

TRAIL

“POR TERRAS DO BOTTO”

REGULAMENTO

CDRConcavadaRunning

25 de outubro de 2026

Caminhada • Mini Trail • Trail Longo

Ficha rápida

Campo	Informação
Organização	CDRConcavadaRunning
Data	25 de outubro de 2026
Atividades	Caminhada • Mini Trail • Trail Longo
Distâncias aproximadas	11 km • 16 km • 26 km
Limite máximo	500 participantes no total
Inscrições	Lap2Go
Local de partida/chegada	Largo Chão da Eira (Concavada)

Índice

- Capítulo 1 — Condições de participação
- Capítulo 2 — A prova
- Capítulo 3 — Programa do evento
- Capítulo 4 — Inscrições
- Capítulo 5 — Categorias, classificações e prémios
- Capítulo 6 — Disposições finais

CAPÍTULO 1 — CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1 — Âmbito e organização

- O Trail “Por Terras do Botto” é um evento de trail running organizado pelo CDRConcavadaRunning, podendo contar com o apoio de entidades públicas, privadas, associações, voluntários e outros parceiros da organização.
- O evento é constituído por três atividades: Caminhada, Mini Trail e Trail Longo, com distâncias aproximadas de 12 km, 15 km e 26 km, respetivamente.
- As atividades decorrem predominantemente em ambiente natural, podendo incluir trilhos, caminhos rurais, estradões, zonas florestais e pequenos troços de estrada.

1.2 — Idades e condições de participação

- As idades mínimas de participação são:
- Mini Trail — +18 anos.
- Trail Longo — +18 anos.
- Cada participante declara estar física e psicologicamente apto para a atividade em que se inscreve e conhecer a distância e as características do percurso.
- O participante deve possuir autonomia suficiente para gerir as situações previsíveis associadas à prova, incluindo fadiga e condições meteorológicas adversas.

1.3 — Inscrição regularizada

- As inscrições são efetuadas através da plataforma Lap2Go e apenas são consideradas válidas após a confirmação do pagamento.
- O participante é responsável pela exatidão dos dados fornecidos no formulário de inscrição, nomeadamente os dados pessoais e a data de nascimento.
- A inscrição implica a leitura, conhecimento e aceitação integral do presente regulamento.

1.4 — Dorsal e identificação

- O dorsal é pessoal e intransmissível e deve permanecer visível durante toda a atividade, colocado de acordo com as instruções da organização.
- No levantamento do dorsal, o participante deverá confirmar os seus dados e comunicar qualquer erro antes da partida.
- A cedência, troca ou utilização indevida de dorsal sem autorização da organização poderá determinar a desclassificação.

1.5 — Ajuda externa e acompanhamento

A ajuda externa aos participantes só é permitida nos postos de abastecimento. Os participantes não podem ser acompanhados por pessoas não inscritas na prova, uma vez que estas não estão cobertas pelo seguro do evento.

CAPÍTULO 2 — A PROVA

2.1 — Provas, distâncias e caráter

As atividades terão as seguintes características:

Atividade	Distância aprox.	Caráter	D+
Caminhada	12 km	Não competitiva	180
Mini Trail	15 km	Competitiva	400
Trail Longo	26 km	Competitiva	600

2.2 — Percursos, mapas e altimetria

- Os percursos, mapas, perfis altimétricos e pontos de partida e chegada serão apresentados no guia do atleta.
- Depois de publicados, os percursos apenas serão alterados por motivos de segurança, meteorologia, estado do terreno, autorizações, proteção ambiental ou determinações das autoridades.
- O participante é obrigado a cumprir integralmente o percurso assinalado e a seguir a sinalização da prova, sendo proibida a utilização intencional de atalhos.

2.3 — Tempos limite e barreiras horárias

- Os tempos limite de conclusão e as eventuais barreiras horárias constarão no guia do atleta.
- O participante que chegue a um posto de controlo depois da respetiva hora limite será retirado da prova.
- Por razões de segurança, meteorologia ou força maior, os tempos limite poderão ser ajustados, sendo essa alteração comunicada aos participantes antes ou durante a prova, conforme a situação.

2.4 — Cronometragem e postos de controlo

- A cronometragem será efetuada através do sistema de controlo de tempos adotado para a prova, podendo incluir chip, sistema eletrónico, registo manual e/ou fotográfico.
- Os postos de controlo previstos para as provas competitivas são zonas obrigatórias de passagem. A falta de registo de passagem poderá determinar a desclassificação.
- Os principais postos de controlo constarão da documentação final da prova; por razões de segurança, alguns pontos de controlo poderão não ser previamente identificados.
- Havendo partidas desfasadas entre as atividades, a classificação é definida pelo tempo registado por cada atleta e não pela ordem de chegada à meta.

2.5 — Abastecimentos

Estão previstos os seguintes abastecimentos:

- Caminhada — 2 abastecimentos: aproximadamente ao km 8.5 e na meta.
- Mini Trail — 2 abastecimentos: aproximadamente ao km 8.5, e na meta.
- Trail Longo — 4 abastecimentos: aproximadamente ao km 8.5, ao km 13.5, ao km 20 e na meta.
- A localização exata dos postos será indicada no mapa/perfil final da prova.
- Os participantes devem transportar recipiente próprio para líquidos e manter autonomia suficiente para completar os troços entre abastecimentos.

