

# TRAIL CÂMARA DE LOBOS

20 de setembro de 2026



trail ultra 40 km

trail longo 27 km

trail curto 15 km

# REGULAMENTO

## XIII TRAIL DE CÂMARA DE LOBOS

### 1. Apresentação.

A ACDJS (Associação Cultural e Desportiva do Jardim da Serra) e a ACRE (Associação Cultural e Recreativa do Estreito), promovem a XIII Edição do Trail de Câmara de Lobos, evento do Circuito Regional “Trail Madeira”, um projeto da AARAM - 2025/2026. Contando com percursos – Ultra Trail 40 km 2300m D+, Trail Longo 27 km 1200m D+ e Trail Curto 15 km 800m D+, a prova mais longa percorre as cinco freguesias do concelho de Câmara de Lobos e ainda com passagens pelos concelhos da Ribeira Brava e de São Vicente. O início das provas está agendado para o dia 20 de setembro de 2026, pelas 07h00 o Ultra Trail (40 km), às 08h30 o Trail Longo (27 km), às 10:00 o Trail Curto (15 km). A partida da prova Ultra tem lugar no Centro da Freguesia do Curral das Freiras. O Trail Longo terá como ponto de partida a freguesia do Jardim da Serra e o Trail Curto terá início junto ao cais de Câmara de Lobos, tendo todos os percursos como meta comum o Mercado Municipal do Estreito. Estas provas visam promover a interação do homem com a natureza, numa simbiose perfeita, permitindo assim dar a conhecer as paisagens do concelho de Câmara de Lobos e alguns dos seus principais pontos turísticos, onde a adrenalina e aventura serão parceiros constantes. Escalões e distâncias máximas permitidas por escalão etário em cada prova:

#### 1.1. Idade mínima de participação nas diferentes provas.

Na presente edição constam três provas distintas e a exemplo das edições anteriores, decorrem em maioritariamente em ambiente de serra e montanha. Estando aberto a participantes com 20 ou mais anos para o Trail Ultra 40 km e o para o Trail Longo 27 km, para o Trail Curto 15 km a partir dos 16 anos.

### 2. Provas.

#### 2.1. Apresentação das provas / percursos.

É possível obter a descrição o mais detalhada possível dos percursos, nos anexos deste regulamento.

#### 2.2. Distância (categorização por distância) / altimetria (desníveis positivo e negativo acumulados) / categorização de dificuldade / tempos máximos.

| Prova | Dist. (km) | Desn.+ (m) | Desn.-(m) | Tempo máx. (h) | Categorização (TC/TL/TU) | Grau de Dificuldade | Pontuável*  |
|-------|------------|------------|-----------|----------------|--------------------------|---------------------|-------------|
| Ultra | 40 km      | 2300       | 2500      | 10h00          | Trail Ultra              | 3                   | Trail Ultra |
| Longo | 27 km      | 1200       | 1500      | 07h00          | Trail Longo              | 2                   | Trail Longo |
| Curto | 15 km      | 800        | 400       | 05h00          | Trail Curto              | 3                   | Trail Curto |

\* Pontuável para o respetivo ranking.

### 2.3. Mapa/ Perfil altimétrico/ descrição percurso.

A organização disponibilizará os tracks GPS dos percursos das provas, no entanto, no dia de prova prevalecerá sempre a sinalização colocada no terreno.

Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito em cidades e estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento. A marcação do percurso estará presente numa distância de 100 a 200 metros entre cada referência.

### 2.4. Tempo limite.

O XIII Trail de Câmara de Lobos é um evento que integra quatro provas de etapa única, todas com tempo limite de execução. As barreiras horárias são calculadas para permitir aos participantes alcançar a linha de meta no tempo limite imposto, contabilizando já as possíveis paragens (descanso, abastecimentos, etc.). Para serem autorizados a continuar em prova, os participantes devem chegar e sair do posto de controlo antes do seu encerramento, caso contrário, serão impedidos de prosseguir e consequentemente, serão desclassificados.

Os atletas que chegarem depois da barreira horaria são impedidos de prosseguir.

A organização reserva-se ao direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo / abastecimento, sem aviso prévio. Em caso de condições climáticas fortemente adversas, a prova será cancelada.

