

REGULAMENTO – TRAIL DA RABANADA 2026

1. ORGANIZAÇÃO

O Trail da Rabanada é organizado pela Associação Bravos e Bravitas, em parceria com a Câmara Municipal de Santa Maria da Feira, a Junta de Freguesia de Romariz e a Junta de Freguesia de Escariz.

2. DATA, HORA E LOCAL

O Trail da Rabanada realiza-se no dia **12 de Dezembro de 2026** com partida e chegada no **Campo de Futebol de Romariz**.

Os horários de partida serão os seguintes:

- Trail Longo – 21 km: **14h30**
- Trail – 12 km: **14h45**
- Caminhada – 8 km: **15h00**

Os percursos decorrerão pelas freguesias de **Romariz e Escariz**.

3. PROVAS E DISTÂNCIAS

O evento integra as seguintes modalidades:

- **Trail Longo:** 21 km;
- **Trail:** 12 km;
- **Caminhada:** 8 km.

4. PARTICIPAÇÃO

As provas de Trail são abertas a atletas federados e não federados com idade igual ou superior a 18 anos.

A Caminhada é aberta a participantes de todas as idades. Os menores deverão participar acompanhados por um adulto responsável.

A Organização reserva-se o direito de aceitar ou recusar inscrições sempre que existam motivos devidamente justificados relacionados com a segurança, organização ou cumprimento do presente regulamento.

5. SEGURO DESPORTIVO

A Organização assegurará a existência de Seguro Desportivo para os participantes não abrangidos por outro seguro aplicável, nos termos da legislação em vigor.

O seguro da prova cobre os riscos e despesas previstos nas condições constantes da respetiva apólice.

A adesão ao seguro realiza-se através da inscrição no evento e encontra-se incluída nas condições estabelecidas pela Organização.

A aptidão física e psicológica dos participantes é da sua inteira responsabilidade, devendo estes assegurar que não apresentam qualquer contraindicação para a prática da atividade física e desportiva.

A Organização, bem como as entidades que colaboram ou prestam apoio ao evento, não se responsabilizam por acidentes ocorridos nas deslocações de acesso ou regresso da prova, nem por ações realizadas por pessoas estranhas à Organização.

6. INSCRIÇÕES

1.ª Fase – até 15 de novembro

- Trail Longo – 21 km – **12 €**
- Trail – 12 km – **10 €**
- Caminhada – 8 km – **7 €**

2.ª Fase – de 16 de novembro a 6 de dezembro

- Trail Longo – 21 km – **15 €**
- Trail – 12 km – **13 €**
- Caminhada – 8 km – **10 €**

As inscrições serão efetuadas através da plataforma **Lap2Go**.

A inscrição apenas será considerada válida após o cumprimento dos procedimentos definidos na plataforma e o respetivo pagamento.

7. CANCELAMENTOS E DEVOLUÇÕES

Atendendo à natureza do evento e à logística necessária à sua organização, não serão aceites cancelamentos de inscrições nem efetuadas devoluções dos respetivos valores.

Os participantes que, por qualquer motivo, não possam participar no evento poderão proceder ao levantamento do respetivo kit nas datas e horários definidos pela Organização.

8. DIREITO DE IMAGEM

Ao efetuarem a inscrição, os participantes autorizam, a título gratuito, a captação e utilização da sua imagem, nomeadamente através de fotografias, vídeos, gravações ou outros registos realizados no âmbito do evento.

Estes conteúdos poderão ser utilizados exclusivamente para efeitos de divulgação, comunicação e promoção do Trail da Rabanada e das atividades desenvolvidas pela Organização.

9. SEGURANÇA E APOIO

A segurança da prova será assegurada com o apoio da GNR de Santa Maria da Feira.

O apoio de emergência e socorro será assegurado pela Bombeiros de Arrifana. Todos os participantes deverão respeitar as indicações transmitidas pelos elementos da Organização, forças de segurança e equipas de socorro.

10. INFORMAÇÕES GERAIS

No final da prova serão disponibilizados banhos aos participantes.

Serão disponibilizados abastecimentos ao longo dos percursos, em locais previamente definidos pela Organização.

Os participantes deverão respeitar o percurso devidamente sinalizado e seguir as indicações dadas pelos elementos da Organização.

11. MATERIAL OBRIGATÓRIO

Os participantes deverão transportar o seguinte material obrigatório:

- Telemóvel;
- Reserva ou recipiente de água;
- Copo reutilizável para utilização nos abastecimentos;
- Lanterna

É ainda aconselhada a utilização de:

- Manta térmica;

- Camelbak ou equipamento semelhante;
- Apito;
- Corta-vento;
- Chapéu ou gorro.

A Organização poderá realizar controlos aleatórios do material obrigatório antes, durante ou após as provas.

Nota: A Organização não disponibilizará copos descartáveis nos abastecimentos. Cada participante deverá transportar o seu próprio copo ou recipiente adequado para líquidos.

12. KIT DO PARTICIPANTE

O kit do participante incluirá:

- Saco TNT;
- Camisola;
- Rabanada, entregue a cada participante no final da prova como lembrança/prémio de finisher.
-

13. CATEGORIAS

Serão consideradas as seguintes categorias:

- Geral Masculina;
- Geral Feminina;
- Seniores;
- M/F 40;
- M/F 50;
- M/F 60.

Classificação por Equipas

A classificação coletiva será determinada com base nos quatro primeiros atletas classificados de cada equipa, independentemente do género.

13.1. PRÉMIOS

No Trail Longo e no Trail, serão atribuídos troféus aos três primeiros classificados de cada escalão.

Será ainda atribuído um prémio à equipa mais numerosa.

14. SECRETARIADO

O horário e o local para levantamento dos dorsais, bem como as restantes informações relativas ao secretariado da prova, serão divulgados oportunamente pela Organização.

15. DESISTÊNCIAS

O participante que pretenda desistir durante a prova deverá, sempre que possível, comunicar a sua desistência a um elemento da Organização.

Em caso de desistência, o participante não deverá abandonar o percurso sem informar previamente a Organização, exceto em emergências.

16. PROTEÇÃO AMBIENTAL E COMPORTAMENTO DOS PARTICIPANTES

Os participantes deverão respeitar o meio ambiente e os espaços atravessados durante o percurso.

Os resíduos deverão ser depositados nos locais destinados para o efeito.

Os participantes deverão ainda adotar um comportamento responsável e respeitador para com os restantes participantes, população local, voluntários, organização e propriedades atravessadas pelo evento.

17. ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO

A inscrição no Trail da Rabanada implica a leitura, conhecimento e aceitação integral do presente regulamento.

Os casos omissos neste regulamento serão analisados e decididos pela Organização.