



ULTRA TRILHOS DA GARDUNHA

REGULAMENTO [v.1.3]

14 de abril de 2018



Índice

1. Condições de participação	3
1.1. Idade mínima de participação nas diferentes provas	3
1.2. Inscrição regularizada	3
1.3. Ajuda externa / Assistência pessoal.....	3
1.4. Colocação do peitoral.....	3
2. Prova	4
2.1. Apresentação das provas / Organização	4
2.2. Programa / Horário.....	4
2.3. Distância (categorização por distância) / altimetria (desníveis positivo e negativo acumulados) / Tempo máximo* / categorização de dificuldade ATRP	5
2.4. Mapa / Perfil Altimétrico / descrição do percurso	5
2.5. Barreiras horárias	6
2.6. Metodologia do controlo de tempos	6
2.7. Postos de controlo	6
2.8. Locais e tipo de abastecimento	7
2.9. Material obrigatório/ verificações de material.....	7
2.10. Penalizações.....	8
2.11. Seguro desportivo.....	9
3. Inscrições	9
3.1. Processo de inscrição	9
3.2. Distribuição de Vagas	9
3.3. Valores e períodos de inscrição.....	10
3.4. Condições de alteração de prova, cedência de inscrição e devolução do valor de inscrição	10
3.5. Material incluído com a inscrição.....	11
3.6. Secretariado	11
4. Prémios	11
4.1. Descrição dos Prémios	11
4.2. Categorias.....	12
5. Pontuação ITRA	12
6. Dormida em Piso Duro	12
7. Diretor de Prova.....	12
8. Aceitação do Regulamento.....	12
9. Informações Adicionais	13
9.1. Como chegar	13
9.2. Onde ficar	14
9.3. Locais a visitar	16
9.4. Contactos.....	16

ABCansado Trail e a Associação do Bairro do Cansado de Castelo Branco vão realizar no próximo dia 14 de abril de 2018 o evento "UTG - Ultra Trilhos da Gardunha" doravante denominado "UTG".

1. Condições de participação

- O UTG é um evento de Trail Running, que decorrerá em Louriçal do Campo / Serra da Gardunha e integra quatro provas: Ultra Trilhos 50 km, Trilhos 22 km, Mini Trilhos 13 km e caminhada 11 km.

1.1. Idade mínima de participação nas diferentes provas

Provas	Idades Permitidas
Ultra Trilhos 50km	>=20 anos
Trilhos 22km	>= 18 anos
Mini Trilhos 13km	>=16 anos
Caminhada	>=12 anos

1.2. Inscrição regularizada

A inscrição no UTG 2018 implica compreender e aceitar sem reservas as regras e o regulamento da prova. Nomeadamente, é necessário:

- Efetuar corretamente a inscrição em: <https://www.prozis.com/pt/pt/evento/ultra-trilhos-da-gardunha-2018>
- O s atletas devem proceder ao pagamento da respetiva taxa de inscrição, através da referência de Multibanco gerada automaticamente pela plataforma de inscrições.

1.3. Ajuda externa / Assistência pessoal

- Aos participantes nas provas de 50 e 22 km é permitido receber assistência pessoal apenas nos postos de abastecimento assinalados na tabela abaixo:

	Castelo Novo	Alpedrinha	Alcongosta	Souto da Casa	Casal da Serra
Ultra Trilhos 50km	X	X	X	X	X
Trilhos 22km	-	-	-	-	X

- É estritamente proibida toda a restante ajuda externa.

1.4. Colocação do peitoral

- O peitoral deve estar permanentemente visível durante toda a prova, ou seja, deve ser posicionado sobre a roupa, na zona do peito ou do abdómen.

- Somente os participantes com peitoral visível terão acesso aos postos de controlo/abastecimento.

- Os atletas cujo peitoral, não seja detetado pelos tapetes eletrónicos por responsabilidade do atleta, não poderão ser classificados.

- Casos em que o peitoral pode não ser detetado:

- Peitoral protegido com saco de plástico
- Peitoral tapado com roupa e não visível
- Peitoral dobrado
- Peitoral nas costas

2. Prova

2.1. Apresentação das provas / Organização

- ABCansado Trail e a Associação do Bairro do Cansado de Castelo Branco são as entidade organizadoras da 1ª edição do UTG, que decorrerá no dia 14 de abril de 2018 em Louriçal do Campo, Serra da Gardunha.

