

REGULAMENTO



ÍNDICE

1	CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO	4
1.1	IDADE PARTICIPAÇÃO NAS DIFERENTES PROVAS.....	4
1.2	IDADE MÍNIMA DE PARTICIPAÇÃO A 30 DE ABRIL DE 2025	4
1.3	INSCRIÇÃO REGULARIZADA.....	4
1.4	CONDIÇÕES FÍSICAS.....	4
1.5	DEFINIÇÃO POSSIBILIDADE DE AJUDA EXTERNA	5
1.6	COLOCAÇÃO DORSAL	5
1.7	REGRAS DE CONDUTA DESPORTIVA	5
2	PROVA	5
2.1	LOCAL DE CONCENTRAÇÃO E PARTIDA.....	5
2.2	BANHOS	5
2.3	APRESENTAÇÃO DA PROVA (S) / ORGANIZAÇÃO	5
2.4	PROGRAMA / HORÁRIO (HORÁRIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES)	6
2.5	ALTIMETRIA PROVISÓRIA / DIFICULDADE ATRP	6
2.6	TEMPO LIMITE	6
2.7	METODOLOGIA DE CONTROLO DE TEMPO.....	6
2.8	POSTOS DE CONTROLO.....	7
2.9	LOCAIS DE ABASTECIMENTO (APROXIMADAMENTE)	7
2.9.1	TRAIL LONGO	7
2.9.2	TRAIL CURTO.....	7
2.9.3	CAMINHADA DA MÃE.....	7
2.10	MATERIAL RECOMENDADO	7
2.11	INFORMAÇÃO SOBRE PASSAGEM DE LOCAIS COM TRÁFEGO RODOVIÁRIO E PROPRIEDADES PRIVADAS.....	8
2.12	PENALIZAÇÕES / DESCLASSIFICAÇÕES	8
2.13	SEGURO DESPORTIVO	8
3	INSCRIÇÕES.....	8
3.1	PROCESSO INSCRIÇÃO.....	8
3.2	VALORES	9
3.3	CONDIÇÕES DE DEVOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO	9
3.4	MATERIAL INCLUÍDO COM A INSCRIÇÃO	9
3.5	PRÉMIOS	10
3.6	CERIMÓNIA DE ENTREGA DE PRÉMIOS	10
4	SECRETARIADO DA PROVA/HORÁRIOS E LOCAL.....	10
5	INFORMAÇÕES.....	10

6	MARCAÇÃO E CONTROLES	11
7	RESPONSABILIDADE AMBIENTAL.....	11
8	DIREITOS DE IMAGEM.....	11
9	APOIO E EMERGÊNCIA	11
10	FATURA.....	11
11	CASOS OMISSOS	11
12	DIVERSOS.....	11

1 CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1 IDADE PARTICIPAÇÃO NAS DIFERENTES PROVAS

O Trail do Calvário é uma prova que percorre trilhos de montanha, caminhos rurais e estradas do Concelho de Vila Nova de Famalicão, mais concretamente pelas freguesias de Ruivães, Novais, Delães, Oliveira Santa Maria, Mogege e Castelões.

1.2 IDADE MÍNIMA DE PARTICIPAÇÃO A 30 DE ABRIL DE 2025

- Trail Longo / Trail Sprint AA Braga +/- 23 km – 18 anos
- Trail Curto / Trail Jovem AA Braga +/-14 km – 16 anos
- Caminhada 8 km – sem limitação de idade, desde que acompanhados por adulto.

Será disponibilizado um documento “Autorização de participação de menores” que depois de preenchido e digitalizado/fotografado terá de ser enviado para o email: traildocalvario@gmail.com. Esse documento encontra-se na última página deste regulamento.

1.3 INSCRIÇÃO REGULARIZADA

A inscrição será feita através do site <https://www.fpacompeticoes.pt/> para atletas federados e em <https://sinctime.com> para os restantes atletas, não sendo necessário enviar comprovativo de pagamento para a organização. O levantamento do dorsal carece de apresentação do documento de identificação referente à inscrição.

1.4 CONDIÇÕES FÍSICAS

Para participar é indispensável: estar consciente das distâncias, dificuldades específicas da corrida por trilhos, do desnível positivo e negativo das mesmas, assim como de se encontrar adequadamente preparado fisicamente e mentalmente; ter adquirido, antes do evento, capacidades reais de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas; conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro e chuva; saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões; estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas.

