



TRILHOS CDP

II CAMINHADA COLORIDA + MINITRAIL

REGULAMENTO

II CAMINHADA COLORIDA + MINITRAIL



MOVE-TE. **COLORE-TE.** VIVE!

REGULAMENTO

1.º Mini Trail • II Caminhada Colorida

Pedrulha — 06 de setembro de 2026

Trilhos CDP é um Clube sem fins lucrativos que apoia a atividade desportiva em cooperação com o Clube Desportivo Pedrulhense, com o apoio da União de Freguesias de Coimbra.

1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1. Idade de Participação

- a)** A prova do Mini Trail é aberta a maiores de idade (mais de 18 anos), de ambos os sexos. É permitida a participação de jovens que completem 16 anos até ao final da presente época desportiva (30 de setembro de 2026), desde que apresentem autorização por escrito do tutor ou encarregado de educação.
- b)** A Caminhada Colorida não tem carácter competitivo e está aberta a todas as pessoas, de ambos os sexos, sem limite de idade. Os menores de idade devem ser acompanhados por um adulto responsável.
- c)** Todos os menores devem entregar, no ato de levantamento do dorsal, uma autorização por escrito, assinada pelo tutor ou encarregado de educação.

1.2. Condições Físicas

- a)** Cada participante deve estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos, bem como dos diferentes pisos nos quais irá correr/caminhar, nomeadamente terra batida, asfalto e mato.
- b)** Cada participante deve, antes do evento, ter uma capacidade real de autonomia em trilho que permita a gestão dos problemas que derivam deste tipo de prova.

1.3. Possibilidade de Ajuda Externa

- a)** As provas decorrerão em regime de semi-autonomia, sendo que os participantes deverão ser autónomos entre dois postos de abastecimento, tanto do ponto de vista alimentar como do vestuário e da segurança.
- b)** Os participantes podem receber ajuda externa nos locais reservados para o efeito, nomeadamente nos Postos de Abastecimento e Controlo (PAC).
- c)** É estritamente proibida qualquer ajuda externa fora destes locais.

1.4. Dorsais

- a) Serão entregues individualmente a cada participante mediante a apresentação de cartão de identificação.
- b) O dorsal não poderá ser dobrado ou cortado e deverá estar visível durante toda a prova, na parte da frente do atleta/caminhante (peito ou abdómen).

1.5. Regras de Conduta Desportiva

- a) Todos os atos do evento deverão ser norteados por um completo fair-play, assumido pelos atletas ao inscreverem-se, assumindo ainda aquilo que é o património cultural deste desporto emergente: respeito pelo desafio, entreajuda e respeito pelos outros atletas, organizadores e colaboradores; respeito pelo ambiente natural em que decorrem as provas, procurando um impacto ambiental nulo.

2. PROVA

2.1. Apresentação

- a) O 1.º Mini Trail é um evento desportivo realizado no dia 06 de setembro de 2026. Do evento fará parte a II Caminhada Colorida. O Mini Trail tem 14 km e a Caminhada Colorida tem 7 km.
- b) Nenhuma das provas apresenta desnível acumulado, negativo ou positivo, digno de destaque.

2.2. Programa / Horário

Sábado, 05 de setembro de 2026	
15h00	Abertura do Secretariado e entrega de dorsais — Largo de S. Simão (junto à florista Girassol da Pedrulha)
18h00	Encerramento do Secretariado
Domingo, 06 de setembro de 2026	
08h00	Abertura do Secretariado das Provas — Largo de S. Simão (junto à florista Girassol da Pedrulha)
09h30	Encerramento do Secretariado
09h30	Briefing e início do Mini Trail — junto à Capela de S. Simão
10h00	Briefing e início da II Caminhada Colorida

12h30	Almoço
13h00	Cerimónia de Entrega de Prémios

Programa sujeito a possíveis alterações.

2.3. Tempo Limite

- a)** A prova do Mini Trail tem um tempo limite de conclusão de 3 horas.
- b)** Por motivos de segurança — mau tempo, risco de incêndio, incêndio ou outro motivo — a Organização reserva-se o direito de modificar o traçado ou a distância das provas, ou mesmo de cancelar o evento, não havendo direito a reembolso da inscrição.

