

Associação Cultural Recreativa Unidos por Vilares



Regulamento

1 CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1. IDADE PARTICIPAÇÃO DIFERENTES PROVAS

Trail Longo 25km: Idade mínima 18 anos.

Trail Curto 16km: Idade mínima 16 anos (com autorização dos pais).

Caminhada 8km: Sem fins competitivos, aberta a todas as idades (menores acompanhados por adultos).

1.2. INSCRIÇÃO REGULARIZADA

A inscrição será feita através do site www.sinctime.com, não havendo a necessidade de enviar comprovativo de pagamento para a organização.

1.3. CONDIÇÕES FÍSICAS

Para participar é indispensável:

- ✓ Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado física e mentalmente.
- ✓ De haver 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, vento, neve, nevoeiro e chuva.
- ✓ Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc.
- ✓ Estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas. Esta prova será feita em semi-suficiência.
- ✓ - Não ser acompanhado por elementos/atletas não inscritos na prova.

Os participantes inscritos no Trail Unidos por Vilares aceitam participar voluntariamente e sobre a sua responsabilidade na competição. Por conseguinte concordam em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e outros participantes qualquer responsabilidade em relação aos mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes.

Onde não existir corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indenizações resultantes do seu incumprimento.

1.4. AJUDA EXTERNA

Não será permitido qualquer ajuda externa fora dos locais definidos pela organização, pelo que o atleta deve estar consciente da sua condição física e gerir os seus problemas que surjam para uma atividade em montanha, de forma segura. A organização define como área específica para o auxílio ao atleta por parte de acompanhantes ou elementos da equipa a zona de saída dos abastecimentos, devendo estes, posicionarem-se de forma a não prejudicar o normal desenrolar da prova. Só nesta zona é que é permitida a ajuda externa. Nestas áreas o/a atleta pode receber alimentação, trocar de equipamento.

O atleta é obrigado a manter o equipamento obrigatório, podendo deixar/trocar outro equipamento não obrigatório. Só é permitida permanência nessas áreas a acompanhantes ou elementos da equipa.

1.5. COLOCAÇÃO DORSAL E CHIP

O dorsal do atleta é pessoal e intransferível e deve ser usado à frente do corpo e preferencialmente à altura do peito, e sempre visível. O atleta que não cumpra será penalizado em 10 minutos por cada vez que seja chamado à atenção, não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação.

1.6. DESCLASSIFICAÇÃO, DESISTÊNCIA OU BARRAMENTO HORÁRIO

O atleta é obrigado a entregar o dorsal à organização, sem prejuízo do mesmo ser devolvido no final da prova (meta ou secretariado).

1.7. REGRAS DE CONDUTA DESPORTIVA

O Trail Unidos por Vilares, é um evento que promove e privilegia, acima de tudo, fair-play. 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.

1.8. COMUNICAÇÃO/CONTATO COM A ORGANIZAÇÃO

Qualquer contato com a organização deverá ser efetuado através do email: unidosporvillares@hotmail.com.

A organização não se responsabiliza por dar resposta a qualquer outra forma de contato, nomeadamente mensagens pelo Facebook.

2. PROVA

2.1. APRESENTAÇÃO DA PROVA/ORGANIZAÇÃO

A **ACRUV** (Associação Cultural e Recreativa de Unidos por Vilares) organiza o **1º Trail Unidos por Vilares**, um evento de Trail Running e pedestrianismo que percorre os trilhos técnicos e as paisagens naturais da **Serra de Matos**. Com partida e chegada em **Vilares**, o evento desafia os participantes através de três distâncias:

- **Trail Longo (25 km):** Uma prova técnica e exigente, destinada a atletas experientes, com passagens pelos pontos mais altos e panorâmicos da serra.
- **Trail Curto (16 km):** Ideal para quem se está a iniciar na modalidade ou prefere distâncias intermédias, mantendo o desafio do desnível característico da região.
- **Caminhada (8 km):** Um percurso guiado ou marcado, focado no lazer e no contacto direto com o património natural, acessível a todos os entusiastas da natureza.