1.5 DEFINIÇÃO POSSIBILIDADE DE AJUDA EXTERNA

Aos participantes é possível assistência pessoal, junto aos postos de abastecimento, desde que dessa ajuda não advenham vantagens competitivas ou de algum modo prejudiquem os outros participantes. (fora dos locais de abastecimento a única assistência só pode ser efetuada por elementos da organização, desde que daí não resultem benefícios particulares dos atletas)

1.6 COLOCAÇÃO DORSAL

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 do dorsal sob pena de desclassificação. Os participantes devem ser portadores de porta dorsal ou alfinetes para a sua colocação.

1.7 REGRAS DE CONDUTA DESPORTIVA

O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas as modalidades, serão alvo de advertência, expulsão ou desqualificação.

2 PROVA

2.1 LOCAL DE CONCENTRAÇÃO E PARTIDA

Sede dos Escuteiros de Ruivães.

<https://maps.app.goo.gl/L7AbgUZr33W7WPt27>

2.2 BANHOS

Os banhos serão nos balneários do campo de futebol do Ruivanense AC.

2.3 APRESENTAÇÃO DA PROVA (S) / ORGANIZAÇÃO

O Trail do Calvário será realizado no dia 3 de maio de 2026, sendo constituído por 3 eventos

- Trail Longo com a distância aproximada de 23 km, ± 1000 m de desnível positivo
- Trail Curto com a distância aproximada de 14km, ± 600 m de desnível positivo
- Caminhada com a distância aproximada de 8 km (sem carácter competitivo)

A organização reserva o direito de alterar as distâncias e o acumulado se for justificável sem variações superiores a 10%.

2.4 PROGRAMA / HORÁRIO (HORÁRIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES)

- Sábado, 2 de maio
 - 15h00 – Abertura do secretariado;
 - 19h00 – Encerramento do secretariado;
- Domingo, 3 de maio
 - 07h00 - Abertura do secretariado;
 - 08h15 – Encerramento do secretariado do Trail Longo;
 - 08h30 – Partida Trail Longo;
 - 08h45 – Encerramento do Secretariado
 - 09h00 – Partida Trail Curto;
 - 09h15 – Partida Caminhada da Mãe;
 - 10h15 – Chegada prevista dos primeiros atletas do Trail Longo e Trail Curto;
 - 11h30 – Cerimónia de entrega de prémios;
 - 13h00 – Encerramento do Trail do Calvário

2.5 ALTIMETRIA PROVISÓRIA / DIFICULDADE ATRP

O Trail Longo tem a distância aproximada de 23 km e um desnível positivo de ± 1000 m, tendo a classificação de Trail Sprint Grau 2 (conforme ATRP).

O Trail Curto tem a distância aproximada de 14 km e um desnível positivo de ± 600 m.

A Caminhada da Mãe terá uma distância de 8 km e não terá classificações.

2.6 TEMPO LIMITE

Os atletas podem fazer o percurso a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem os tempos limites estabelecidos em cada posto de abastecimento. Ultrapassando o tempo de passagem limite, os atletas deverão desistir, garantindo a organização transporte para o local de concentração. A partir desse momento a organização não garante a segurança dos atletas e os elementos da organização que fecham os percursos podem mesmo recolher as fitas sinalizadoras. Se a organização recomendar a desistência do atleta devido ao seu estado de saúde, este deverá obedecer, de modo a garantir o seu bem-estar.

2.7 METODOLOGIA DE CONTROLO DE TEMPO

O controlo do tempo será efetuado por cronometragem eletrónica com recurso a chip colocado nos dorsais. A empresa SINCTIME é a empresa responsável pela cronometragem.

2.8 POSTOS DE CONTROLO

Durante o percurso existirão alguns postos (eletrónicos e manuais) de controlo surpresa distribuídos aleatoriamente, fazendo a organização uso de sistemas de videovigilância que serão consultados em caso de dúvida e ponderação de desqualificação de atletas (a inscrição no evento pressupõe a autorização por parte dos atletas da recolha destas imagens). A não passagem num posto de controle implica a imediata desqualificação. Ao longo do percurso existirão elementos da organização controladores do mesmo verificando se os atletas seguem o percurso balizados pelas fitas de marcação.

