



APRESENTAÇÃO

A 4ª edição dos Trilhos dos Fogaceiros 2025 é um evento de trail organizado pela secção de trail do Clube Desportivo Feirense, em colaboração com o Município de Santa Maria da Feira. O principal objetivo é incentivar a prática desportiva e promover o apreço pela natureza. O evento inclui, além da prova principal, uma caminhada não competitiva e um trail com enfoque educativo para crianças, com partida e chegada na área das Piscinas Municipais de Santa Maria da Feira.

DATAS

7 e 8 de junho de 2025

PROVAS

Distâncias	ATRP	Hora de Partida
Longo 31km (aprox.)		8h30
Sprint 17km (aprox.)		9h00
Jovem 10km (aprox.)		9h30
Caminhada 10km (aprox.)		9h30
Kids Trail Fogacinhas	Várias distâncias conforme escalões	

Mapas altimétricos e locais de abastecimentos de cada distância em breve disponibilizados.

CONDICÃO FÍSICA

É indispensável que todos os participantes, tanto nas provas de trail quanto na caminhada, estejam em boas condições de saúde e possuam preparação física e mental adequada para suportar esforços prolongados. A organização não se responsabiliza por quaisquer consequências negativas resultantes da participação (conforme Lei Nº 5/2007, de 16 de janeiro – Artº 40º, nº 2).



SEGURO

Qualquer acidente que ocorra deve ser comunicado à organização da prova o mais rapidamente possível. A organização se encarregará de encaminhar o participante para a instituição médica mais próxima, acompanhando-o com o formulário de participação do sinistro. O seguro é válido exclusivamente para a pessoa que realizou a inscrição.

INSCRIÇÕES

	Longo 31km	Sprint 17km	Jovem 10km	Caminhada
até 28 fevereiro'25	17€	14€	12€	9€
de 01 a 31 março'25	18€	15€	13€	10€
de 01 a 30 abril'25	19€	16€	14€	11€
de 01 a 31 maio'25	21€	18€	16€	12€

KIT ATLETA INCLUI

Camisola técnica
Dorsal
Medalha
Abastecimentos durante o percurso
Reforço final

EXTRA





MATERIAL OBRIGATÓRIO E RECOMENDADO

- Telemóvel carregado (obrigatório)
- Manta térmica (obrigatório)
- Recipiente para líquidos com um mínimo de 400ml (obrigatório)
- Copo
- Apito (obrigatório)
- Alfinetes ou porta dorsal colocado à frente (obrigatório)
- Alimentos energéticos e copo (recomendado)
- Calçado e vestuário adequados para a prática de Trail Running

PENALIZAÇÕES / DESCLASSIFICAÇÕES

- Será aplicada uma penalização de 20m por cada item obrigatório ausente.

SINALIZAÇÃO

A cor da fita será divulgada no momento da partida. O atleta deve seguir todo o percurso sinalizado, mantendo-se o mais próximo possível das marcações, sem cortar caminho onde isso seja eventualmente viável. O não cumprimento desta regra pode resultar em desclassificação, caso a organização entenda que houve intenção de reduzir a distância percorrida ou de evitar as dificuldades naturais do trajeto para obter vantagem. Se o participante se perder, deverá retornar pelo mesmo caminho até encontrar novamente o percurso sinalizado.

O trajeto será realizado entre obstáculos naturais, em pleno contato com a natureza. No entanto, as provas não estarão completamente isoladas, e os participantes devem estar atentos à possível presença de veículos, pessoas ou animais que possam circular em sentidos opostos ao percurso. Nos cruzamentos com estradas públicas, é fundamental redobrar a atenção.

METODOLOGIA E CONTROLE DE TEMPOS

O controlo será eletrónico através de chip que o atleta tem de validar em cada um dos postos de controlo

LOCAIS DOS ABASTECIMENTOS

Os abastecimentos disponibilizarão alimentos sólidos e líquidos para consumo exclusivo no local. Apenas a água será fornecida para o reabastecimento de depósitos ou outros recipientes. Cada atleta é responsável por garantir que, ao sair de cada posto de abastecimento, possua a quantidade adequada de bebida e comida para chegar ao próximo ponto de apoio.



