



# 6º TRAIL NASCENTE E VALE DO NEIVA

26 ABRIL '26

LOCAL COMPLEXO DESPORTIVO  
**RIBEIRA DO NEIVA**

ULTRA  
TRAIL

45  
km

TRAIL  
LONGO

28  
km

TRAIL  
CURTO

18  
km

TRAIL  
JOVEM

13  
km

CAMINHADA

10  
km

INFO André Gomes . 962 448 006 | Marco Escadas . 914 020 648 | Jorge Pinheiro . 936 019 003 | Márcio Araújo 917699792

tnvneiva@gmail.com | grupodesportivo.ribeiradoneiva@sapo.pt

/ribeira trailgdrn

ORGANIZAÇÃO



APOIOS



# REGULAMENTO

VI EDIÇÃO

TRAIL NASCENTE E VALE DO NEIVA

V1.2 - 20\_abril\_2026

Ribeira do Neiva Vila Verde

## NOTAS PRÉVIAS

Será necessário possuir a condição física adequada às características exigentes das provas que compõem este evento, as quais reúnem uma elevada quilometragem, terreno montanhoso, grandes desníveis, exposição ao sol.

Ao inscrever-se, o atleta está a concordar e a aceitar na íntegra com o presente regulamento.

É imprescindível beber em todos os abastecimentos e alimentar-se convenientemente.

A inscrição é pessoal e intransmissível, e aceite por ordem de chegada.

A veracidade dos dados fornecidos é da total responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro.

Em caso de um participante não poder participar e/ou as condições climatéricas não permitirem a realização do evento ou seu cancelamento, a organização não se vê no dever de devolver o valor das inscrições, assim como o reembolso aos patrocinadores.

Atendendo à necessidade imperiosa de preservar um património natural de uma enorme diversidade e riqueza como o Vale do Neiva, nos abastecimentos não serão fornecidos copos ou garrafas de plástico. Cada atleta é responsável por levar consigo o(s) recipiente(s) que entendam adequado(s) para a sua hidratação.

A Organização reserva-se o direito de aceitar inscrições de última hora.

Para inscrições realizadas nos últimos dias antes da prova, a organização não garante t-shirt oficial da prova.

O presente regulamento está sujeito a alterações.

## APRESENTAÇÃO

A RIBEITRAIL e o Grupo Desportivo e Recreativo da RIBEIRA DO NEIVA promovem no dia **26 de abril de 2026** a VI Edição do Trail Nascente e Vale do Neiva.

Esta iniciativa propõe cinco atividades: um percurso de **Ultra Trail com 45 km** de extensão, percurso de **Trail com 28 km** de extensão, uma prova **Trail Sprint 18 km**, uma prova de **Trial Jovem com 13 km** e percurso de **caminhada com 10km** (este último sem vertente cronometrada ou de competição).

A participação é aberta a todos os atletas sem limitações físicas, e reger-se-á pelo presente regulamento desportivo/técnico, assim como por toda e qualquer outra regulação ou interpretação publicada pela organização como adenda ao presente documento.

## 1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

A participação dos atletas na VI Edição do Trail Nascente e Vale do Neiva fica sujeita às seguintes condições:

- Estar devidamente inscrito e manter o dorsal visível durante toda a prova, na frente do corpo, para validação da sua classificação;
- Possuir as condições físicas necessárias para caminhar ou correr em montanha; percorrendo trilhos com desnível e piso irregular; e de significativa exigência física;
- Ter 18 ou mais anos para participar nas provas de Trail; a Caminhada não possui idade mínima de participação, sendo que os participantes com idade inferior a 16 anos deverão ser acompanhados(as) pelo encarregado de educação. A participação de atletas menores de idade, em qualquer prova, será condicionada à apresentação de autorização escrita (termo de responsabilidade), devidamente assinada pelo encarregado de educação;
- Respeitar as regras gerais de trânsito e de sinalização dos trilhos;
- Ter uma correta conduta desportiva;
- Aceitar as regras estabelecidas pela organização.

