

K₄ / C₄

EMBARCAÇÃO	ESCALÕES QUE INTEGRAM
K4 Júnior Masculino	Cadetes e Júniores Masculinos
K4 Júnior Feminino	Cadetes e Júniores Femininos
K4 / C4 Absoluto Masculino	Cadetes, Júniores, Sêniores Masculinos e Master
K4 / C4 Absoluto Feminino	Cadetes, Júniores, Sêniores Femininos e Master Femininos
K4 Master Masculino	Master A; Master B; Master C; Master D
K4 Master Feminino	Master A; Master B; Master C; Master D Feminino
K4 Master Misto	Master A; Master B; Master C; Master D. Obrigatório que se apresente em todas as etapas da regata com pelo menos 1 atleta de género diferente da restante tripulação.
K4 / C4 Absoluto Misto	Cadete; Júnior; Sénior; Master A; Master B; Master C; Master D. Obrigatório que se apresente em todas as etapas da regata com pelo menos 1 atleta de género diferente da restante tripulação.

K₂

EMBARCAÇÃO	ESCALÕES QUE INTEGRAM
K2 Júnior Masculino	Cadetes e Júniores Masculinos
K2 Júnior Feminino	Cadetes e Júniores Femininos
K2 Absoluto Masculino	Cadetes, Júniores, Séniores Masculinos e Master
K2 Absoluto Feminino	Cadetes, Júniores, Séniores Femininos e Master Femininos
K2 Master Masculino	Master A; Master B; Master C; Master D
K2 Master Feminino	Master A; Master B; Master C; Master D Feminino
K2 Master Misto	Master A; Master B; Master C; Master D. Obrigatório que se apresente em todas as etapas da regata com pelo menos 1 atleta de género diferente da restante tripulação.
K2 Absoluto Misto	Cadete; Júnior; Sénior; Master A; Master B; Master C; Master D. Obrigatório que se apresente em todas as etapas da regata com pelo menos 1 atleta de género diferente da restante tripulação.

05

Etapas

1 ^a	Aveiro → Torreira	14 de novembro, manhã	Cerca de 20 km
2 ^a	Torreira → Ovar	14 de novembro, tarde	Cerca de 12 km
3 ^a	Ovar → Aveiro Cidade	15 de novembro, manhã	Cerca de 28 km

Os horários de partida podem sofrer ajustes durante a competição de acordo com as condições do vento e/ou maré.

06

Largada

Para as largadas, as embarcações alinham na água entre dois pontos, sendo estas feitas em dois blocos:

ETAPAS LONGAS (1 E 3)

1.º bloco — todas as embarcações K2 e C4

2.º bloco — todas as embarcações K4

ETAPA CURTA (2)

1.º bloco — todas as embarcações K4

2.º bloco — todas as embarcações K2 e C4

Independentemente da classificação obtida na etapa anterior, as largadas são feitas em conjunto, sendo que para a classificação final conta o somatório dos tempos de cada etapa. A classificação é determinada pelo menor tempo de prova.

- Caso um barco não complete uma das etapas, é-lhe atribuído o tempo do último barco do escalão acrescido de 30 min.
- Caso um barco seja retirado de prova no tempo de controlo na última etapa, é-lhe atribuído o tempo do último barco do escalão acrescido de 60 min.

07

Chegada

A linha de meta situa-se entre dois pontos a definir por etapa e terá uma distância aproximada de 30 metros.

08

Assistência

- Não é permitido os atletas serem acompanhados ou receberem assistência de embarcações não autorizadas a participar na prova.
- Um competidor pode receber assistência na margem. Esta assistência é limitada a serviços de primeiros socorros, fornecimento de comida, bebidas ou vestuário, substituição de equipamento em deficientes condições (incluindo pagaia) e ajuda em reparações.
- Em caso de naufrágio, um competidor pode receber assistência para esvaziar o seu barco e retomar a sua posição de remada no mesmo local em que foi socorrido.

09

Segurança

- Todas as embarcações têm de flutuar mesmo cheias de água.
- É obrigatório o uso de colete salva-vidas para atletas menores de 18 anos, com pelo menos 6 kg de flutuação.
- É obrigatório um telemóvel por embarcação, devidamente isolado numa bolsa à prova de água. O telemóvel deve encontrar-se com bateria, pronto a efetuar chamadas de emergência.
- É obrigatório transmitir à organização o contacto móvel que está presente na embarcação.
- É aconselhada a utilização de saíotes.
- É permitida a utilização de bombas elétricas para escoar a água do barco.
- As etapas poderão ser alteradas ou anuladas devido às más condições do plano de água, climáticas e/ou de segurança. A anulação das mesmas é da responsabilidade da organização da competição.