REGRAS DE CONDUTA DESPORTIVA

Espera-se dos atletas participantes respeito pelo desafio, entreajuda e consideração pelos demais concorrentes, organizadores e colaboradores. É igualmente essencial demonstrar respeito pelo ambiente natural onde a prova ocorre, buscando causar o menor impacto ambiental possível. Nenhum atleta deve permanecer sozinho; em caso de lesão ou necessidade de auxílio, deve comunicar a situação à organização o mais rapidamente possível.

POSTOS DE CONTROLE

Os postos de controlo são pontos de passagem obrigatória, estrategicamente localizados em áreas definidas pela organização. Cada posto contará com um representante da organização para monitorar o cumprimento das regras. Durante a prova, poderão ocorrer “controlos-surpresa” com o objetivo de garantir que todos os participantes sigam o percurso completo. Apenas os atletas com o dorsal visível terão acesso tanto aos postos de controlo quanto aos pontos de abastecimento.

Abandonos devem ser realizados exclusivamente nos postos de controlo/abastecimento, exceto em situações onde o atleta esteja imobilizado e incapaz de alcançar um posto. Nesse caso, será necessário ativar a operação de socorro, entrando em contato com a organização.

O número de contato da organização e da equipa de socorro estará impresso no dorsal e deve ser salvo no telemóvel do atleta.

A organização não se responsabiliza pela condição física dos participantes nem por qualquer acidente ou dano ocorrido antes, durante ou após a prova, exceto nas situações cobertas pelo seguro da competição.





POSTOS DE CONTROLE

Os postos de controlo são pontos de passagem obrigatória, estrategicamente localizados em áreas definidas pela organização. Cada posto contará com um representante da organização para monitorar o cumprimento das regras. Durante a prova, poderão ocorrer “controlos-surpresa” com o objetivo de garantir que todos os participantes sigam o percurso completo. Apenas os atletas com o dorsal visível terão acesso tanto aos postos de controlo quanto aos pontos de abastecimento.

Abandonos devem ser realizados exclusivamente nos postos de controlo/abastecimento, exceto em situações onde o atleta esteja imobilizado e incapaz de alcançar um posto. Nesse caso, será necessário ativar a operação de socorro, entrando em contato com a organização.

O número de contato da organização e da equipa de socorro estará impresso no dorsal e deve ser salvo no telemóvel do atleta.

A organização não se responsabiliza pela condição física dos participantes nem por qualquer acidente ou dano ocorrido antes, durante ou após a prova, exceto nas situações cobertas pelo seguro da competição.

APOIO TÉCNICO

A organização colocará, durante e final da prova, ao dispor dos participantes:

- Elementos identificados para quaisquer esclarecimentos e/ou auxílio;
- Abastecimentos líquidos e sólidos;
- Primeiros socorros;
- Zona de banhos.

PRÉMIOS E ESCALÕES

As categorias etárias serão estabelecidas automaticamente com base nas informações fornecidas pelos participantes no momento da inscrição, considerando a idade que o atleta terá em 30 de setembro de 2025. A classificação por equipes será determinada pelos três melhores tempos da classificação geral.

Regulamento Geral de Competições da ATRP em vigor:

<https://atrp.pt/regulamento/#1520596933427-ec3eb421-ae2>

	31km	17km	10km
1º Class Geral M e F	troféu +*	troféu +*	troféu +*
2º Class Geral M e F	troféu +*	troféu +*	troféu +*
3º Class Geral M e F	troféu +*	troféu +*	troféu +*

*Outras ofertas que a organização consiga angariar



PRÉMIOS E ESCALÕES

Escalões:

M/F Sub23
M/F Séniores
M/F 40
M/F 50
M/F 60

Equipes Geral

Contabilizam os 3 primeiros classificados de cada equipa

Equipa mais numerosa

Prémio surpresa

Todos os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização.

A organização pode alterar o regulamento.