- A composição dos abastecimentos será indicada na informação final da prova.

2.6 — Material obrigatório e recomendado

- O material obrigatório deve acompanhar o participante durante todo o percurso. O material recomendado é aconselhado em função das características da prova e das condições meteorológicas.
- A organização poderá verificar o material obrigatório antes da partida ou em qualquer ponto do percurso.

Material	Trail Longo 26 km	Mini Trail 15 km	Caminhada 12 km
Dorsal / peitoral visível	✓	✓	✓
Reservatório de água	✓ Mín. 500 ml	✓ Mín. 250 ml	✓ Mín. 250 ml
Telemóvel com bateria suficiente	✓	✓	✓
Manta térmica / de sobrevivência	✓	R	R
Apito	✓	✓	R
Corta-vento ou casaco adequado	R	R	R

Legenda: ✓ Obrigatório | R Recomendado

A organização poderá reforçar o material obrigatório em função das condições meteorológicas ou de segurança verificadas para a prova.

2.7 — Passagem em vias com tráfego rodoviário

- Nos atravessamentos de vias com tráfego rodoviário poderão existir elementos da organização para apoio e orientação dos participantes.
- Os participantes devem cumprir as regras de circulação rodoviária e respeitar as indicações dos controladores e das autoridades.
- Devem igualmente ser respeitadas propriedades privadas, áreas agrícolas e os restantes utilizadores das vias e trilhos.

2.8 — Seguro

- A organização contrata o seguro obrigatório para este tipo de prova, nos termos da lei, já incluído no valor da inscrição. Em caso de acidente, o pagamento da franquia do seguro é da responsabilidade do participante. A organização não assume despesas de acidentes que não lhe sejam comunicados a tempo de acionar o seguro.

2.9 — Conduta, ambiente e segurança

Os participantes devem:

- Respeitar a organização, voluntários, outros participantes e restantes utilizadores dos trilhos;
- Prestar auxílio a qualquer participante em situação de emergência, na medida das suas possibilidades, e informar a organização;
- Respeitar a sinalização, as instruções da organização e das entidades de segurança;
- Não abandonar resíduos no percurso;
- Respeitar a fauna, flora, património natural e propriedades públicas ou privadas;
- Não utilizar transporte ou outros meios de progressão não autorizados.

2.10 — Penalizações e desclassificações

- Podem determinar penalização ou desclassificação, entre outras situações previstas no regulamento:

- Não cumprir integralmente o percurso ou utilizar atalhos intencionalmente;
- Falhar um posto de controlo obrigatório;
- Desobedecer às instruções de segurança da organização ou das autoridades;
- Receber ajuda externa fora dos locais autorizados;
- Utilizar ou ceder indevidamente o dorsal;
- Retirar ou alterar a sinalização do percurso;
- Utilizar transporte não autorizado;
- Abandonar resíduos ou danificar voluntariamente o meio envolvente;
- Não apresentar material obrigatório quando este seja exigido;
- Adotar comportamento ofensivo, agressivo ou gravemente antidesportivo.

2.11 — Segurança, emergência e desistência

- Em caso de acidente ou emergência, o participante deverá seguir as instruções das equipas de segurança e informar a organização através do número disponibilizado no dorsal.
- Se não for possível contactar a organização e existir risco grave, deverá ser utilizado o número nacional de emergência.
- Qualquer participante que desista da prova é obrigado a comunicar de imediato essa decisão à organização — num posto de controlo ou por contacto telefónico — sob pena de ficar impedido de participar em próximas edições.
- A organização poderá retirar um participante da prova sempre que considere existir risco para a sua segurança, para terceiros ou para o bom funcionamento do evento.

CAPÍTULO 3 — PROGRAMA DO EVENTO

3.1 — Programa e horários

O programa definitivo será o seguinte:

- Abertura do secretariado, Levantamento de dorsais
 - Sábado 24 de outubro das 15h até às 20h
 - Domingo 25 de outubro das 07h até às 08h
- Partida Trail Longo — 25 de outubro 8h45
- Partida Mini Trail — 25 de outubro 9h
- Partida Caminhada — 25 de outubro 9h15
- Entrega de prémios — 25 de outubro 13h
- Encerramento das atividades — 25 de outubro 15h

3.2 — Levantamento de dorsais e serviços ao participante

- Os dorsais e, quando aplicável, os kits de participação serão levantados no local e dentro dos horários indicados no programa do evento.
- O participante poderá ser obrigado a apresentar documento de identificação para levantamento do dorsal.