## 2. PROVA

O evento desportivo VI Trail Nascente e Vale do Neiva realiza-se no dia 26 de abril de 2026, em Ribeira do Neiva – Vila Verde, com início e chegada no Complexo Desportivo do Grupo Desportivo e Recreativo da Ribeira do Neiva, local do paddock do evento.

A prova de Ultra Trail, com aproximadamente 45 km de extensão, terá início pelas 07h00.

A prova de Trail, com aproximadamente 28 km de extensão, terá início pelas 09h00m.

A prova de Trail Sprint, com aproximadamente 18 km de extensão, terá início pelas 09h30m.

A prova de Trail Jovem, com aproximadamente 13 km de extensão, terá início pelas 09h45m.

O percurso Caminhada, com aproximadamente de 10 km de extensão, terá início pelas 09h50m.

## 2.1. PROGRAMA

### Sábado, dia 25 de abril:

15h00 – 19h00: Secretariado - entrega de kits no Complexo Desportivo do Grupo Desportivo e Recreativo da Ribeira do Neiva.

### Domingo, dia 26 de abril:

06h00: Abertura do secretariado - entrega de kits no Complexo Desportivo do Grupo Desportivo e Recreativo da Ribeira do Neiva;

09h30: Encerramento do secretariado;

08h20: Briefing e controlo de material aconselhado;

07h00: Partida da prova ultra trail;

09h00: Partida da prova de Trail;

09h30: Partida da prova de Trail Sprint

09h45: Partida Trail Jovem

09h50: Partida caminhada

13h30: Cerimónia de entrega de troféus;

17h00: Encerramento da atividade.

## 2.2 CONDUTA EM PROVA

1 - Na luta por posições, os atletas não devem interferir corporalmente de modo a impedir a progressão do outro atleta. Em situações de conflito ou falta de desportivismo detetadas por controladores, os atletas em causa serão penalizados, após audição das partes. Esta penalização poderá incluir a desclassificação da prova.

2 - Os atletas que prejudiquem intencionalmente os seus adversários com empurrões, obstruções, serão imediatamente desclassificados. Esta desclassificação será igualmente aplicada aos atletas que durante a prova sejam acompanhados pelo seu Técnico ou Dirigente.

3 - Compete aos fiscais de percurso, juizes de partida e de chegada, aferir comportamentos inapropriados dos atletas, assim como decidirem relativamente à penalização a atribuir.

4 - A utilização de atalhos ao longo do percurso, assim como a saída do circuito definido e/ou a entrada num outro ponto distinto, terá como consequência imediata a desclassificação do atleta.

5 - A utilização de linguagem abusiva, profana ou obscena, ou qualquer outro tipo de comportamento antidesportivo implicará a desclassificação do atleta infrator.

6 - A assistência no percurso só pode ser prestada por outros atletas inscritos, ou, dada a gravidade da situação, por elementos devidamente autorizados pela organização. A entrada e saída de assistentes dos atletas apenas poderá ser realizada na zona assistência e controlo de meta.

7 - Caso um atleta tenha um acidente que o impossibilite de continuar a prova, este deverá contactar a organização pelos contactos disponíveis para o efeito e informar a sua desistência da prova.

8 - Em caso de desistência, o participante deve informar a organização desta sua vontade expressa, através de aviso aos elementos da organização no terreno, identificando-se com nome e número de dorsal.

9 – A colocação do 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.

### **2.3 PERCURSOS E SINALIZAÇÃO**

Os percursos das provas de Trail e da Caminhada serão maioritariamente desenvolvidos em caminhos rurais, campos, estradas florestais, e trilhos de floresta na zona envolvente à Nascente do Rio Neiva e enquadrados no respetivo Vale do Neiva.

A sinalização no terreno é feita com fitas e placas sustentáveis indicativas de direção, sendo que os locais de separação de percursos estarão devidamente identificados, marcados com setas e orientações claras das direções a seguir. Todos os materiais utilizados possuem características “amigas do ambiente” e reutilizados de anos anteriores.