2.9 LOCAIS DE ABASTECIMENTO (APROXIMADAMENTE)

2.9.1 Trail Longo

Km 5	Km 11	Km 17	Final
Líquido	Sólido e Líquido	Sólido e Líquido	Sólido e Líquido

2.9.2 Trail Curto

Km 5	Km 10	Final
Sólido e Líquido	Sólido e Líquido	Sólido e Líquido

2.9.3 Caminhada da Mãe

Km 5	Final
Sólido e Líquido	Sólido e Líquido

2.10 MATERIAL RECOMENDADO

Todos os participantes nas provas deverão ter em atenção que, pela dureza da prova e dificuldades acrescidas pelas condições atmosféricas que se poderão verificar, é recomendado/aconselhável que se façam acompanhar do seguinte material:

- Telemóvel com bateria suficiente para a duração da prova;
- Manta térmica de sobrevivência;
- Apito;
- Copo de silicone ou outro recipiente para a hidratação do atleta;
- Reservatório de líquidos;
- Reforço energético.

2.11 INFORMAÇÃO SOBRE PASSAGEM DE LOCAIS COM TRÁFEGO RODOVIÁRIO E PROPRIEDADES PRIVADAS

As provas decorrem em “open road”, no entanto autoridades policiais, membros da organização e voluntários estarão responsáveis pelo controle do tráfego no atravessamento das vias rodoviárias com mais movimento de trânsito. Existem vias secundárias de tráfego em que 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 e desclassificação da prova.

2.12 PENALIZAÇÕES / DESCLASSIFICAÇÕES

Será penalizado ou desclassificado todo aquele que:

- Não complete a totalidade do percurso (desclassificado);
- Deteriore ou suje o meio por onde passe (desclassificado);
- Não leve o dorsal bem visível (penalização de 20 minutos);
- Alteração do dorsal (desclassificado);
- Ignore as indicações da organização (desclassificado);
- Tenha alguma conduta antidesportiva (desclassificado);
- Não passe nos postos de controlo (desclassificado).

2.13 SEGURO DESPORTIVO

Seguro desportivo está de acordo com a lei em vigor.

3 INSCRIÇÕES

3.1 PROCESSO INSCRIÇÃO

As inscrições dos atletas federados terão de ser efectuadas no site <https://www.fpacompeticoes.pt/> e os restantes atletas no site <https://sinctime.com/>

Após o processo de inscrição os participantes recebem uma referência Multibanco para pagamento da mesma. Dispõem de 48 horas para regularizar o pagamento. Findo este prazo a inscrição será anulada, sendo necessário fazer novamente o processo de inscrição.

As referências geradas com o valor da fase de inscrição deverão ser pagas durante esse período. Após esse período serão anuladas. O participante terá de fazer nova inscrição, já com o valor da fase seguinte.

3.2 VALORES

EVENTO	FASE ESPECIAL (27 JANEIRO A 1 FEVEREIRO)	1ª FASE (ATÉ 28 FEVEREIRO)	2ª FASE (01 MARÇO A 27 ABRIL)
TRAIL LONGO	12 €	16 €	20 €
TRAIL CURTO	10 €	12 €	15 €
CAMINHADA	8 €	10 €	10 €

* Os atletas federados terão 1€ de desconto aos preços apresentados ao fazerem a inscrição no Trail Curto e Trail Longo na FPA Competições.

Os pedidos de mudança de distância, afetação a uma equipa ou qualquer outra alteração à inscrição inicial têm de ser feitos até 12 de abril. Após essa data o atleta deve participar na prova nas condições iniciais da inscrição.

3.3 CONDIÇÕES DE DEVOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO

Em momento nenhum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista da prova, a qualquer tempo, excetuando doença ou lesão devidamente comprovada por atestado médico (reembolso de metade do valor). Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser efetuadas no prazo referido no ponto anterior. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos/motivos. Na eventualidade de ressurgimento de medidas preventivas relacionadas com a pandemia que impeçam a realização da prova, as inscrições ficarão asseguradas para uma edição posterior, podendo os atletas serem ressarcidos de 50% do valor, caso o pretendam.