- Os percursos do UTG atravessam zonas dos concelhos de Castelo Branco e Fundão, passando nas freguesias de Louriçal do Campo, Castrelo Novo, Alpedrinha, Alcongosta, Souto da Casa e Casal da Serra.

· Todos os percursos iniciar-se-ão no dia 14 de abril de 2018 em Louriçal do Campo, junto ao colégio de São Fiel.

· A partida da prova Ultra Trilhos 50 km será dada às 8 horas;

· A partida da prova Trilhos 22 km e Mini Trilhos 13 km será dada às 9 horas;

· A partida da Caminhada será às 9:30 horas;

- Por motivos de força maior, os percursos e horários podem ter de ser alterados.

2.2. Programa / Horário

Sábado, 19 de setembro de 2017

20:00 - Abertura de Inscrições [<https://www.prozis.com/pt/pt/evento/ultra-trail-da-gardunha-2018>]

Sábado, 24 de março de 2018

23:59 Data limite das inscrições

Sexta-Feira, 13 de abril de 2018

18:00 às 23:00 - Secretariado [Forum Castelo Branco]

20:30 - Tertúlia – “O Trail no Interior do País” [Forum Castelo Branco]

21:30 - Briefing [Forum Castelo Branco]

Sábado, 14 de abril de 2018

6:00 às 09:30 - Secretariado [Pavilhão Gimnodesportivo de São Fiel (Louriçal do Campo)]

07:00 - Controlo "0" do Ultra Trilhos 50 km

08:00 - Partida do Ultra Trilhos 50 km

8:15 – Controlo “0” do Trilhos 22 km e Mini Trilhos 13 km

09:00 – Partida da Trilhos 22 km e Mini Trilhos 13 km

09:30 – Partida da Caminhada

16:00 - Cerimónia de entrega de Prémios

Nota: Por razões de força maior, os horários e locais poderão sofrer alterações.

2.3. Distância (categorização por distância) / altimetria (desníveis positivo e negativo acumulados) / Tempo máximo* / categorização de dificuldade ATRP

Provas	Distância	Desnível +	Desnível -	Tempo máximo	Categorização	Grau de dificuldade
Ultra Trilhos 50 km	52.200 km	2600	2600	12h		
Trilhos 22 km	22.900 km	1090	1090	6h		
Mini Trilhos 13km	13.700 km	600	600	4h		
Caminhada	11km	400	400	-	-	-

2.4. Mapa / Perfil Altimétrico / descrição do percurso

Todos os percursos do UTG são circulares e compostos por estradas florestais, trilhos, caminhos romanos, levadas, ribeiras, zonas históricas, ruas de aldeias, etc. Grande parte dos percursos estão sinalizados como percursos de rotas pedestres. No entanto, os percursos não estão totalmente fechados, podendo os participantes encontrar pessoas / viaturas externas ao evento a circular num ou noutro sentido dos percursos da prova.

O atravessamento e circulação dos atletas em estradas / caminhos públicos deve merecer a máxima atenção e prudência por parte dos participantes.

Os tracks das provas serão disponibilizados, no entanto, prevalecerá a sinalização (fitas e placas) colocada no terreno.

2.5. Barreiras horárias

- As barreiras horárias são calculadas para permitir aos participantes alcançar a linha de meta no tempo limite, contabilizando as possíveis paragens (descanso, abastecimentos, etc.).
- Para serem autorizados a continuar em prova, os participantes devem chegar e sair do posto de controlo antes do seu encerramento, caso contrário, serão impedidos de prosseguir e serão desclassificados.
- Qualquer participante excluído da prova e que deseje continuar, só pode fazê-lo entregando o chip que acompanha o peitoral, prosseguindo à sua própria responsabilidade e em completa autonomia.
- Por razões de força maior (meteorológicas e/ou de segurança), à organização reserva-se o direito de alterar as barreiras horárias.
- Barreiras horárias e respetivos locais e distâncias na tabela abaixo:

	Posto de Controlo/Abastecimento	
	Alcongosta	Casal da Serra
Ultra Trilhos 50km	5h	10h
Trilhos 22km	-	4h
Mini Trilhos 13km	-	2h30

Nota: Os elementos da organização podem não permitir a continuação de qualquer atleta em prova se este não apresentar condições físicas e/ou psicológicas para prosseguir a prova em condições de segurança.