2.2. PROGRAMA/HORÁRIO

Dia 03 de Outubro 2026 (Sábado):

15h00 – Abertura secretariado para entrega de dorsais;

19h00 – Encerramento do secretariado.

Dia 04 de Outubro 2026 (Domingo):

07h00 – Abertura do secretariado para entrega dos dorsais (Zona das partidas / meta);

08h50 – Controlo zero Trail Unidos por Vilares Longo 25km;

09h00 – Partida Trail Unidos por Vilares Longo 25km;

09h05 – Controlo zero Trail Unidos por Vilares Curto 16km;

09h15 – Partida Trail Unidos por Vilares Curto 16km;

09h20 – Partida Caminhada 8km;

12h30 – Cerimónia de entrega de prémios do Trail Unidos por Vilares;

15h00 – Encerramento do Trail Unidos por Vilares.

(Horários sujeitos a alterações)

2.3. MAPA / PERFIL ALTIMÉTRICO / DESCRIÇÃO PERCURSO

Serão disponibilizadas na página do Facebook as indicações técnicas da prova.

https://www.facebook.com/profile.php?id=61588985952253&locale=pt_PT

Os percursos do Trail Unidos por Vilares são compostos por caminhos, trilhos, estradas florestais, estradas rodoviárias, ribeiras, penedos, etc. Contudo as estradas não estão totalmente fechadas e nesse sentido os participantes devem ter em consideração o facto de poder haver viaturas, pessoas e animais a circular num ou noutro sentido dos percursos da prova. O atravessamento de estradas públicas deve merecer a máxima atenção por parte dos participantes. Poderá existir alguma sinalização no terreno, contudo, prevalecerá a sinalização colocada no terreno pela organização. Essa sinalização é feita com fitas e estarão sempre à direita do atleta.

2.4. TEMPO LIMITE

Tempo Limite para concluir as provas:

▲ 5 Horas – Trail Unidos por Vilares

▲ 4 Horas – Trail Unidos por Vilares Curto e Caminhada

2.5. METODOLOGIA DE CONTROLO DE TEMPOS

O controlo de tempos será feito pela empresa SINCTIME , com recurso a chip.

2.6. POSTOS DE CONTROLO

A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo os atletas respeitá-lo ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos. Ao longo do percurso existirão postos de controlo. Os atletas terão que parar a fim de ser registado o controlo no seu dorsal quando solicitada.

Em condições climatéricas extremas a partida pode ser atrasada no máximo duas horas, período após o qual, a prova é cancelada. Poderá também suspender, reduzir ou parar a prova, nas condições climatéricas mencionadas. Em ambos os casos, não haverá direito a reembolso. Os abandonos devem ser feitos única e exclusivamente nos postos de controlo.

Na eventualidade de um acidente ou lesão em que o participante esteja imobilizado e não consegue alcançar um posto de controlo, deve ativar a operação de salvamento, entrando em contacto com a organização.

2.7. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

Trail Longo – 25 km - A ser apresentado atempadamente nas redes sociais

Trail Curto – 16 km - A ser apresentado atempadamente nas redes sociais

Caminhada 8 km - A ser apresentado atempadamente nas redes sociais

(A distância e o número de abastecimentos poderão ser ajustados mediante a conclusão do percurso de prova)

2.8. MATERIAL OBRIGATÓRIO

Telemóvel operacional, apito e manta térmica para todos os eventos. Haverá elementos da organização a fazer controlo de material de forma aleatória. No sentido de preservar o património ambiental desta zona florestal, causando o mínimo de impacto possível, será obrigatório trazer copo ou reservatório de água para utilizar nos abastecimentos. Da mesma forma todo o lixo gerado durante o percurso deverá dentro do possível ser guardado ou deixado em zonas sob a supervisão da organização

