REGULAMENTO

Trail do Sarilho/Cantanhede - 2026

(18ª Edição)

1. Considerações gerais

A Secção de Ar Livre e Aventura da Associação de Solidariedade Social Sociedade Columbófila Cantanhedense (ASSSCC), com o apoio do Município de Cantanhede e outros parceiros, vai realizar no próximo dia 6 de dezembro de 2026, o **Trail do Sarilho/Cantanhede - 2026**. A Prova terá as seguintes distâncias:

- Trail Longo K24 – 24 km
- Mini Trail K15 – 15 km
- Caminhada +/- 11 km

As provas irão percorrer caminhos de vinhas, floresta e "Horst" de Cantanhede, com início e fim no Pavilhão Marialvas. O K15 fará parte do Circuito Distrital de Trail Running de Coimbra (ADAC). Todas as provas de Trail terão cronometragem eletrónica por parte da empresa **RUNMANAGER**.

2. Idades de participação nas provas

Trail Longo K24 – maiores de 18 anos

Mini Trail K15 – maiores de 16 anos

Caminhada – maiores de 12 anos

3. Secretariado

O secretariado funcionará no Freixial Shopping, no dia 5 de dezembro (sábado), das 15h00 às 18h00, e no Pavilhão Marialvas, no dia 6 de dezembro (domingo), das 07h30 às 09h00.

- Levantamento de dorsais
- Informação sobre as provas

Os dorsais também poderão ser levantados na DECATHLON - Coimbra na sexta-feira, dia 4 de dezembro, das15h00 às 20h00.

4. Programa

Dia 5 de dezembro 2026 / sábado

15h00 – Abertura do Secretariado Freixial Shopping

18h00 – Encerramento Secretariado

Dia 6 de dezembro 2026 / domingo

07h30 – Abertura Secretariado no Pavilhão Marialvas

09h00 – Inicio das Provas do Trail do Sarilho/Cantanhede 2026

09h00 – partida do Trail Longo K24

09h15 – partida do Mini Trail K15

– partida da Caminhada

A partir das 12h00 – Almoço e entrega de Prémios.

5. Inscrições

O ato de inscrição pressupõe a total aceitação do regulamento. As inscrições devem ser efetuadas de acordo com os prazos indicados **(data-limite dia 29 de novembro de 2026 às 23h59)** e através do formulário e procedimentos específicos disponíveis em: **www.runmanager.net**

Os pedidos de inscrição serão confirmados, **sempre**, por email.

As inscrições só serão consideradas válidas após pagamento através de referência Multibanco, gerada no site da prova, ou pagamento por MBWay.

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

Os atletas filiados na ADAC terão um desconto de **1,50€** na **prova K15** durante todo o período de inscrição, sendo obrigatório indicar na inscrição o seu número de filiado.

NOTA: Não há reembolso para os atletas e caminheiros que por qualquer motivo pretendam desistir da sua inscrição.

6. Valores de Inscrição

Trail Longo K24 - 21,00€

Mini Trail K15 - 17,50€

Caminhada - 12,00€

O valor da inscrição do Trail K24, K15 e Caminhada, inclui: abastecimentos líquidos/sólidos, dorsal, seguro de acidentes pessoais e seguro de responsabilidade civil, almoço, prémio Finisher e 1 T'shirt com design alusivo ao evento.

Por cada 10 inscrições efetivas, por equipa, será oferecida a 11ª inscrição.

Todas as inscrições serão efetuadas em **www.runmanager.net** e pagas por referência Multibanco, selecionando a opção de pagamento de grupo (várias).

7. Banhos

Pavilhão Marialvas

8. Almoço

Pavilhão Marialvas

9. Pagamentos

Só serão aceites os pagamentos efetuados por referência Multibanco ou MBWay.

10. Classificações

Nas provas K24 e K15 serão apurados os 1º, 2º e 3º classificados, de acordo com a seguinte tabela de classificação, por género (F-feminino e M-masculino) e escalões de idade, de acordo com o Regulamento das Organizações da ADAC e com os escalões em vigor na FPA.

- **Geral** Feminina e Masculina
- **Escalões**

- MSub18 e FSub18 (16 e 17 anos) (exclusivo K15)
- MSub20 e FSub20 (18 e 19 anos)
- MSub23 e FSub23 (20 a 22 anos)
- MSenior e FSenior (23 a 34 anos)
- M35 e F35 (35 a 39 anos)
- M40 e F40 (40 a 44 anos)
- M45 e F45 (45 a 49 anos)
- M50 e F50 (50 a 54 anos)
- M55 e F55 (55 a 59 anos)
- M60 e F60 (60 a 64 anos)
- M65 e F65 (65 a 69 anos)
- M70 e F70 (70 a 74 anos)
- M75 e F75 (75 a 79 anos)

Os escalões de veteranos estão de acordo com o Regulamento Geral de Competições da FPA e referem-se à idade do participante à data de 30 de setembro de 2027 (referente à data de final da época 2026/2027).

- Equipas

- K24 – Feminina e Masculina

- K15 – Feminina e Masculina

11. Prémios

Para cada prova de Trail é estabelecida uma Classificação Individual Feminina e Masculina, Geral e por Escalões (K24 e K15) e uma Classificação por Equipas em cada distância, efetuada com base nas três melhores classificações dos respetivos atletas, por género. Em caso de empate vencerá quem terminar primeiro a equipa.