### **2.4 PERFIL ALTIMÉTRICO**

O perfil altimétrico das diferentes provas será anunciado em breve e posteriormente publicado nas páginas do evento.

### **2.5 CONTROLO DE TEMPOS E POSTOS DE CONTROLO**

Nas provas de Trail haverá cronometragem eletrónica de tempo e atribuída a respetiva classificação.

Existirá um controlo zero na zona de partida e um controlo de chegada.

O tempo limite para concluir as diferentes provas é de 10h.

Na prova ultra trail haverá uma barreira horária situada na Serra do Oural aos 30 km, Tempo limite de passagem é de 7 horas (às 14:00 hora local). O Staff que está a dar apoio nesse local, onde também haverá um abastecimento, irá retirar de prova todos os atletas que cheguem depois da hora indicada.

Durante o percurso existirão pontos de controlo e de passagem obrigatória, em zonas surpresa a definir pela organização.

A caminhada, dado não possuir componente competitiva, não terá controlo de tempos ou de percurso.

### **2.6 POSTOS DE ABASTECIMENTO**

Ao longo dos percursos serão disponibilizados postos de abastecimento de sólidos e líquidos. Na chegada existirá reforço final, contendo sólidos e líquidos, para todos os participantes.

O **Ultra trail**, possuirá 6 locais de abastecimento: aprox. ao km 6 (sólidos e líquidos), ao Km 14 (sólidos e líquidos); ao Km 21 (sólidos e líquidos): ao Km 28 (sólidos e líquidos) e ao km 37 e na e na meta final, ao Km 45 (sólidos e líquidos).

O **Trail** possuirá 4 locais de abastecimento: aprox. ao km 6 (sólidos e líquidos), ao Km 14 (sólidos e líquidos); ao Km 19 (sólidos e líquidos); e na meta final, ao Km 28 (sólidos e líquidos).

O **Trail Sprint** possuirá 3 locais de abastecimento: aprox. ao km 6 (líquidos e sólidos); ao km 13 (líquidos e sólidos); e na meta final, ao Km 18 (sólidos e líquidos).

O **Mini Trail** possuirá 3 locais de abastecimento: aprox. ao km 6 (líquidos e sólidos), km 10 (líquidos e sólidos) e na meta final, ao Km 13 (sólidos e líquidos).

A **Caminhada** possuirá 2 locais de abastecimento: aprox. ao km 6 e 7 (líquidos e sólidos); e na meta final, ao Km 10 (sólidos e líquidos).

Procurando reforçar a consciência ambiental que caracteriza este evento, nos postos de abastecimento **NÃO serão cedidos copos ou garrafas em plástico**. Os participantes devem ser portadores do seu próprio material apto para permitir a hidratação.

### 2.7 MATERIAL OBRIGATÓRIO (dependente das condições climatéricas a definir no dia da prova)

Para as provas de **Ultra Trail, Trail, Trail Sprint, Mini Trail** aconselha-se a utilização de mochila, tipo **camelback**, ou cinto de hidratação:

#### Material Obrigatório:

- Manta de Sobrevivência/Térmica;
- Apito;
- Telemóvel Operacional;
- Reservatório para líquidos (min. 500ml);
- Impermeável / Corta Vento mediante condições climatéricas;

#### Penalizações:

- Por **cada item em falta** o atleta é penalizado com **30 min.** a adicionar ao tempo final. (Material Obrigatório).
- Na **falta de três (3) itens**, o atleta é **desclassificado**. (Material Obrigatório).
- **Não leve o dorsal bem visível**, o atleta é penalizado com **10 min.** a adicionar ao tempo final.
- **Ignorar as indicações** da Organização/Staff/Diretor de Prova, o atleta é penalizado com **10 min.** a adicionar ao tempo final.