2.9. INFORMAÇÃO PASSAGEM DE LOCAIS COM TRÁFEGO RODOVIÁRIO

Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito em localidades e estradas de uso público, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

2.10. PENALIZAÇÕES / DESCLASSIFICAÇÕES

Será penalizado ou desclassificado todo aquele que:

A: não complete a totalidade do percurso (desclassificado)

B: deteriore ou suje o meio por onde passe (desclassificado)

C: não leve o dorsal bem visível (penalizado em 10 minutos)

D: ignore as indicações da organização (penalizado em 1h)

E: tenha alguma conduta antidesportiva (desclassificado)

F: não passe nos postos de controlo (penalizado 2h)

G: Retirar ou alterar sinalização do percurso (desclassificado)

H: Receber ajuda externa fora dos locais definidos (desclassificado)

2.11. RESPONSABILIDADES PERANTE O ATLETA/ PARTICIPANTE

O participante assume, por livre e espontânea vontade, os riscos e suas consequências decorrentes da participação na prova, sejam eles danos morais, físicos, materiais ou de qualquer natureza.

Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos da responsabilidade.

A inscrição nas provas implicará total aceitação do presente regulamento.

2.12. SEGURO DESPORTIVO

A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei para a realização deste tipo de provas. O prémio do seguro está incluído no valor da inscrição. O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas. Qualquer acidente ou incidente, que ocorra durante o decorrer do percurso é da responsabilidade dos participantes, em tudo que exceder o risco coberto pelo seguro. A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

3. INSCRIÇÕES

3.1. PROCESSO INSCRIÇÃO

A inscrição, deverá ser efetuada através da página de inscrições **www.sinctime.pt**. Ao fazer a inscrição os atletas que queiram participar, aceitam os termos gerais do regulamento. O levantamento do dorsal depende da exibição do documento de identificação. Será emitida uma referência multibanco pelo que deve efetuar o pagamento do valor indicado no prazo

estipulado. A inscrição é anulada automaticamente caso o pagamento não seja efetuado. Perdendo, consequentemente a vaga.

3.2. VALORES E PERÍODO DE INSCRIÇÃO

O período das inscrições vai até ao dia 25 **setembro** de 2026. As taxas de inscrição são as seguintes:

Evento	Fase 1 25 Abr a 31 Mai	Fase 2 01 Jun a 31 Ago	Fase 3 01 Set a 25 Set
Trail Longo (25K)	14,00€	16,00€	18,00€
Trail Curto (16K)	11,00€	13,00€	15,00€
Caminhada (8K)	7,00€	8,00€	10,00€

A organização reserva o direito de fechar as inscrições quando assim entender ou quando estas atinjam o seu limite, não sendo obrigada a informar os atletas inscritos com pagamento pendente ou atletas que se queiram inscrever.

O 1º Trail Unido por Vilares terá as seguintes limitações:

- ✓ - Trail Longo 25km – 100 inscrições
- ✓ - Trail Curto 16km – 150 inscrições
- ✓ - Caminhada 8km – 150 inscrições

3.3. CONDIÇÕES DE DEVOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO

Em momento nenhum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista de participar na prova. Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser efetuadas até ao dia 25 de Setembro de 2026 (Final das inscrições).

3.4. MATERIAL INCLUÍDO

A inscrição no evento inclui:

- T-shirt técnica alusiva ao evento;
- Dorsal personalizado;
- Seguro de acidentes pessoais;
- Abastecimentos sólidos e líquidos;
- Assistência médica;
- Transporte para a chegada em caso de abandono;
- Brindes promocionais;
- Almoço (porco no espeto)

Poderá haver mais ofertas que a organização venha a angariar, para todos os participantes.

3.5. SECRETARIADO DA PROVA/HORÁRIOS E LOCAL

O secretariado funcionará em local a definir, no dia 03 de Outubro (sábado) das 15h00 às 19h00, e no dia 05 de Outubro das 07h00 às 08h30 na zona das partidas e chegadas.