2.6. Metodologia do controlo de tempos

- Será utilizado um sistema eletrónico de controlo de tempos [MyLaps]. Nos postos de controlo existirão tapetes de cronometragem que registam a passagem dos atletas.
- O peitoral dos participantes integra um chip, o qual, possibilita o registo da passagem do atleta.
- Além do controlo eletrónico poderá haver em algumas zonas de controlo registo manual de passagem.

2.7. Postos de controlo

- Os postos de controlo são zonas obrigatórias de passagem e estão localizadas em locais mencionados pela organização. Em cada um destes controlos estará pelo menos um responsável da organização.

- Não passar nas zonas de controlo, leva à desclassificação do participante.
- 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.
- O número de contacto da organização, para efeitos de emergência, estará impresso no peitoral do participante e deverá ser igualmente gravado antecipadamente no seu telemóvel. Estes números estarão no dorsal e serão dados aos atletas no Briefing.
- A organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo / abastecimento, sem aviso prévio. Em caso de condições climatéricas adversas a partida pode ser atrasada no máximo três horas, período após o qual, a prova é cancelada. Não haverá direito a reembolso.
- Durante a prova, em caso de mau tempo, e por razões de segurança, a organização reserva-se o direito de modificar as barreiras horárias e, ou, de suspender, reduzir, neutralizar ou parar a prova. Não haverá direito a reembolso.

2.8. Locais e tipo de abastecimento

- A organização disponibilizará a todos os atletas abastecimentos líquidos e sólidos de forma a satisfazer todas as necessidades consoante a distância que vai percorrer.
- **Haverá em todos os abastecimentos, alimentos sólidos e líquidos.**
- Os alimentos sólidos existentes nos postos de abastecimento serão: batatas fritas, frutos secos, banana e laranja, bolos variados, gomas, barras energéticas prozis, presunto, queijo, pão, chocolate, etc.
- Os alimentos líquidos existentes nos postos de abastecimento serão: água, coca-cola e isotónico prozis.
- Locais e distâncias dos abastecimentos na tabela abaixo:

	Castelo Novo	Alpedrinha	Alcongosta	Souto da Casa	Antenas	Casal da Serra
Ultra Trilhos 50km	11 km	20.5 km	24 km	30.8 km	41.4 km	45.5 km
Trilhos 22km	-				12.5 km	17 km
Mini Trilhos 11km	-					6.3 km
Caminhada	-					6,3 km

2.9. Material obrigatório/ verificações de material

- No **Controlo "0"** os participantes terão de apresentar o material obrigatório que irão transportar durante prova.
- Durante a competição, todos os participantes têm de se fazer acompanhar da totalidade do material obrigatório.
- Em qualquer momento durante a prova, elementos da organização podem solicitar a verificação do mesmo.

Material obrigatório	UT 50 km	T 22 km	MT 13 km
Peitoral	X	X	X
Depósito de líquidos com capacidade mínima de 0,5L	X	X	-
Copo (a organização não cederá copos nos abastecimentos)	X	X	X
Manta de sobrevivência	X	X	X
Casaco impermeável / Corta-vento	X	X	X
Apito	X	X	X
Telemóvel operacional	X	X	X
Frontal	X	-	-

Material Recomendado
Bastões
Boné
Protetor solar
Calças impermeáveis
Depósito de líquidos com capacidade de 1l

- Em função das condições atmosféricas, poderá ser adicionado ou retirado equipamento obrigatório.

2.10. Penalizações

- Os responsáveis presentes nas zonas de controlo poderão a qualquer momento da prova aplicar as seguintes regras:

INFRAÇÃO	SANÇÃO A APLICAR
Não prestar assistência a um participante que esteja a necessitar de ajuda	Desclassificação
Partilhar o peitoral com outra pessoa, durante parte ou na totalidade do percurso	Desclassificação
Utilizar caminhos que não os sinalizados para a prova, atalhando intencionalmente o percurso	Desclassificação
Utilizar transporte não autorizado (boleia)	Desclassificação
Retirar sinalização do percurso	Desclassificação
Desobedecer às medidas de segurança indicadas pela organização e entidades associadas	Desclassificação
Ausência do material obrigatório e/ou recusa da sua apresentação, se solicitado pela organização	Desclassificação
Exceder o tempo limite de controlo nos postos de controlo com barreira horária	Desclassificação
Falhar um ou mais postos de controlo	Desclassificação

