

REGULAMENTO TRAIL LAAC 2026



- Prova organizada pela **Secção Gimnodesportiva da Liga dos Amigos de Aguada de Cima - LAAC**, sendo denominada de **6º LAAC TRAIL** – Prova inserida no **TROFÉU DE TRAIL TERRAS DE ÁGUEDA** e será realizada no dia **01 de Março de 2026** pelas 9h.
- O Regulamento é igual para as diferentes distâncias (Trail Longo, Trail, Mini-Trail, Caminhada, Trail Kids), sendo que o trajeto decorrerá em caminhos rurais e trilhos dos concelhos de Águeda, com início e chegada no Pavilhão Gimnodesportivo da LAAC.
- **A Prova da LAAC TRAIL é constituída por 3 percursos:**
 - => Trail Longo – +- 27km
 - => Trail – +- 17km
 - => Mini-Trail – +- 12km
 - => Caminhada – +- 10km
 - => Trail Kids – +- 1km
- **Escalões:**
 - => **Masculinos:**
 - Juniores M (18 - 19 Anos)
 - Sub 23 M (20 - 22 Anos)
 - Seniores M (23 - 39 Anos)
 - Veteranos M40 (40 - 49 Anos)
 - Veteranos M50 (50 - 59 Anos)
 - Veteranos M60 (mais de 60 Anos)
 - => **Femininos:**
 - Juniores F (18 - 19 Anos)
 - Sub 23 F (20 - 22 Anos)
 - Seniores F (23 - 39 Anos)
 - Veteranos F40 (40 - 49 Anos)
 - Veteranos F50 (50 - 59 Anos)
 - Veteranos F60 (mais de 60 Anos)

Nota: Para efeitos de classificação por escalões será considerado o Ano de Nascimento



- **Programa do Dia do Evento (01 de Março):**

- => **Das 8h:45m às 8h:55min** – Controlo Zero
- => **9h**- Partida Trail Longo 27km (box 1)
- => **9h:15min** - Partida Trail 17km (box 2)
- => **9h:30min** - Partida Mini-Trail 12km (box 3)
- => **9h:30min** - Partida Caminhada 10km (box 4)
- => **12h:30min** - Partida Trail Kids
- => **13h** - Cerimónia de Entrega do Prémios

- **Limites de Tempo para a Realização das Provas:**

- => Trail Longo – +- 27km (limite de tempo: 6horas)
- => Trail – +- 17km (limite de tempo: 5horas)

- **Inscrições:**

- => As inscrições poderão ser efetuadas on-line na plataforma: <https://www.lap2go.com> (com pagamento automático: Referências Multibanco), na loja **BIKE & SPORT** ou Junta de Freguesia de Aguada de Cima.
- => A veracidade dos dados fornecidos na inscrição é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro.
- => Os atletas são responsáveis por verificar se todos os seus dados se encontram corretos nas listas de inscritos, entretanto publicadas.
- => Só serão aceites retificações às inscrições até ao encerramento das mesmas.
- => A alteração de inscrição para uma prova com uma distância inferior, não obriga a Organização á devolução da diferença do valor.
- => Idades para participação no evento:
 - Trail Longo e Trail: Maiores de 18anos
 - Mini Trail: Maiores de 16anos
 - Trail Kids: dos 6anos aos 15anos.

Até 31 de Janeiro:

- Trail Longo – 16 Trails
- Trail – 14 Trails
- Mini-Trail – 12 Trails
- Caminhada – 10 Trails
- Trail Kids - Oferta

De 01 de Fevereiro a 24 de Fevereiro:

- Trail Longo – 18 Trails
- Trail – 16 Trails
- Mini-Trail – 14 Trails
- Caminhada – 10 Trails
- Trail Kids - Oferta

[Nota: A data limite para inscrições/Pagamento será até às 24h do dia 24 Fevereiro](#)



- **A Inscrição em cada uma das provas inclui:**

- Dorsal
- Chip
- Brinde (Oferta de T'shirt para as inscrições feitas e validadas até ao 15 de Fevereiro)
- Abastecimentos no Percurso e na Chegada de Líquidos e Sólidos
- Seguro Desportivo
- Banho Quente - Local da partida e de chegada - Pavilhão Gimnodesportivo da LAAC
- Lanche (1 Pão C/Chouriço, 1 Bebida)

- **Secretariado:**

- => **Sábado** (28/02/2026), das 15h às 18h (Pavilhão da LAAC)
- => **Domingo** (01/03/2026), das 7h:30min 8h:30min (Pavilhão da LAAC)

Nota: Aconselha-se que o levantamento de dorsais seja feito na véspera da prova a fim de evitar filas de espera.

- **Identificação/Prova:**

- => A todos os participantes será entregue um dorsal numerado com chip que o identifica ao longo de todo o evento e será validado nos diferentes postos de controlo definidos pela Organização.
- => Cada um dos participantes está obrigado a usar o dorsal de forma bem visível.
- => Os participantes das várias distâncias serão distinguidos pelo uso do dorsal de coloração diferente.
- => O dorsal deve ser colocado de forma a estar visível para que se possa verificar o nº e também para uma eficaz leitura por parte do sistema, sob pena dos resultados serem inválidos e com isso a desclassificação da prova.
- => No dorsal, estão indicados números de telefone da Organização, a serem usados em caso de necessidade.
- => A organização da prova terá abastecimentos líquidos e sólidos para os participantes, que serão distribuídos no percurso. Esses mesmos locais poderão servir também como pontos de controlo.
- => A informação dos pontos de abastecimento será oportunamente publicada.
- => Só aos participantes que tenham efetuado todos os postos de controlo pela ordem definida será divulgado o seu tempo e classificação ou seja é desclassificado.
- => A prova será marcada com fitas sinalizadoras/placas e terá batedores da organização em toda a sua extensão. Todos os participantes terão de respeitar as ordens dadas pela organização.