Durante a prova, em caso de mau tempo, e por razões de segurança, a organização reserva-se ao direito de modificar as barreiras horárias e, ou, de suspender, reduzir, neutralizar ou até mesmo parar a prova.

Por último, em caso da ocorrência de alerta laranja ou vermelho, a prova poderá ser cancelada. Em todos estes casos ou em situações alheias à organização não haverá qualquer direito a reembolso.

## 3. Inscrições.

Para poder participar numa prova, cada atleta deverá ter a sua inscrição devidamente regularizada mediante o preenchimento de um formulário, disponível na plataforma de inscrições até o dia 09 de setembro de 2026 fazendo o respetivo pagamento por referência multibanco ou transferência. Deverá ainda preencher o termo de responsabilidade e/ou outro documento que a organização considere imprescindível (ex. certificado de provas anteriores) até a data de levantamento do material – check-in.

### 3.1. Processo inscrição (página web, pagamento).

Apenas as inscrições realizadas na plataforma de inscrições serão aceites. Cada participante deverá preencher corretamente o formulário de inscrição e pagar o valor da mesma no prazo estipulado, sendo o participante responsável pela veracidade dos seus dados. A organização não se responsabiliza, por eventuais recusas de responsabilidade, por parte da(s) seguradora(s), resultantes da incorreta inserção dos dados no formulário de inscrição por parte do participante. Os meios de pagamento disponíveis são: MB –

## Multibanco

(só para território nacional); transferência Bancária e Cartão de Crédito. Após confirmação do pagamento, o nome do atleta vigorará na lista de inscritos atualizada. Após o pagamento da inscrição não é possível fazer alteração de prova. O pagamento da taxa de inscrição implica uma reserva de lugar, pessoal e intransmissível. Qualquer esclarecimento adicional deverá ser solicitado por e-mail para [trailcamaradelobos@gmail.com](mailto:trailcamaradelobos@gmail.com).

### 3.2. Valores e períodos de inscrição.

| Provas            | Filiados na AARAM | Não filiados |
|-------------------|-------------------|--------------|
| Ultra Trail 40 km | 37 Euros          | 40.70 Euros  |
| Trail Longo 27 km | 27.00 Euros       | 29.70 Euros  |
| Trail Curto 15 km | 17.00 Euros       | 18.70 Euros  |

### 3.3. Alteração de prova, cedência de inscrição e condições de devolução do valor de inscrição.

O reembolso ou a cedência de inscrição a outra pessoa não é permitido.

O reembolso pode ser solicitado quando um participante tiver um impedimento para fazer a prova, desde que esse impedimento esteja associado a um acidente ou a uma doença diagnosticada após a inscrição na prova.

O cancelamento deve ser solicitado por e-mail para: [trailcamaradelobos@gmail.com](mailto:trailcamaradelobos@gmail.com). A este pedido terá de ser anexado o atestado médico e o comprovativo de pagamento. Não serão aceites cancelamentos por telefone.

Os montantes reembolsados aos participantes que reúnam as condições acima mencionadas, irão variar de acordo com a data em que for solicitado o reembolso.

O reembolso das taxas pagas será feito nas seguintes condições:

|                                  |                                |
|----------------------------------|--------------------------------|
| até 20 de agosto de 2026         | 50% da taxa será devolvida     |
| a partir de 20 de agosto de 2026 | não haverá direito a reembolso |

### 3.4. Materiais e serviços incluídos com a inscrição.

- Seguro de acidentes pessoal.
- Abastecimentos de sólidos e líquidos durante a prova.
- Transporte para o centro do evento em caso de abandono ou impedimento de continuar a prova.
- Transporte para as provas Ultra Trail 40 km, Trail longo 27 km e Trail Curto 15 km.
- Refeição quente à chegada (almoço), para todos os participantes que solicitarem.
- T-shirt alusiva à prova (inscrições efetuadas até 20 de Agosto).



O uso do peitoral, que será fornecido pela organização, é obrigatório durante todo o tempo em que o participante está em prova e deve estar sempre bem visível para efeitos de classificação e também da sua própria segurança.

