



[REGULAMENTO DE PROVA V06.2025]

[APRESENTAÇÃO]

O *Castellum Trail* é uma organização do Centro Cultural e Recreativo de Alcabideque que pretende afirmar-se como uma prova de desporto e lazer na vertente de corrida [Trail Running], a realizar por percursos e trilhos envolventes ao lugar de Alcabideque, pertencente à União das Freguesias de Condeixa-a-Nova e Condeixa-a-Velha.

A prova é aberta a diferentes escalões, sendo promotora de convívio, saúde e bem-estar dos participantes em associação à prática do desporto de natureza.

Sendo este um evento desportivo cuja modalidade atrai inúmeros participantes um pouco por todo o país, a sua realização é garantia de sucesso no que diz respeito à promoção e dinamização das partes envolvidas, cujo impacto considerado, quer seja económico, social ou desportivo, visa estimular o positivo desenvolvimento local. Concentrado no peculiar cenário que remonta à era romana, com enfoque na riqueza patrimonial que impera no local, no misto de paisagens e sensações oferecidas, na arte de bem-receber, na gastronomia e no turismo local, o *Castellum Trail* reúne por isso as devidas potencialidades para que se atinja o maior sucesso organizativo.

A realização da sétima edição do *Castellum Trail* está agendada para a data de 14 de setembro de 2025, sendo uma prova integrante do Circuito Distrital de Trail Running de Coimbra na categoria de Trail Curto, bem como do Circuito ATRP na categoria de Trail Sprint e Circuito Jovem. Competições referentes à época de 2024/2025 e federadas e regulamentadas pela ADAC – Associação Distrital de Atletismo de Coimbra, ATRP – Associação de Trail Running de Portugal e pela FPA – Federação Portuguesa de Atletismo.

A prova será composta por duas distâncias de natureza competitiva designadas por Trail Curto ADAC/Sprint ATRP (16K), Trail Mini (12K) e uma distância não competitiva de Caminhada (12K)

[CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO]

I.I. Idade Mínima de Participação

Para participar na prova da categoria Trail Curto/Sprint (16K), os participantes deverão ter como idade mínima obrigatória 18 anos, a partir dos Sub20 (18 e 19 anos), conforme A.º 37.º do RGC da FPA e ponto 6. do RGC da ATRP.

Para a categoria Trail Mini (12K) poderão participar atletas com idade mínima obrigatória 16 anos, a partir dos Sub18 (16 e 17 anos), conforme normas referidas anteriormente.

É expressamente proibida a participação de menores de 16 anos em qualquer uma das provas competitivas.

A caminhada será aberta a todos os que se julguem capazes, porém, jovens com menos de 14 anos deverão ser acompanhados por um adulto.

I.II. Inscrição Regularizada

A inscrição no *Castellum Trail [Edição MMXXV]* implica a aceitação por parte do participante das regras e do regulamento da prova. A inscrição é feita online.

I.III. Condições Físicas

Os participantes devem gozar de boa saúde e se encontrarem com uma preparação física e psíquica apta a esforços entre os 10 e os 20 km, de acordo com as categorias do *Castellum Trail [Edição MMXXV]*, estando por isso aptos à conclusão da mesma. A organização não se responsabiliza por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela participação dos atletas, à exceção do que se encontra coberto pelo seguro de prova, pelo que se aconselha os participantes a avaliarem a sua condição física pelas vias médicas adequadas.

I.IV. Ajuda Externa/Assistência Pessoal

Apenas será permitida ajuda externa ou assistência pessoal dos participantes nos

postos de controlo/abastecimento da prova, sendo expressamente proibida qualquer apoio fora desses locais, devidamente assinalados, à exceção de assistentes pertencentes à organização da prova, equipa médica ou de bombeiros disponível.

I.V. Uso de Dorsal

Nas categorias Trail Curto/Sprint e Trail Mini / Caminhada é obrigatório o uso do dorsal em local perfeitamente visível ao longo de toda a prova, sendo o mesmo impreterivelmente considerado válido para a atribuição de classificação final e acesso aos postos de abastecimento da prova.

I.VI. Regras de Conduta Desportiva

Em situações de emergência os participantes deverão informar a organização junto do posto de controlo ou do posto de abastecimento mais próximo, ou através do número de telefone da organização disponibilizado a cada participante. A organização reserva-se ao direito de excluir participantes que não zelem pelo bom funcionamento da prova através de comportamentos éticos e de uma conduta desportiva adequada.

[PROVA]

II.I. Apresentação da Prova

Sob organização do Centro Cultural e Recreativo de Alcabideque, com o apoio institucional da Câmara Municipal de Condeixa e da União das Freguesias de Condeixa-a-Velha e Condeixa-a-Nova, entre outras instituições locais de relevo, realiza-se a 14 de setembro de 2025 a sexta edição do *Castellum Trail [Edição MMXXV]*, uma prova Trail Running que percorrerá percursos e trilhos maioritariamente envolventes à localidade de Alcabideque, no município de Condeixa.