O levantamento do dorsal deverá ser feito pelo próprio mediante apresentação de documento identificativo ou poderá ser feito por terceiros desde que levem “imagem” do documento de identificação do atleta em causa.

3.6. SERVIÇOS DISPONIBILIZADOS

- Abastecimento de sólidos e líquidos, enquanto em competição, nos postos assinalados.
- Transporte para a chegada, em caso de abandono ou ser impedido pela organização de continuar em prova.
- Banhos nos balneários da Praia Fluvial Fraga do Rio.
- Porco no espeto no final da prova.

4. CATEGORIAS E PRÉMIOS

4.1. DEFINIÇÃO DATA, LOCAL E HORA DE ENTREGA DE PRÉMIOS

A entrega dos prémios será junto ao local de chegada da prova às 12h30 ou quando todos os pódios estiverem concluídos.

4.2. DEFINIÇÃO DAS CATEGORIAS ETÁRIAS / SEXO / INDIVIDUAIS E EQUIPAS

Classificação Sexo Masculino e Feminino

- M Geral e F Geral (1ºclass, 2ºclass, 3ºclass)
- Seniores – 18 aos 29 anos
- Veteranos A- 30 aos 39
- Veteranos B- 40 aos 49
- Veteranos C- +50 anos

4.3. PRÉMIOS

Os 3 primeiros classificados de cada categoria terão direito a troféu/medalha temático, entregue na cerimónia do pódio, dentro do horário definido.

Prazo para reclamação de classificações

Prazo de 1 semana para apresentação de reclamações pelo email unidosporvillares@hotmail.com

5. INFORMAÇÕES E DISPOSIÇÕES FINAIS

5.1. MORADA DO EVENTO

Praia Fluvial Fraga do Rio

<https://maps.app.goo.gl/ZEKhetaPFshkg3Jug>

5.3. MARCAÇÃO E CONTROLO

O percurso será marcado com fitas e placas de sinalização, sendo obrigatória a passagem pelos postos de controlo obrigatório.

5.4 RESPONSABILIDADE AMBIENTAL

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha de meta.

5.5 ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO E ÉTICA NA COMPETIÇÃO

A inscrição no evento pressupõe a aceitação, por parte do atleta, deste regulamento. Qualquer atleta deve ter um comportamento exemplar e de fair-play para com todos os envolvidos na competição, não só com os adversários, bem como com os elementos da

organização e juízes-árbitro. Deve também abster-se de utilizar substâncias, grupos farmacológicos e métodos destinados a aumentar artificialmente as suas capacidades físicas. De qualquer forma, qualquer participante deve obrigatoriamente passar por qualquer controlo antidopagem, se para isso for solicitado.

5.6. DIREITOS DE IMAGEM E PUBLICIDADE

A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do evento Trail Unidos por Vilares e de audiovisuais fotográficos e jornalísticos do evento. Qualquer projeto ou suportes publicitários produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da organização. É obrigatório o uso do material publicitário fornecido pela organização, (peitoral, autocolantes, etc.). Modificar, dobrar ou ocultar o material publicitário será alvo de penalização. A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza utilizar a sua imagem para a difusão da prova em todas as suas formas de comunicação (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.

5.7. DIVERSOS

Este regulamento pode sofrer alterações. Este regulamento foi feito de acordo com o “regulamento tipo” da Associação de Trail Running de Portugal.

5.8 PROTECÇÃO DE DADOS

Os dados dos atletas indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos de processamento no evento, sendo publicados nomeadamente na lista de inscritos.

Serão também registados para divulgação futura de eventos do Trail Unidos por Vilares.

Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para unidosporvilar.es@gmail.com 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.

OUTROS

O Júri de prova decidirá sobre todos os assuntos relacionados com o evento e que não foram objeto de regulamentação ou sobre más interpretações do presente regulamento.