### 3.10. Regras de conduta desportiva.

O XIII Trail Câmara de Lobos é realizado em absoluto respeito pela natureza e com grande sentido de fair-play. É fundamental que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo ou em grande dificuldade, alertando o posto de controlo mais perto, ou preferencialmente contactando o número de emergência facultado pela organização. A organização reserva-se no direito de excluir, mesmo antes do início das provas, qualquer participante que exerça comportamento de desrespeito e que de alguma forma condicione o normal exercício do evento.

### 3.11. Responsabilidades perante o atleta / atleta.

Os participantes nas provas XIII Trail de Câmara de Lobos aceitam participar na competição voluntariamente e sob a sua própria responsabilidade. Por conseguinte, concordam em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e outros participantes de qualquer responsabilidade com os mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes.

## 4. Programa / Horário.

- Data-limite das inscrições, terça-feira 9 de setembro de 2026.
- Apresentação do XIII Trail Câmara de Lobos (data e local a designar).
- Levantamento de peitoral/documentos - Centro Comunitário Vila Viva do Estreito de Câmara de Lobos (por cima do Mercado do Estreito de Câmara de Lobos), quinta-feira 17 e sexta-feira 18 setembro de 2026, das 14h00 às 20h00.
- Dia do evento (prova ultra 40 km, longo 27 km e curto 15 km).

Domingo 20 de setembro de 2026.

05h – Abertura do centro do evento – Centro Comunitário Vila Viva do Estreito de Câmara de Lobos (por cima do Mercado do Estreito de Câmara de Lobos).

05h 20m – Partida do transporte para a partida da prova de 40 km. Apenas os atletas que solicitarem transporte no ato da inscrição.

06h30 – Entrada em zona de concentração dos participantes Ultra Trail 40 Km.

07h00 – Partida do transporte para a partida da prova de 27 km. Apenas os atletas solicitarem transporte no ato da inscrição.

07h00 – Partida do Ultra Trail 40 km, Curral das Freiras.

08h00 – Entrada em zona de concentração dos participantes Trail Longo 27 Km.

08h30 – Partida Trail Longo 27 km, Jardim da Serra.

08h30 – Partida do transporte para a partida da prova de 15 km. Apenas os atletas que solicitarem transporte no ato da inscrição.

09h30 – Entrada em zona de concentração dos participantes do Trail Curto de 15 km.

10h00 – Partida Trail Curto 15 km, Câmara de Lobos.

15h00 – Cerimónia de Entrega de Prémios Trail Curto 15 km e Trail Longo 27 km.

17h00 – Hora limite das provas.

17h00 – Cerimónia de entrega de prémios Trail Ultra 40 km.

## 5. Controlo de tempos / Abastecimentos.

### 5.1. Metodologia do controlo de tempos.

Será utilizado um sistema eletrónico de controlo de tempos. Nos postos de controlo existirá uma estação eletrónica que irá registar a passagem dos atletas. O peitoral dos participantes integra um chip, o qual, possibilita o registo da passagem do atleta. Além do controlo eletrónico haverá igualmente controlo manual de registo de passagem. A zona de partida será delimitada com barreiras metálicas. Os participantes terão, obrigatoriamente, de entrar nesta área junto aos locais assinalados para controlo do chip. Nenhum participante poderá entrar na zona de partida sem proceder à verificação do chip. Na zona de partida o relógio iniciará a contagem no momento estabelecido, com ou sem a presença de todos participantes. Os participantes que não estiverem presentes até 15 minutos após a partida ou que se apresentem para além deste período, serão impedidos de partir e, como tal, serão desclassificados.

### 5.2. Postos de controlo.

Os postos de controlo são pontos obrigatórios de passagem e estão localizados em locais delineados pela organização. Em cada um destes controlos estará um responsável da organização. Não controlar um ou mais pontos de controlo, levará à desclassificação do participante.

Durante a prova poderão existir “controlos-surpresa” de forma a assegurar o cumprimento integral do percurso. A sua posição, obviamente, não será comunicada pela organização. Os abandonos devem ser feitos única e exclusivamente nos postos de controlo. Na eventualidade de um acidente ou lesão em que o participante esteja imobilizado e não consegue alcançar um posto de controlo, deve ativar a operação de salvamento, entrando em contacto com a organização. O número de contacto da organização, para efeitos de emergência, estará impresso no peitoral do participante e deverá ser igualmente gravado antecipadamente no telemóvel do atleta.

