



## **REGULAMENTO**

### **XI Trail de Fornelos “Pelas margens do rio Vizela” 10-06-2026**

#### **Apresentação da atividade:**

O evento realiza-se no próximo dia 10 de junho de 2026.

O percurso do Trail tem distância aproximada de 15km, o mini trail de 8km e a caminhada de 5km.

A organização é assumida pelo Grupo Desportivo e Cultural de Fornelos e pela Junta de Freguesia de Fornelos.

#### **Horários gerais da atividade:**

15 de maio - Abertura das inscrições

09 de junho – Encerramento das Inscrições

10 de junho – 8:30 - Abertura do Secretariado e levantamento dorsais - (Eco Parque de Fornelos)

9h30 – Partida do Trail 15km

09h35 - Partida da Caminhada 5km

10h00 – Partida do Mini Trail 8km

11h30 – Entrega de Prémios

#### **Locais de abastecimento:**

Trail (15km) aos 6.5 km – Sólido + Líquido (Barragem da Queimadela).

Trail (8km) aos 2.5 km / 5.0 km (Praia Fluvial de Golães) – Líquido.

Caminhada (5km) aos 2.5km (Praia Fluvial de Golães) – Líquido.

No final da prova haverá no EcoParque área de assistência e abastecimento/reforço alimentar.

#### **Condições de participação:**

As provas de Trail estão abertas para maiores de idade (16 anos).

A Caminhada está aberta a menores de 16 anos desde que acompanhados por uma pessoa maior de idade.

A inscrição para ambas as atividades será feita através de uma plataforma online LAP2GO.

Será sempre necessário o documento comprovativo da realização da inscrição para o levantamento do dorsal.

### **Condições físicas:**

Para participar nas atividades é indispensável estar consciente da distância e das dificuldades específicas das provas e de se encontrar adequadamente preparada física e psicologicamente.

Ter consciência concreta e capacidade para gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, lesões, etc. Estar consciente que a organização poderá auxiliar, contudo cada pessoa deverá ter capacidade de gerir os seus problemas.

### **Material recomendado e obrigatório:**

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado de forma bem visível e de preferência à altura do peito. Não é permitida qualquer alteração na colocação do dorsal sob pena de desclassificação, nomeadamente a colocação do dorsal na mochila.

Por questões de consciência ambiental, a organização informa que nos abastecimentos serão fornecidas garrafas de água plásticas, pelo pede-se que as mesmas sejam depositadas nos locais apropriados.

### **Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário:**

Como será impossível realizar corte de tráfego rodoviário em todas as passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito nas estradas de uso público, devendo ainda respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

### **Penalizações / desclassificações:**

Será penalizado ou desclassificado todo aquele que:

- a) Não complete a totalidade do percurso (desclassificado);
- b) Deteriore ou suje o meio por onde passe (desclassificado);
- c) Não leve o dorsal bem visível (penalização);
- d) Alteração do dorsal (desclassificado);
- e) Ignore as indicações da organização (penalização);
- f) Tenha alguma conduta antidesportiva (desclassificado).

### **Seguro de participação:**

Seguro desportivo ou de participação de acordo com a lei em vigor.

### **Valor de inscrição:**

- Trail 15km – 7,50 € de 18/05/2026 até 31/05/2026
- Trail 8km – 5,00 € de 18/05/2026 até 31/05/2026
- Caminhada 5km – 5,00 € de 18/05/2026 até 31/05/2026

Após este período o valor de inscrição sofre as seguintes alterações:

- Trail 15km – 10,00 € de 01/06/2026 até 07/06/2026 pelas 23h59
- Trail 8km – 7,50 € de 01/06/2026 até 07/06/2026 pelas 23h59
- Caminhada 5km – 7,50 € de 01/06/2026 até 07/06/2026 pelas 23h59

### **Condições de devolução do valor de inscrição:**

Em momento algum, o valor da inscrição será devolvido caso o participante desista da atividade. Em caso de desistência antecedente a, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro participante. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos/motivos.

### **Material incluído com a inscrição:**

#### **TRAIL 15KM E 8KM**

- Dorsal;
- Seguro de acidentes pessoais;
- Abastecimentos;
- Medalha de participação.

#### **CAMINHADA**

- Dorsal;
- Medalha de participação;
- Seguro de acidentes pessoais;
- Abastecimentos.

### **Categorias e prémios:**

Os prémios serão entregues no dia 10 de junho de 2026 no Eco Parque de Fornelos, com horário previsto para às 11h30.

### **Definição das categorias etárias e género:**

Masculinos:

- Seniores – 16 aos 39 anos
- M40 – 40 aos 49 anos
- M50 – 50 anos ou mais

Femininos:

- Seniores – 16 aos 39 anos
- M40 – 40 aos 49 anos

M50 – 50 anos ou mais

### **MINI - TRAIL 8KM**

Serão atribuídos prémios aos 1º, 2º e 3º classificados da geral masculino e feminino.

### **TRAIL - 15 KM**

Serão atribuídos prémios:

- 1º, 2º e 3º classificados da GERAL masculino e feminino;
- 1º, 2º e 3º classificados SENIORES masculino e feminino;
- 1º, 2º e 3º classificados M/40 masculino e feminino;
- 1º, 2º e 3º classificados M/ 50 masculino e feminino;

### **Marcação e controlos:**

O percurso estará marcado com fitas sinalizadoras, sendo obrigatória a passagem pelos controlos estabelecidos.

### **Responsabilidade ambiental:**

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de geis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.

### **Direitos de imagem:**

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que os participantes autorizem 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.

### **Proteção de dados:**

Os dados dos atletas indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos de processamento no evento, sendo publicados nomeadamente na lista de inscritos. Os dados serão também registados para divulgação futura de eventos da entidade organizadora. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para ou [traildefornelos@hotmail.com](mailto:traildefornelos@hotmail.com).

### **Casos omissos:**

Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pela organização, de cujas decisões não haverá recurso.

### **Diversos:**

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições encontradas no dia do evento, assim como à suspensão da prova se as condições não permitirem o seu desenvolvimento em segurança.

Este regulamento poderá ainda ser alterado de modo que fique mais completa a informação.