Os participantes de todas as provas deverão considerar este material como o seu Kit de Sobrevivência. Portanto, aconselha-se que se façam acompanhar sempre deste material em terreno montanhoso de difícil acesso.

### 2.8 CLASSIFICAÇÕES

A prova de trail terá classificação geral e classificação por escalões.

Para composição dos escalões etários será considerada a idade do atleta em 30 de setembro do ano corrente.

Os participantes que não tenham realizado o controlo zero ou que não tenham validado a sua passagem em todos os postos de controlo definidos pela organização não serão considerados para a classificação.

Os resultados serão disponibilizados online, em [www.sinctime.pt](http://www.sinctime.pt)

### 2.9 TROFÉUS

Na prova de trail serão atribuídos troféus individuais e por equipas.

Os troféus individuais serão entregues aos três primeiros classificados masculinos e femininos a cruzar a linha de meta, e aos três primeiros classificados de cada escalão, de acordo com a seguinte estrutura:

#### **Geral**

- Feminina (1º, 2º e 3º)
- Masculina (1º, 2º e 3º)

#### **Escalões ( Ultra Trail, Trail, e Trail Sprint e Mini Trail)**

- F Juvenil (1º, 2º e 3º) 20 a 22 anos. (Até 15km)
- M Juvenil (1º, 2º e 3º) 20 a 22 anos. (Até 15km)
- F Júnior (1º, 2º e 3º) 18 a 19 anos. (Até 25km)
- M Júnior (1º, 2º e 3º) 18 a 19 anos. (Até 25km)
- F Sub-23 (1º, 2º e 3º) 20 a 22 anos.
- M Sub-23 (1º, 2º e 3º) 20 a 22 anos.
- F Seniores (1º, 2º e 3º) 23 a 34 anos.
- M Seniores (1º, 2º e 3º) 23 a 34 anos.
- F35 (1º, 2º e 3º) 35 a 39 anos.
- M35 (1º, 2º e 3º) 35 a 39 anos.
- F40 (1º, 2º e 3º) 40 a 44 anos.
- M40 (1ª, 2ª e 3ª) 40 a 44 anos.
- F45 (1ª, 2ª e 3ª) 45 a 49 anos.
- M45 (1ª, 2ª e 3ª) 45 a 49 anos.
- F50 (1ª, 2ª e 3ª) 50 a 54 anos.
- M50 (1ª, 2ª e 3ª) 50 a 54 anos.
- F55 (1ª, 2ª e 3ª) 55 a 59 anos.
- M55 (1ª, 2ª e 3ª) 55 a 59 anos.
- F60 (1º, 2º e 3º) 60 - 64 anos.
- M60 (1º, 2º e 3º) 60 - 64 anos.
- F65 (1º, 2º e 3º) 65 - 69 anos
- M65 (1º, 2º e 3º) 65 - 69 anos
- F70 (1º, 2º e 3º) +70 anos
- M70 (1º, 2º e 3º) + 70 anos

#### **Geral por Equipas (1º, 2º e 3º)**

Os troféus coletivos serão entregues às três equipas mais rápidas a concluir a prova. Para esta classificação é considerado o desempenho dos três melhores classificados de cada equipa, através

classificação geral absoluta (sem distinção de escalão ou sexo). As três equipas com a melhor pontuação acumulada serão as vencedoras (1ª, 2ª e 3ª classificadas).

Será também entregue um troféu à equipa mais numerosa presente em prova e com as inscrições válidas.

### 3. INSCRIÇÕES

As inscrições devem ser efetuadas *online*, até **20 de abril de 2026**.

As inscrições devidamente validadas (após pagamento) até ao **dia 20 de abril 2026** terão a oferta de uma t-shirt técnica alusiva à prova.

Os participantes terão também direito a abastecimentos sólidos e líquidos durante a prova, reforço final, banhos, assistência e seguro. Será igualmente atribuída uma medalha de participação a cada atleta, assim como os prémios descritos no ponto anterior aos vencedores.