### 5.3. Locais dos abastecimentos.

Os postos de abastecimento irão disponibilizar aos participantes comida e bebida para ser consumida no local. Embora sejam disponibilizadas no local outras bebidas, apenas será fornecida água para encher os depósitos dos participantes e outros recipientes. Cada participante deverá certificar-se, ao deixar cada posto de abastecimento, que tem a quantidade de bebida e comida necessária para alcançar o próximo abastecimento. Haverá dois tipos de postos de abastecimento: uns, só de líquidos e, outros de sólidos e líquidos, que irão variar de acordo com a sua localização no percurso da prova. Haverá primeiros socorros posicionados em alguns postos de controlo. É fundamental que os participantes ajudem qualquer atleta em perigo, alertem o posto de controlo mais próximo e/ou contatem a organização.

#### 6. Material obrigatório/recomendado e verificações de material.

Durante a competição, todos os participantes têm de se fazer acompanhar da totalidade do material obrigatório. A qualquer momento da prova, os diretores ou chefes de controlo podem verificar o mesmo. O participante terá de aceitar estes controlos de forma pacífica, sem contestar, sob pena de ser excluído da prova, de acordo com a lista de penalizações abaixo descritas.

| MATERIAL OBRIGATÓRIO                                                                                                                    | ULTRA<br>40 km | LONGO<br>27 km | CURTO<br>15 km |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------|----------------|
| Peitoral (fornecido pela organização) – a ser colocado na zona do peito ou abdómen do atleta e visível durante a totalidade do percurso | X              | X              | X              |
| Mochila ou equipamento similar                                                                                                          | X              | X              | X              |
| Depósito de água ou equivalente a 1L de capacidade (mínimo)                                                                             | X              | X              |                |
| Depósito de água ou equivalente a 0,5L de capacidade (mínimo)                                                                           |                |                | X              |
| Manta térmica (min. 100x200 cm)                                                                                                         | X              | X              | X              |
| Casaco impermeável                                                                                                                      | X              | X              |                |
| Casaco Corta-Vento                                                                                                                      |                |                | X              |
| Telemóvel operacional                                                                                                                   | X              | X              | X              |
| Alimentação de reserva                                                                                                                  | X              | X              | X              |
| Apito                                                                                                                                   | X              | X              | X              |
| Copo (a organização não cederá copos nos abastecimentos)                                                                                | X              | X              | X              |
| 1 Lanterna / Frontal, com pilhas de substituição                                                                                        | X              |                |                |

Recomenda-se o uso de vestuário de cobertura dos membros inferiores, boné, gorro ou buff





(mediante as condições climatéricas), bastões, luvas, quantia em numerário e porta resíduos em caso de não existir na mochila. A responsabilidade de garantir e fazer-se acompanhar do material obrigatório durante a prova é exclusivamente dos participantes.

## 7. Penalizações / desclassificações.

A direção da prova e os comissários existentes nos controlos são responsáveis pela aplicação das regras e regulamento que regem a prova e por isso estão autorizados a aplicar penalizações e desclassificações, estabelecidas na tabela abaixo.

| Na ausência dos presentes requisitos haverá:                                                                                                       | Penalização | Desclassificação |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------|
| Sem mochila ou equipamento similar                                                                                                                 | 2h          |                  |
| Sem lanterna / frontal Ultra 40 km                                                                                                                 | 1h          |                  |
| Sem sistema de hidratação (depósito de água ou equivalente no mínimo com 1 litro de capacidade no Ultra 40km e no Longo 27Km e 0.5L no Curto 15Km) | 1h          |                  |
| Sem alimentação de reserva                                                                                                                         | 1h          |                  |
| Sem telemóvel operacional                                                                                                                          |             | X                |
| Sem apito                                                                                                                                          | 1h          |                  |
| Sem impermeável / corta vento                                                                                                                      |             | X                |
| Sem copo com 15 cl de capacidade, no mínimo                                                                                                        | 1h          |                  |
| Sem manta térmica                                                                                                                                  |             | X                |
| Peitoral não visível                                                                                                                               | 1h          |                  |
| Exceder o tempo limite de controlo nos CP'S com barreira horária                                                                                   |             | X                |
| Atalhar o percurso                                                                                                                                 |             | X                |
| Utilizar transporte não autorizado (boleia)                                                                                                        |             | X                |
| Atirar lixo para o chão e/ou danificar o meio envolvente                                                                                           | 2h          |                  |
| Ajuda externa fora dos postos de controlo                                                                                                          |             | X                |