A inscrição incluirá:

- Seguro de Acidentes Pessoais
- T-shirt alusiva ao evento
- Dorsal personalizado
- Chip Integrado (Mini Trail + Trail Longo)
- Abastecimentos,
- Lembrança/medalha finisher (só se terminar)
- Banho quente no final da prova
- Refeição (**Opcional**)

CAPÍTULO 4 — INSCRIÇÕES

4.1 — Processo de inscrição

- As inscrições serão efetuadas através da plataforma Lap2Go.
- As inscrições terminam a 18 de outubro de 2026 às 23h59
- Não estão previstas diferentes fases de preços. Será aplicado um único valor de inscrição por atividade.
- O evento terá um limite máximo global de 500 participantes, considerando a totalidade das atividades.

Valores de inscrição:

- Caminhada — 10€.
- Mini Trail — 16€
- Trail Longo — 18€
- Refeição — 3,5€
- Refeição acompanhante — 6€

4.2 — Alteração de inscrição, transferência e mudança de distância

- A cedência ou transferência de inscrição para outro participante só será válida quando previamente comunicada e autorizada pela organização.
- A transferência de inscrição para outro atleta deve ser pedida até 18 de outubro, por e-mail para cdrconcavada@gmail.com, com o nome e contacto de quem vai substituir o inscrito.
- Pedidos feitos depois desta data não serão aceites.
- A mudança de distância deve ser pedida da mesma forma, até 18 de outubro. Se mudar para uma distância mais cara, paga a diferença. Se mudar para uma distância mais barata, não há devolução da diferença já paga.

4.3 — Cancelamento e reembolso da inscrição

- **Desistência do atleta**
 - Só há devolução do valor da inscrição se o atleta tiver uma justificação válida, e mediante aprovação da organização
 - Até 18 outubro: devolução de 75%
 - Depois de 18 outubro: sem direito a devolução
- **Cancelamento do evento**
 - Se o evento for cancelado por motivos fora do controlo da organização (mau tempo, decisão da proteção civil ou outra autoridade), será devolvido 100% do valor da inscrição.

CAPÍTULO 5 — CATEGORIAS, CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

5.1 — Categorias e escalões

- A Caminhada tem carácter não competitivo e não terá classificação oficial.
- No Mini Trail e no Trail Longo serão atribuídas classificações gerais e por escalão.

Os escalões previstos são:

Escalão	Idade	Masculino / Feminino
Sub-23	18–22	M Sub-23 / F Sub-23
Seniores	23–34	M Seniores / F Seniores
M35 / F35	35–39	M35 / F35
M40 / F40	40–44	M40 / F40
M45 / F45	45–49	M45 / F45
M50 / F50	50–54	M50 / F50
M55 / F55	55–59	M55 / F55
M60 / F60	60–64	M60 / F60
M65 / F65	65–69	M65 / F65
M70 / F70	70+	M70 / F70

5.2 — Classificações

- Nas provas competitivas, a classificação geral será determinada pelo tempo realizado pelos participantes que concluíam integralmente o percurso e cumpram as restantes regras da prova.
- As classificações por escalão seguem os escalões constantes do artigo anterior.

5.3 — Prémios

- Não haverá prémios monetários em nenhuma das atividades.
- São premiados os 3 primeiros classificados da geral (masculinos e femininos) e de cada escalão.
- A entrega de prémios terá lugar no horário indicado no programa do evento.

5.4 — Reclamações e protestos

- As classificações provisórias podem sofrer alterações até à validação final dos tempos. Qualquer reclamação deve ser entregue por escrito e assinada à Direção da Prova, até 1 hora depois de terminar a prova. A decisão da Direção da Prova é definitiva.

CAPÍTULO 6 — DISPOSIÇÕES FINAIS

6.1 — Direitos de imagem

- A participação no evento implica autorizar a organização a captar e a usar a imagem e o som do participante — em fotografia, vídeo, redes sociais e outros meios de comunicação — para promover e divulgar o evento e o CDRConcavadaRunning, sem direito a qualquer compensação. Esta autorização mantém-se válida enquanto a lei o permitir.

6.2 — Proteção de dados pessoais

- Os dados dos participantes recolhidos na inscrição são tratados pela organização e pela plataforma Lap2Go, apenas para gerir a participação no evento: seguro, cronometragem, classificações e comunicações sobre a prova. Qualquer participante pode consultar, corrigir ou pedir a eliminação dos seus dados, enviando um e-mail para cdrconcavada@gmail.com

6.3 — Alteração ou cancelamento do evento

- Por motivos de segurança, meteorologia ou força maior, a organização pode suspender, adiar ou cancelar uma ou mais atividades, mesmo depois de terem começado.

6.4 — Comunicação oficial

- Os meios oficiais de comunicação do evento serão:
 - Facebook “Trail por Terras do Botto”
 - Instagram “Trail por Terras do Botto”
 - E-mail: Cdrconcavada@gmail.com
- Os participantes devem consultar os meios oficiais antes da prova para acompanhar eventuais alterações ao percurso, horários, segurança e demais informações relevantes.

6.5 — Casos omissos e aceitação do regulamento

- A inscrição e participação no evento implicam o conhecimento e aceitação integral do presente regulamento.
- Os casos omissos serão decididos pela organização dentro das suas competências e nos termos legalmente aplicáveis.