Também as 3 equipas com o maior número de inscritos no conjunto de todas as Provas (K24, K15 e Caminhada) serão premiadas com o Prémio Equipa+, podendo a Organização estabelecer outros prémios não considerados no presente regulamento.

12. Sorteio

Será realizado um sorteio de artigos e vouchers, considerando todos os participantes com dorsal atribuído até ao dia 29 de novembro 2026 às 23h59.

13. Desclassificações

Será desclassificado o atleta que:

• não apresente o material obrigatório;

• receba ajuda externa fora da área autorizada (junto aos postos de abastecimento);

• não cumpra o percurso estipulado;

• não siga as indicações de elementos da organização ou colaboradores;

• tenha alguma conduta antidesportiva;

• tenha alguma conduta poluidora.

A organização impedirá, em futuras edições, as inscrições de participantes que sejam desclassificados pelos motivos relacionados com os dois últimos pontos.

14. Postos de Controlo

A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo os atletas respeitá-la ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos. Ao longo do percurso haverá pontos de controlo para todas as provas.

15. Abastecimentos intermédios no Trail do Sarilho/Cantanhede 2026

K24

Abastecimento - +/- 6,5 km (líquidos/sólidos)

Abastecimento - +/- 18 km (líquidos/sólidos)

Abastecimento - META (líquidos/sólidos)

K15

Abastecimento - +/- 4,5 km (líquidos/sólidos)

Abastecimento - +/- 8,5 km (líquidos/sólidos)

Abastecimento - META (líquidos/sólidos)

Caminhada

Abastecimento - 5/8 km (líquidos/sólidos)

Abastecimento - META (líquidos/sólidos)

NÃO SERÃO FORNECIDOS COPOS, OS ATLETAS DEVERÃO TRANSPORTAR O SEU PRÓPRIO RECIPIENTE!

NOTA:

As distâncias corretas serão anunciadas com o aproximar do evento quando os traçados das provas forem definitivos.

A localização/número dos postos de abastecimento poderá ser alterado de acordo com as condições climatéricas ou outras.

16. Colocação do dorsal

O dorsal é pessoal e intransmissível. O dorsal do atleta deve estar em local visível aos elementos da organização e demais entidades que apoiam e/ou colaboram com a mesma.

Em caso de desistência, o(s) atletas(s) deverá(ão) entregar o(s) dorsal(is) à organização, nos abastecimentos, controlos intermédios ou no secretariado da prova, comunicando dessa forma a sua desistência. No final da prova o dorsal será devolvido ao atleta.

NÃO SERÃO FORNECIDOS ALFINETES PARA OS DORSAIS

17. Regras de conduta desportiva

O comportamento inadequado, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou de qualquer outra espécie, serão alvo de advertência, multa, desclassificação e/ou expulsão, sendo comunicado às autoridades qualquer ato merecedor de tal.

18. Condições de participação

Material obrigatório

K24 e K15: Telemóvel, apito e manta térmica

Os participantes devem:

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas do Trail ou da Caminhada por trilhos de desnível positivo ou negativo e encontrar-se adequadamente preparado física e mentalmente.
- Saber gerir os problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, as pequenas lesões, entre outros.
- Estar preparado para poder realizar a prova de forma semiautónoma e de acordo com as condições climatéricas.

19. Responsabilidade

Todos os participantes estarão cobertos por um seguro de acidentes pessoais, obrigatório por lei para eventos desportivos. Contudo, os atletas federados terão cobertura do seguro da FPA ou de outro que tenham adquirido, obrigatoriamente no momento da filiação.

Seguro da prova (restantes atletas):
A publicar oportunamente.

Em caso de acidente, do qual resulte tratamento hospitalar, o sinistrado deverá pedir um relatório médico para apresentar à seguradora. Os custos serão suportados pelo sinistrado e reembolsados posteriormente pela companhia de seguros. O atleta sinistrado deve de imediato dar conhecimento à entidade organizadora através de email ou telefone.

Nos dias imediatos deve efetuar a participação à seguradora ao qual deve juntar o relatório médico e impresso fornecido pela entidade organizadora.

Caso seja ativado o seguro, o valor da franquia a ser pago, caso exista, é da responsabilidade do atleta.

Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais ou de saúde a si mesmos e/ou a terceiros.

A organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência, roubo, assim como dos objetos e valores de cada participante.

Por motivos de segurança – condições climatéricas adversas, incêndio ou outros motivos que ponham em causa a segurança dos atletas, a organização reserva-se o direito de modificar o traçado

ou a distância a ser percorrida, podendo mesmo cancelar a prova. No caso do cancelamento da prova por entidades externas à organização, apenas será reembolsado 50% do valor da inscrição.

20. Área Solidária

Todos os participantes podem entregar um **Bem Desportivo** (camisola, meias, polar, sapatilhas, calções, etc…) ou **Brinquedos** no Secretariado aquando do levantamento do seu dorsal. Estes bens serão entregues, posteriormente, a crianças carenciadas do concelho ou então enviados para os PALOP, de acordo com os protocolos estabelecidos pela ASSSCC.

21. Imagem

A organização do Trail do Sarilho/Cantanhede 2026 reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do evento. A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza utilizar a sua imagem para difusão do evento em todas as suas formas de comunicação (imprensa escrita, internet, fotografias, etc…) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária.

22. Casos Omissos

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

A Organização do Trail do Sarilho/Cantanhede 2026