|                                                                                        |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Perda do Chip                                                                          | X  |
| Recusar apresentar o material obrigatório, se pedido pelos elementos da organização    | X  |
| Desobedecer às medidas de segurança indicadas pela organização e entidades associadas  | X  |
| Não ajudar um participante que esteja a necessitar de ajuda                            | X  |
| Pedir ajuda sem necessidade fundamentada                                               | X  |
| Falhar um ou mais postos de controlo                                                   | X  |
| Faltar gravosamente ao respeito para com a organização, participantes e/ou terceiros   | X  |
| Modificar, dobrar ou ocultar o material publicitário                                   | 1h |
| Retirar sinalização do percurso                                                        | X  |
| Fazer-se acompanhar de animais                                                         | X  |
| Abandonar a prova sem avisar a organização (impedido de participar em futuras edições) | X  |
| Não estar presente após 15 minutos da hora de partida                                  | X  |

## 8. Seguro desportivo.

### 8.1. – Coberturas, Capitais Seguros e Franquias, por Pessoa Segura.

O organizador subscreve um seguro de responsabilidade civil e de acidentes pessoais durante a vigência do evento. Este seguro garante a cobertura das suas responsabilidades, das dos seus colaboradores e participantes. Em caso de acidente, o participante deverá, em primeiro lugar, contatar a organização, a qual providenciará o seu encaminhamento para a instituição médica mais adequada ao seu estado de saúde, juntamente com o impresso de participação de sinistro com o respetivo número da apólice, carimbado e assinado pelo clube (tomador do seguro). Por vezes e, dada a urgência/gravidade de alguns acidentes, torna-se impossível diligenciar o preenchimento da participação no ato do sinistro. Nestas circunstâncias, a participação do sinistro poderá ser tratada após concluídos os primeiros socorros ao participante. A organização informa que para realizar a participação do sinistro é necessário pagar uma franquia de 90€. Todo e qualquer documento de despesa relacionado com um sinistro já participado será previamente liquidado pelo respetivo sinistrado e os seus originais enviados à seguradora para posterior reembolso. A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

9.1. Definição da data, local e hora da entrega dos prémios A cerimónia de entrega de prémios para as provas:

17h00 – Cerimónia de entrega de prémios Trail 40 km.

Haverá prémios para os 3 primeiros classificados individuais de cada prova, por escalão/sexo.

- Para as três provas, somente os participantes que controlarem todos os postos de controlo (CP'S) e cortarem a linha de meta dentro do tempo estipulado, serão classificados (Finishers).

- Troféu para a primeira equipa masculina e feminina, na prova principal (Trail Ultra 40 km), para a prova Trail Longo 27 km e para o Trail Curto 15 km. Haverá, ainda, a nível individual, para todas as provas, troféu para os três primeiros classificados da geral masculina e feminina e também para cada um dos escalões.

(para efeitos de inscrição e classificação de prova):

| Escalão           | Idade            | Quando          | Distância Máxima |
|-------------------|------------------|-----------------|------------------|
| Sub 18            | 16 e 17 anos     | no ano da prova | 15 km            |
| Sub 20            | 18 e 19 anos     | no ano da prova | 25 km            |
| Sub 23 / Seniores | 20 anos ou mais. | no ano da prova | Sem Limite       |
| Veteranos:        |                  |                 |                  |
| V35 (F35 ou M35)  | 35 a 39 anos     | no dia da prova | Sem limite       |
| V40 (F40 ou M40)  | 40 a 44 anos     | no dia da prova | Sem limite       |
| V45 (F45 ou M45)  | 45 a 49 anos     | no dia da prova | Sem limite       |
| V50 (F50 ou M50)  | 50 a 54 anos     | no dia da prova | Sem limite       |
| V55 (F55 ou M55)  | 55 a 59 anos     | no dia da prova | Sem limite       |
| V60 (F60 ou M60)  | 60 a 64 anos     | no dia da prova | Sem limite       |
| V65 (F65 ou M65)  | 65 a 69 anos     | no dia da prova | Sem limite       |