Perda do Chip	Desclassificação
Atirar lixo para o chão e/ou danificar o meio envolvente	Desclassificação
Receber ajuda externa fora das áreas definidas pela organização	Penalização de 1 hora
Fazer-se acompanhar por pessoas não acreditadas pela organização, exceto nas áreas definidas pela organização	Penalização de 1 hora
Peitoral não visível ou afixado em local não visível	Penalização de 15 minutos

2.11. Seguro desportivo

A entidade seguradora é a LIBERTY SEGUROS.

Em todas as participações efetuadas à seguradora, os atletas sinistrados deverão apresentar o nome da entidade organizadora do evento, o número da apólice, data e hora da ocorrência.

O sinistrado deve de imediato dar conhecimento à entidade organizadora através do mail: abcansadotrail@gmail.com.

IMPORTANTE

- A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.
- Coberturas e Franquia do Seguro de Acidente Pessoais:
 - Morte e invalidez por Acidente: 27.291,82 €;
 - Despesas de Tratamento por Acidente: 4.336,19 €;

Nota: O nº da apólice de seguros será disponibilizada no regulamento e no site do evento após o fecho das inscrições.

3. Inscrições

3.1. Processo de inscrição

- Somente as inscrições feitas na plataforma de inscrições serão aceites; <https://www.prozis.com/pt/pt/evento/ultra-trilhos-da-gardunha-2018>
- Cada participante deve preencher o formulário de inscrição e pagar o valor da mesma no prazo estipulado;
- O participante após a inscrição, recebe por mail, uma referência Multibanco para proceder ao pagamento;
- Não é necessário o envio do comprovativo de pagamento.
- Após confirmação do pagamento, o nome do atleta vigorará na lista de inscritos.

- Qualquer esclarecimento adicional deverá ser solicitado por e-mail para: abcansadotrail@gmail.com

3.2. Distribuição de Vagas

Ultra Trilhos 50 km	Trilhos 22 km	Mini Trilhos 13 km	Caminhada
150	200	200	300

3.3. Valores e períodos de inscrição

- O período de inscrições decorrerá entre 20 de setembro de 2017 e 24 de março de 2018

- As taxas de inscrição são as seguintes:

	20/09/2017 a 31/12/2017	01/01/2018 a 28/02/2018	01/03/2018 a 24/03/2018
UT 50 km	20 €	25 €	30 €
T 22 km	15 €	17 €	20 €
MT 13 km	12 €	15 €	17 €
Caminhada	10 €	10 €	10 €

- Almoço para atletas e acompanhantes: 5€

3.4. Condições de alteração de prova, cedência de inscrição e devolução do valor de inscrição

- Após o dia 24 de março de 2018, não são permitidas alterações.

- Só é permitida a alteração de inscrição de prova, sempre que houver disponibilidade de lugares. Esta alteração só poderá ser feita até ao dia 24 de março de 2018.

- Caso a alteração seja para uma prova com valor de taxa de inscrição superior, haverá lugar ao pagamento do diferencial, nos valores em vigor à data da alteração. Se for para uma prova com valor de taxa de inscrição inferior, não haverá lugar à devolução do diferencial.

- O reembolso ou a cedência de inscrição a outra pessoa apenas é permitido quando um participante tiver comprovadamente um impedimento para fazer a prova, desde que o mesmo esteja associado a um acidente ou a uma doença diagnosticada após o registo na prova.

- O cancelamento ou a cedência de inscrição deve ser solicitado por e-mail, utilizando para o efeito o endereço: abcansadotrail@gmail.com.

Nesta última situação, o atleta deverá enviar para a organização um atestado médico, que comprove o impedimento por doença.

- Não serão aceites cancelamentos por telefone.

- Os montantes reembolsados aos participantes que reúnam as condições acima mencionadas irão variar de acordo com a data em que seja solicitado o reembolso.