- **Classificação/Prémios:**

- => Dado que a prova está inserida no “Troféu Trail Terras de Águeda”, os prémios monetários são da responsabilidade da Câmara Municipal de Águeda (Para mais infirmação consultar o regulamento do trofeu).
- => **Classificação GERAL Masculino/Feminino (Trail Longo 27Km e Trail 17Km):**

- 1º Lugar Troféu
- 2º Lugar Troféu
- 3º Lugar Troféu

- => **Classificação ESCALÕES Masculino/Feminino (Trail Longo 27Km e Trail 17Km):**

- 1º Lugar Troféu
- 2º Lugar Troféu
- 3º Lugar Troféu



- => **Classificação GERAL por EQUIPAS Masculino/Feminino (Trail Longo 27Km e Trail 17Km):**
 - Haverá classificação geral por equipas para o Trail Longo (27km) e classificação geral por equipas para o Trail (17km).
 - Para efeitos de atribuição da classificação geral por equipas, contam as/os 3 primeiras/os atletas melhores classificados.

- => **Mini-Trail (12km):** Apenas serão atribuídos troféus á Geral (Masculino/Feminino)

- => **Trail Kids:** Não haverá classificação. Apenas serão atribuídas medalhas Finisher.

- => **Caminhada:** Não haverá classificação, nem troféus.

- => **Equipa mais Numerosa** (Somatório das Inscrições: Trail Longo/Trail/Mini-Trail/Caminhada):
 - Será atribuído um **Presunto**

- => **Trail Longo; Trail; Mini-Trail; Trail Kids e Caminhada:** Oferta de medalhas Finisher

- **Recomendações/Segurança:**

- => O participante ao inscrever-se assume que reúne as condições físicas e psicológicas para participar na prova que se inscrever.
- => Na Caminha, não se aconselha a participação a crianças menores de 10 anos e menores de 18 anos devem fazer acompanhar pelos encarregados de Educação ou um adulto.
- => A organização não se responsabiliza por quaisquer danos físicos ou materiais, sofridos pelos atletas, veículos ou acompanhantes durante o desenrolar da prova, excepto o previsto no seguro de acidentes pessoal contratado pela organização.
- => Dada a natureza dos percursos, em montanha e em alguns casos com declives acentuados, é desaconselhável a participação de pessoas com mobilidade reduzida.
- => O percurso estará em toda a sua extensão, aberto ao movimento de outros veículos, pelo que todos os participantes devem obrigatoriamente respeitar as regras de trânsito.
- => Como este é um evento com um âmbito de aventura e de contacto com a natureza, os participantes terão de respeitar o meio ambiente. Assim sendo é expressamente proibido e será desqualificado quem:
 - Atentar contra a fauna e flora
 - Abandonar lixo no percurso
- => Material recomendado ao atleta: Corta-vento
- => Para a realização da prova é obrigatório os participantes fazerem-se acompanhar do seguinte material:
 - Telemóvel Operacional
 - Apito
 - Depósito de Água (mínimo 1 litro)
 - Manta Térmica

Nota: Será sujeito a uma sanção/penalização (15 minutos., mínimo), quem não for portador de pelo menos um dos itens obrigatórios.



- **Direitos de Imagem e Publicidade:**

=> A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza aos organizadores da prova a gravação total ou parcial da sua participação na mesma, pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a imagem do atleta para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, Internet, cartazes, meios de comunicação social, etc.) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

- A Organização reserva o direito de alteração do regulamento em benefício do bom funcionamento da prova.
- A Organização reserva o direito de alterar ou suspender a qualquer momento o percurso, os horários e os postos de controlo/abastecimentos sem aviso prévio, assim como anular ou parar a prova no caso de condições climáticas fortemente adversas. Em qualquer dos casos não haverá direito a reembolso.

- Todo o comportamento antidesportivo levará á desqualificação do atleta.

- **Informações/Contactos:**

- <https://www.facebook.com/laac.laacar/>
- geral@laac-laacar.com
- Ruben Ferreira (+351 919138595) (rede móvel nacional)

- Todos os casos omissos do regulamento serão resolvidos pela organização do **6º LAAC TRAIL**, a qual é soberana nas suas decisões.

The poster for the 6º LAAC TRAIL 2026 features a central image of a male runner in a green and black athletic outfit. The background is a misty, outdoor trail setting. At the top left is the 'TROFEU TRAILTERRAS AGUEDA' logo. At the top right is the 'LAAC TRAIL' logo. The date '01 MARÇO' and time '09H00' are prominently displayed. Below the runner, three race distances are listed: '27KM TRAIL LONGO', '17KM TRAIL', and '12KM MINI TRAIL'. At the bottom, the main event title '6º LAAC TRAIL' is written in large, bold letters, with 'AGUADA DE CIMA' underneath. To the right of the title, it says '10KM CAMINHADA' and '01KM TRAIL KIDS'. Below the title, it mentions 'INSCRIÇÕES' and 'WWW.LAP2GO.COM'. At the bottom right, there is a section for 'OFERTA T-SHIRT' and 'ABASTECIMENTO PÃO O CHOURICO | BEBIDA'. At the very bottom, there are logos for various sponsors and partners, including LAAC, AQUEDA, and others.

A Organização