- **Os valores de inscrição são os seguintes:**

Ultra Trail: 22 euros

Trail Longo: 18 euros

Trail Curto: 16 euros

Mini Trail: 14 euros

Caminhada: 10 euros

A inscrição no evento incluirá: t-shirt técnica alusiva ao evento e dorsal personalizado (apenas para as inscrições validadas **até ao dia 20 de abril 2026**, cronometragem, seguro, abastecimentos, reforço no final, assistência, banhos, medalha de finisher e demais ofertas que a organização venha a conseguir.

A inscrição no evento implica a aceitação integral do presente regulamento.

Em caso de cancelamento do evento, decretado pela Proteção Civil ou outras entidades oficiais, não haverá direito a devolução da inscrição.

### 4. PROTEÇÃO DE DADOS

Os dados dos atletas indicados no formulário de inscrição serão registados pela organização para efeitos de inscrição no evento. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para [grupodesportivo.ribeiradoneiva@sapo.pt](mailto:grupodesportivo.ribeiradoneiva@sapo.pt) ou [tnvneiva@gmail.com](mailto:tnvneiva@gmail.com)

### 5. DIREITOS DE IMAGEM E PUBLICIDADE

A aceitação do presente regulamento implica que o participante autoriza aos organizadores da prova a gravação total ou parcial da sua participação na mesma e cede todos os direitos à sua exploração por parte da organização.

## 6. COMUNICAÇÃO

O meio oficial de comunicação e informação da VI Edição dos Trail Nascente e Vale do Neiva é a sua página de Facebook. Nesta plataforma serão anunciadas todas as informações relacionadas com a prova.

<https://www.facebook.com/Ribeitrail-Gdrnn-116698419740702/>

## 7. RESPONSABILIDADE AMBIENTAL

A organização solicita a todos os atletas que guardem consigo o lixo produzido durante a prova e que utilizem locais próprios para o efeito para o seu despejo.

Durante os abastecimentos da prova **não serão disponibilizados copos**. Cada atleta deve transportar consigo o material que considerar adequado com vista à sua hidratação.

No abastecimento final solicita-se que façam a separação do lixo nos respetivos lugares identificados.

## 8. APOIO E EMERGÊNCIA

Haverá fisioterapeutas do clube (GDR Ribeira do Neiva) e um meio de socorro e emergência dos Bombeiros para prestar os cuidados essenciais aos participantes que deles necessitem.

## 9. SECRETARIADO E INFORMAÇÕES GERAIS

O secretariado da prova funcionará no Complexo Desportivo do Grupo Desportivo e Recreativo da Ribeira do Neiva no sábado, 25 de abril 2026, entre as 15h00 e as 19h00; e no domingo, 26 de abril 2026, entre as 06h00 e as 09h30.

É disponibilizado local para banhos nos balneários do Complexo Desportivo da Ribeira do Neiva.

O estacionamento poderá ser realizado nos arruamentos adjacentes ao local de partida.

## 10. SEGURO

Durante a realização da prova, os participantes estarão cobertos por seguro de acidentes pessoais.

A organização do trail contratualiza os seguros obrigatórios por lei para a realização deste tipo de provas. O prémio do seguro está incluído no valor da inscrição para atletas não federados.

O seguro dos atletas federados é da sua responsabilidade como refere o Decreto-Lei nº10/2009, de 12 de janeiro.

## 11. ALTERAÇÕES DAS CONDIÇÕES DE REALIZAÇÃO DA PROVA

A organização reserva-se o direito de alterar, a qualquer momento, as condições descritas para a realização das provas de Trail e Caminhada.

## **12. MODIFICAÇÕES**

Estas regras podem ser editadas, alteradas ou melhoradas a qualquer momento pela entidade organizadora, sem aviso prévio. O facto de realizar a sua inscrição implica a aceitação do presente regulamento.

## **13. CASOS OMISSOS**

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

A organização reserva o direito de modificar o presente regulamento até á data do evento.

Ribeira do Neiva, 20 de Abril 2026