2.4. Metodologia de Controlo de Tempos

- a)** É obrigatória a passagem dos participantes pelos postos de controlo situados no seu percurso. A não passagem por todos estes postos implica a desclassificação.
- b)** O controlo de tempo é efetuado através de chip eletrónico.

2.5. Partidas e Chegadas

- a)** O relógio iniciará a contagem no momento estabelecido, com ou sem a presença dos participantes.
- b)** A partida da prova (Mini Trail) será junto à Capela de S. Simão, na Pedrulha.

2.6. Postos de Abastecimento e Controlo (PAC)

- a)** É obrigatória a passagem dos participantes pelos postos de abastecimento e controlo situados no seu percurso.
- b)** Nos PAC, para além do controlo dos participantes, será fornecido auxílio, como bebidas e alimentos. Todos os líquidos e outros alimentos terão de ser obrigatoriamente consumidos no PAC.
- c)** Os atletas devem transportar consigo os invólucros de quaisquer alimentos que decidam levar, dentro do conceito de semi-autonomia em que a prova decorre.

2.7. Material Obrigatório e Recomendado

É obrigatório que cada participante, nas provas Mini Trail e Caminhada, se faça acompanhar, na totalidade da prova, do seguinte material:

- Dorsal
- Apito
- Telemóvel

Recomendado: roupa e calçado adequados.

Nota: Caso as condições meteorológicas o justifiquem, o material obrigatório ou recomendado poderá ser alterado.

2.8. Passagem por Locais com Tráfego Rodoviário

a) Os participantes devem ter em consideração que não haverá qualquer corte de trânsito em vias onde a circulação automóvel seja possível, devendo cumprir escrupulosamente todas as normas aplicáveis aos peões.

2.9. Penalizações / Desclassificações

a) Os participantes que não cumprirem as normas constantes no regulamento serão impedidos de participar, se a infração respeitar a procedimentos prévios à partida, e desclassificados, se a infração respeitar a atos que ocorram durante a realização do evento.

b) A Direção da corrida poderá aplicar outras sanções que salvaguem a verdade desportiva.

2.10. Seguro Desportivo

a) Será subscrito um seguro por participante, de acordo com a lei em vigor, para os participantes devidamente inscritos.

b) Caso algum dorsal seja utilizado durante a prova por atletas não devidamente inscritos, fica claro que a Organização e a Seguradora não assumem qualquer responsabilidade por tudo o que decorrer desse ato ilegítimo.

c) O seguro será exclusivamente válido para as ocorrências no decorrer das provas e para o dia da prova.

d) Todo o evento encontra-se coberto pelo seguro obrigatório de responsabilidade civil.

3. INSCRIÇÃO

3.1. Processo de Inscrição

a) O ato de inscrição pressupõe a aceitação integral do regulamento da prova e das decisões do júri da prova.

b) Em caso de necessidade, o júri da prova será constituído por um elemento da organização, um representante dos Trilhos CDP e um representante dos atletas, participante na prova de corrida e que seja cumulativamente federado.

c) A validação da inscrição apenas é considerada definitiva após verificação do cumprimento de todos os requisitos.

d) Número máximo de participantes: Mini Trail — 300; Caminhada — 300. A Organização reserva-se o direito de encerrar as inscrições quando considerar atingida a sua capacidade logística.

e) A inscrição será formalizada através da plataforma on-line www.trilhoscdp.pt e após pagamento do valor da inscrição.

f) A inscrição que não for paga dentro do prazo indicado pela referência multibanco é automaticamente anulada.

3.2. Valores e Períodos de Inscrição

Prova	1.ª Fase (até 31 de julho)	2.ª Fase (até 06 de setembro)
Mini Trail	16,00 €	17,00 €
II Caminhada Colorida 11+ anos)	13,00 €	14,00 €
II Caminhada Colorida (0 aos 10 anos)	10,00 €	11,00 €

As inscrições encerram impreterivelmente no dia 01 de setembro de 2026, ou quando atingido o número máximo de participantes.