- O reembolso das taxas pagas, será feito nas seguintes condições:

até 31 de dezembro de 2017	75% da taxa será devolvida
De 1 de janeiro a 28 de fevereiro de 2018	50% da taxa será devolvida
de 1 a 24 de março de 2018	25% da taxa será devolvida
a partir de 25 de março de 2018	não haverá direito a reembolso

3.5. Material incluído com a inscrição

- Peitoral personalizado c/ chip integrado.
- T-shirt
- Prémio de finalista (apenas para quem finalize a respetiva prova dentro do tempo limite);
- Diploma digital, a ser descarregado posteriormente no site:
https://www.associacaomundodacorrida.com/site_associacao/class_diplomas/classificacoes
- Massagem na zona da meta.
- Abastecimentos durante a após a prova
- Duche
- Dormida em solo duro
- Lembranças
- Seguros de Acidentes pessoais e responsabilidade Civil

3.6. Secretariado

O Secretariado da prova funcionará no Fórum Castelo Branco (sexta-feira 13 de abril) e no pavilhão gimnodesportivo de São Fiel (sábado 14 de abril), nos seguintes horários:

Fórum Castelo Branco	Sexta-Feira 13 de abril de 2018	18h às 23h
Pavilhão Gimnodesportivo de S. Fiel – Louriçal do Campo	Sábado 14 de abril de 2018	06h às 09h30

- Para o levantamento do peitoral os participantes devem apresentar o **Cartão de cidadão**

Nota importante: **APENAS SE ENTREGA O DORSAL AO PRÓPRIO ATLETA**, apresentando o seu cartão de cidadão.

4. Prémios

4.1. Descrição dos Prémios

- O apuramento da classificação por equipas será efetuado com base nas três melhores classificações dos respetivos atletas.

UT 50 km	Masculinos	Femininos
Geral	Troféu aos 3 primeiros	Troféu às 3 primeiras
Todos os escalões	Troféu aos 3 primeiros	Troféu às 3 primeiras
Coletiva	Troféu às 3 primeiras equipas (mistas)	
T 22 km	Masculinos	Femininos
Geral	Troféu aos 3 primeiros	Troféus às 3 primeiras
Todos os escalões	Troféus aos 3 primeiros	Troféus às 3 primeiras
Coletiva	Troféu à primeiras equipa (mista)	
MT 13 km	Masculinos	Femininos
Geral	Troféu aos 3 primeiros	Troféu às 3 primeiras

Prémio Surpresa para a equipa mais numerosa no conjunto das 4 provas

4.2. Categorias

- As categorias etárias serão definidas automaticamente em função dos dados disponibilizados pelos participantes no ato da inscrição, e tendo como referência a idade que o atleta terá a 31 de dezembro de 2018.
- Júnior A M/F – 16 anos [Provas de 13 km e 22km]
- Júnior B M/F – entre 17 e 18 anos [Provas de 13 km e 22 km]
- Sub-23 M/F – entre 19 e 22 anos [Provas de 13 km e 22 km]; entre 20 e 22 anos [Prova de 50km];
- Seniores M/F – entre 23 e 39 anos
- Veteranos M40/F40 – entre 40 e 44 anos
- Veteranos. M45/F45 – entre 45 e 49 anos
- Veteranos. M50/F50 – entre 50 e 54 anos
- Veteranos. M55/F55 – entre 55 e 59 anos
- Veteranos. M60/F60 – a partir dos 60 anos

5. Pontuação ITRA

- A prova Ultra Trilhos 50km pontua com 3 pontos ITRA;
- A prova Trilhos 22km pontua com 1 ponto ITRA;
- A pontuação ITRA, conta para as seguintes prova:

Ultra Trail du Mont Blanc

Lavaredo

X-Alpine

6. Dormida em Piso Duro

- A organização disponibiliza nas noites de 13 e 14 de abril na antiga escola primária de Lourçal do Campo para os atletas poderem pernoitar.
- Localização: <https://goo.gl/maps/K2GhwnfKDMF2>

7. Diretor de Prova

- A direção de prova estará entregue a um elemento certificado pela Federação Portuguesa de Atletismo, Miguel dos Reis Baptista