10

Desclassificações

- Todo o atleta que tente impedir o seu adversário de cortar a meta entre as bandeiras de chegada será desclassificado.
- Não é permitido, durante a prova, ser acompanhado por embarcações não participantes ao longo do percurso. Tais atos acarretam a desclassificação do(s) competidor(es) em questão.
- Não é permitido aos atletas tirar benefício encurtando o percurso.
- Qualquer conduta antidesportiva ou de desrespeito pela equipa de arbitragem pode ser punida com desclassificação.

II

Distância de controlo de segurança

Por motivos de segurança, será realizado um controlo de tempo durante a terceira etapa, à passagem pela Torreira. Este controlo irá depender das condições atmosféricas, a avaliar no início da etapa pela equipa de organização.

CONDIÇÕES	K ₄ / C ₄	K ₂
Bom tempo	Atraso superior a 20 min face à 3. ^a embarcação K ₄	Atraso superior a 25 min face à 3. ^a embarcação K ₂
Mau tempo	Atraso superior a 18 min face à 3. ^a embarcação K ₄	Atraso superior a 20 min face à 3. ^a embarcação K ₂

Qualquer embarcação que passe no ponto de controlo com um atraso superior ao indicado será retirada da prova por indicação da equipa de arbitragem. Caso uma categoria possua menos de 5 embarcações inscritas, o controlo será efetuado relativamente à embarcação líder.

- O controlo será efetuado num local onde esteja assegurada a recolha da embarcação por atrelado (Torreira).
- As embarcações que sejam retiradas de prova terão classificação DNF. O tempo da etapa será o tempo do último da categoria + 60 min.
- Os atletas serão obrigados a sair da água. Caso optem por continuar o percurso, deixam de ser considerados participantes em prova.

I 2

Prêmios

Classificação do dia 1 — diplomas

Primeiro, segundo e terceiro de cada escalão, pela soma das 2 etapas do dia.

Entrega de um boné amarelo à primeira embarcação K4 e K2 masculina, feminina e mista.

Entrega de prêmios durante o jantar de sábado. Durante o jantar será feito o sorteio de ofertas entre os participantes.

Classificação final — medalhas

Primeiro, segundo e terceiro de cada escalão, pela soma dos tempos de todas as etapas.

Não haverá classificação coletiva.

Entrega de prêmios durante o almoço de domingo.

Em caso de empate na classificação geral, vence a embarcação mais bem classificada na terceira etapa.

13

Custos e condições

Refeições

Almoço de sábado · Torreira	8 €
Jantar de sábado · Ovar	9 €
Almoço de domingo · Aveiro	9 €

Aluguer de embarcação (2 dias)

K4	250 €
K2	150 €

Para alugar barcos com bancos e finca-pés terá de ser feito o depósito de uma caução no valor dos mesmos, que será devolvida no fim da prova.

Dormidas

Estadia gratuita no Pavilhão da Escola Secundária Júlio Dinis (Ovar). Pedido por email para grandemaratonaria@gmail.com.

Pacote completo · 3 dias / 2 noites

270 € / atleta

Aluguer de K4 / K2

Transportes entre etapas

Dormida de 2 noites com pequeno-almoço (sexta e sábado) — hotel em Aveiro e Pousada de Juventude em Ovar

Almoço e jantar de sábado e almoço de domingo

Para alugar barcos com bancos e finca-pés terá de ser feito o depósito de uma caução no valor dos mesmos, que será devolvida no fim da prova.

14

Inscrições

Todas as inscrições devem ser enviadas por email para grandemaratonaria@gmail.com com os seguintes dados:

Tipo de embarcação

País

Nomes dos participantes

Pedido de refeições

Números federativos

Pedido de aluguer de barco / pacote completo

Data limite de inscrição: **02 de novembro de 2026**. Os dados para pagamento serão enviados na confirmação da inscrição, por email.

15

Etapas lazer

Na edição de 2026 serão abertas 2 etapas da prova a atletas de canoagem na vertente lazer. Nestas etapas podem participar embarcações de 1 e 2 lugares, com guias da organização a controlar o ritmo.

- Colete obrigatório.
- Apenas serão aceites embarcações insubmersíveis.
- Todos os participantes têm de estar inscritos na FPC como atletas ou como praticantes lazer.

ETAPA 1 — LAZER

Torreira → Ovar

11 km · largada sábado, dia 14, à tarde

ETAPA 2 — LAZER

Cacia → Aveiro (hipótese 1)

Circuito com saída e chegada em Aveiro (hipótese 2)

11 km · largada domingo, dia 15, de manhã

APOIOS:



Organização · Associação de Canoagem do Centro de Portugal · grandemaratonaria@gmail.com