3.3. Condições de Devolução do Valor de Inscrição

- a)** Até ao dia 01 de setembro, a Organização permite a alteração dos dados da inscrição para outro concorrente.
- b)** Não haverá direito à devolução do valor do pagamento da inscrição, exceto se a prova for anulada previamente por motivos imputáveis à Organização.

3.4. Material Incluído com a Inscrição

- Dorsal
- Brinde oficial do evento
- Alimentos e bebidas nos PAC
- Reforço alimentar final
- Almoço

4. CATEGORIAS E PRÉMIOS

4.1. Entrega de Prémios

- a)** Será entregue um prémio aos três primeiros classificados da Geral (Masculina e Feminina).
- b)** Haverá prémio para a maior equipa inscrita.
- c)** É critério de desempate a equipa que fechar primeiro com os 3 atletas.
- d)** Todos os atletas que terminarem a prova receberão um prémio de FINISHER.
- e)** Os prémios serão entregues em cerimónia pública, a realizar junto à meta. A mesma decorrerá após todos os escalões estarem completos e a prova terminada.

4.2. Categorias / Escalões

Estão definidas as seguintes categorias de escalões:

- MSénior / FSénior
- M25 / F25
- M35 / F35
- M45 / F45
- M55 / F55
- M65 / F65

Nota: O cálculo dos respetivos escalões etários obedece às normas, considerando-se a idade por ano civil.

** Apenas para o Mini Trail, o participante obriga-se a cumprir toda a regulamentação nacional e internacional antidopagem.*

5. MARCAÇÃO DO PERCURSO

- a) Os percursos encontram-se marcados em toda a sua extensão. A marcação principal será constituída por bandeiras espetadas, em materiais reutilizáveis. A cor da bandeira será anunciada no momento da partida.
- b) O princípio será o da visibilidade contínua: da posição de uma bandeira vê-se a seguinte.
- c) Para além das bandeiras, serão utilizadas outras sinaléticas, como setas impressas e informações diversas, bem como indicações dadas por colaboradores da Organização no atravessamento de estradas e noutros locais.
- d) Os atletas obrigam-se a percorrer todo o trilho sinalizado o mais perto possível das marcações, não devendo atalhar nos pontos em que eventualmente tal seja possível. O não acatamento desta norma pode levar à desclassificação se, no entender do júri da prova, tal for feito com a intenção de diminuir a distância percorrida ou as naturais dificuldades técnicas do percurso.
- e) No caso de um atleta percorrer alguma parte do percurso sem sinalização, deverá voltar atrás pelo caminho que seguiu e procurar o caminho sinalizado.

6. DIREITOS DE IMAGEM

- a) Ao inscreverem-se, os participantes renunciam aos direitos de imagem durante todos os atos do evento, nomeadamente a prova e as cerimónias protocolares. Apenas a Organização pode transmitir esse direito de imagem a outros, nomeadamente aos órgãos de comunicação social.

7. COMPONENTE SOLIDÁRIA

A II Caminhada Colorida não é apenas um momento de convívio, alegria e diversão. Este ano, o evento tem também uma importante vertente solidária.

Por cada inscrição realizada será doado: 1 € para a Alícia e 1 € para o Lourenço.

Desta forma, cada participante estará a contribuir diretamente para ajudar estas duas crianças e as suas famílias, tornando cada passo ainda mais especial e significativo.

Juntos podemos fazer a diferença! Inscreve-te, participa e ajuda-nos a colorir a vida da Alícia e do Lourenço com esperança, solidariedade e muito carinho.

Porque cada passo conta e cada ajuda faz a diferença!

8. CASOS OMISSOS

a) Os casos omissos serão resolvidos pela Organização, tendo como referência as normas e regulamentos da Associação de Trail Running de Portugal e da Federação Portuguesa de Atletismo, se técnicos, e o seu critério, se de outra índole.

b) O regulamento será enriquecido com informações complementares.

c) Visite regularmente o sítio do evento.

A Organização — TRILHOS CDP

Pedrulha, 06 de setembro de 2026

Facebook: Trilhos.CDP | Instagram: trilhoscdp

PEDRULHA



UNIÃO DAS FREGUESIAS DE
COIMBRA



TRILHOS CDP