8. Aceitação do Regulamento

9.2. Onde ficar

 <p>IMPÉRIO DO REI® ALOJAMENTO LOCAL</p>	<p>Morada Rua dos prazeres nº 20, 6000-209 Castelo Branco</p> <p>GPS 39° 49' 33'' N 7°29'26'' W</p> <p>Telef / Telem (351) 272 341 720 / 962 431 456</p> <p>Fax (351) 272 341 720</p> <p>Email reservas@imperiodorei.pt</p> <hr/> <p>- Quarto Single: €28,00/noite (alojamento e pequeno-almoço) - Quarto Duplo: €45,00/noite (alojamento e pequeno-almoço) - Quarto Triplo: €61,00/noite (alojamento e pequeno-almoço) - Quarto Quádruplo: €73,00/noite (alojamento e pequeno-almoço)</p> <p>Preços incluem taxas, pequeno-almoço e internet wireless grátis nos quartos e zonas públicas.</p> <p>O participante deve mencionar que irá participar no evento no ato da reserva.</p>
 <p>HOTEL PRÍNCIPE DA BEIRA ★★★★</p>	<p>Morada Estrada Nacional 18, km 63.5, Sítio da Maria Negra - Donas, 6230-172 Fundão</p> <p>GPS -</p> <p>Telef (351) 275 779 920</p> <p>Email geral@hotelprincipedabeira.pt</p> <hr/> <p>- Quarto Single: €35,00/noite - Quarto duplo: €45,00/noite</p> <p>Preços incluem taxas e pequeno-almoço buffet.</p> <p>O participante deve mencionar que irá participar no evento no ato da reserva.</p>

 <p>BY WYNDHAM</p> <p>OWN THE CITY</p>	<p>Morada Rua da Piscina s/n, 6000-776 Castelo Branco</p> <p>GPS 39.826304 [W], -7.498609[W]</p> <p>Telef (351) 272 349 280</p> <p>Fax (351) 272 329 759</p> <p>Email tryp.colina.castelo@meliaportugal.com</p> <hr/> <p>- Quarto individual: €65,00/noite - Quarto duplo: €79,00/noite</p> <p>Preços incluem taxas, pequeno-almoço buffet, piscina interior aquecida, jacúzi, sauna, banho turco, estacionamento privativo e internet wireless grátis.</p> <p>O participante deve mencionar que irá participar no evento no ato da reserva.</p>
--	--

 <p>HOTEL</p> <p>RAINHA D AMÉLIA</p> <p>ARTS & LEISURE</p> <p>★ ★ ★ ★</p>	<p>Morada Rua Santiago 15, 6000-179 Castelo Branco</p> <p>GPS N 39° 49' 15.71" W 7° 29' 46.52"</p> <p>Telef (351) 272 348 800</p> <p>Fax (351) 272 348 808</p> <p>Email geral@hotelrainhadamelia.com</p> <hr/> <p>- Quarto Single: €49,00/Noite em regime APA - Quarto Duplo: €57,50/Noite em regime APA - Quarto Triplo: €76,50/Noite em regime APA</p> <p>Preços incluem pequeno-almoço no restaurante "Varanda Real", estacionamento na garagem do hotel (mediante disponibilidade) e internet wireless grátis nos quartos e zonas públicas</p> <p>O participante deve mencionar que irá participar no evento no ato da reserva.</p>
--	---

	Morada Rua Vasco da Gama, 6230-375 Fundão
	Telef (351) 275 779 930 Fax (351) 275 751 809 Email hotel@hotelsamasafundao.com

Regime de APA (alojamento e pequeno-almoço buffet)

- Quarto Single: €40,00/Noite
- Quarto Duplo: €55, 00/Noite
- Quarto Triplo: €75,00/Noite

Regime de MP (alojamento, jantar e pequeno-almoço buffet)

- Quarto Single: €56,00/Noite
- Quarto Duplo: €89, 00/Noite
- Quarto Triplo: €125,00/Noite

Preços incluem pequeno-almoço no restaurante “Varanda Real”, estacionamento na garagem do hotel (mediante disponibilidade) e internet wireless grátis nos quartos e zonas públicas

O participante deve mencionar que irá participar no evento no ato da reserva.

9.3. Locais a visitar

<http://www.cm-castelobranco.pt/visitante/>
<http://www.cm-castelobranco.pt/visitante/lazer-para-todos/>

9.4. Contactos

E-mail: abcansadotrail@gmail.com
Outras informações: <https://www.ultratrailgardunha.com/>