3.4 MATERIAL INCLUÍDO COM A INSCRIÇÃO

TRAIL

- Dorsal personalizado com chip e cronometragem de prova com postos de controle eletrónicos e manuais;
- Seguro de acidentes pessoais e responsabilidade civil;
- Banho;
- Abastecimentos líquidos e sólidos e lanche final;
- T-shirt Técnica da prova (oferta nas inscrições até ao dia 19 de abril);
- Oferta finisher;
- Prémios Classificação Geral;
- Prémios Classificação Escalões;
- Prémios Classificação Coletiva Feminina e Masculina

3.5 PRÉMIOS

Existirão duas classificações: geral e por escalões.

Existirão prémios para os três primeiros classificados gerais (masculinos e femininos) do Trail Curto e Trail Longo. Existirão ainda troféus/lembranças para os 3 primeiros classificados de cada género e por escalão.

ESCALÃO	GRUPO DE IDADE
MJuv / FJuv	16 a 17 anos (Trail Curto / Trail Jovem)
MJun / FJun	18 a 19 anos (Trail Curto e Trail Longo)
MSub23 / FSub23	20 a 22 anos
MSen / FSen	23 a 34 anos
M35 / F35	35 a 39 anos
M40 / F40	40 a 44 anos
M45 / F45	45 a 49 anos
M50 / F50	50 a 54 anos
M55 / F55	55 a 59 anos
M60 / F60	60 a 64 anos
M65 / F65	65 a 69 anos
M70 / F70	Mais de 70 anos

Existirão troféus para classificação coletiva feminina e masculina do Trail Curto e Trail Longo. A classificação é obtida através da pontuação dos 3 primeiros classificados de cada equipa.

3.6 CERIMÓNIA DE ENTREGA DE PRÉMIOS

A cerimónia de entrega de prémios ocorrerá pelas 11h30.

4 SECRETARIADO DA PROVA/HORÁRIOS E LOCAL

O secretariado funcionará no largo junto à igreja no sábado, dia 2 de maio, entre as 15h00 e as 19h00 e no dia 3 de maio na Sede dos Escuteiros de Ruivães entre as 7h00 e as 8h45.

5 INFORMAÇÕES

Todos os inscritos receberão, alguns dias antes da prova, um guia com todas as informações necessárias.

6 MARCAÇÃO E CONTROLES

O percurso estará marcado com fitas e placas com a indicação sendo obrigatória a passagem pelos controlos estabelecidos.

7 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 géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.

8 DIREITOS DE IMAGEM

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.

9 APOIO E EMERGÊNCIA

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem.

10 FATURA

Todos os interessados em pedir fatura do valor de inscrição devem realizar o pedido através do e-mail: **traildocalvario@gmail.com**

11 CASOS OMISSOS

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

12 DIVERSOS

Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados. 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 ainda pode ser alterado de modo a que fique mais completa a informação.
Se se justificar a organização procederá a ajustes no presente regulamento.

TERMO RESPONSABILIDADE – TRAIL DO CALVÁRIO

Autorização de participação para menores de 18 anos

Eu, _____, portador do BI/CC nº _____, na qualidade de _____ (pai/mãe ou tutor legal), declaro para todos os efeitos legais que li e entendi o regulamento do **Trail do Calvário** e que AUTORIZO o menor _____, portador do BI/CC nº _____, a participar no evento em causa. Declaro ainda, ter conhecimento e assumo integralmente a responsabilidade pelos riscos inerentes à respetiva participação, conforme termo de que faz parte esta declaração.

Declaro ainda que o/a menor:

- Participa deste evento por livre e espontânea vontade, estando ciente da existência de riscos de acidentes durante a atividade e que assumo por livre e espontânea vontade estes riscos e suas consequências, isentando de quaisquer responsabilidades legais os organizadores, patrocinadores, proprietários das áreas e demais envolvidos na realização do evento. Goza de boa saúde, estando em boa forma física e apropriadamente treinado/preparado para esta prova.
- Tem conhecimento técnico necessário e suficiente para desempenhar esta atividade desportiva, sendo o mesmo de minha responsabilidade.
- Estar ciente dos termos de responsabilidade, acatando todas as decisões da Organização. Declaro, por fim, que autorizo a utilização de todo e qualquer meio fotográfico, audiovisual ou qualquer outra forma de gravação contendo imagens da participação do menor neste evento para finalidades legítimas relacionadas com o evento.

_____ de _____ de 2026. _____

(Assinatura Pai/Mãe ou tutor legal) (Preencher, digitalizar ou fotografar e enviar para: traildocalvario@gmail.com)