II.II. Programa

Sábado, 13/09/2025

15h00 – Abertura do Secretariado

:: Levantamento de Dorsais - Junto ao Castellum de Alcabideque

20h00 – Encerramento do Secretariado

Domingo, 14/09/2025

07h30 – Abertura do Secretariado

:: Levantamento de Dorsais - Junto ao Castellum de Alcabideque

08h30 – Início do Controlo Zero para o Trail Curto/Sprint

08h50 – Briefing de Partida para o Trail Curto/Sprint

09h00 – Partida do Trail Curto/Sprint

09h10 – Início do Controlo Zero para o Trail Mini

09h20 – Briefing de Partida para o Trail Mini

09h30 – Partida do Trail Mini

09h40 – Início do Controlo Zero para a Caminhada

09h50 – Briefing de Partida para a Caminhada

10h00 – Partida do Caminhada

13h00 – Entrega de Prémios

16H00 – Encerramento do Secretariado

* Programa sujeito a alterações.

II.III. Distâncias/Altimetria/Tempo Limite/Vagas

Trail Curto/Sprint

- ☐ Distância Máxima Estimada: 16 quilómetros
- ☐ Altimetria Acumulada: A definir
- ☐ Tempo Limite: 4 horas

Trail Mini

- ☐ Distância Máxima Estimada: 12 quilómetros
- ☐ Altimetria Acumulada: A definir
- ☐ Tempo Limite: 3 horas

Caminhada

- ☐ Distância Máxima Estimada: 12 quilómetros
- ☐ Altimetria Acumulada: A definir
- ☐ Tempo Limite: 4 horas

Todas as distâncias têm um tempo limite de execução, definido de acordo com as possíveis paragens para abastecimento, descanso, etc., por parte dos participantes.

II.IV. Metodologia de Controlo de Tempos

A cronometragem das provas das categorias Trail Curto/Sprint e Trail Mini será realizada com recurso a tecnologia digital, através do controlo de passagem de um chip transportado por cada atleta, desde a partida até à meta. Paralelamente, serão ainda registadas manualmente as passagens dos participantes nos postos de controlo e na meta, pela numeração dos seus respetivos dorsais.

II.V. Postos de Controlo

Ambas as provas das categorias Trail Curto/Sprint e Trail Mini terão controlos de passagem intermédios, devendo os atletas cumprir o percurso na íntegra. A falta de registo de passagem dos participantes em todos os postos de controlo e a utilização

de caminhos não sinalizados para a distância em causa implica a não atribuição de classificação.

II.VI. Postos de Abastecimento

Ao longo do percurso os participantes terão à sua disposição Postos de Abastecimento de Líquidos e Sólidos. Não serão distribuídas garrafas de água aos participantes, pelo que os mesmos deverão estar munidos do seu próprio reservatório nas zonas de abastecimento para ingestão de líquidos no local dos abastecimentos ou durante o percurso.

II.VII. Material Obrigatório/Recomendado*

	Trail Curto/Sprint	Trail Mini	Caminhada
Telemóvel	X	X	R
Apito	X	X	R
Manta Térmica	X	X	R
Copo	R	R	R
Reservatório de água (0,5L)	X	X	R

☐ X - Obrigatório

☐ R - Recomendado

* A organização reserva-se ao direito de poder alterar a obrigatoriedade do material em função das condições climáticas aquando da realização da prova.

II.VIII. Penalizações / desclassificações

A direção da prova e os responsáveis de controlo presentes nos pontos de controlo são responsáveis pela aplicação das regras e regulamento que regem a prova, e por isso estão autorizados a aplicar as penalizações e desclassificações estabelecidas na tabela abaixo.

INFRAÇÃO	SANÇÃO A APLICAR
Agressão ou insulto a elementos da organização ou atletas	Desclassificação da prova e proibição de inscrição na edição seguinte
Abandonar a prova sem avisar a organização	Desclassificação da prova
Troca de dorsal entre atletas	Desclassificação da prova
Não prestar assistência a um participante que esteja a necessitar de ajuda	Desclassificação da prova
Retirar sinalização do percurso	Desclassificação da prova
Não cumprimento do percurso na íntegra	Desclassificação da prova
Desobedecer às medidas de segurança indicadas pela organização e entidades associadas	Desclassificação da prova
Recusar a apresentação do material obrigatório quando solicitado pela organização.	Desclassificação da prova
Atirar lixo para o chão e/ou danificar o meio envolvente	Desclassificação da prova
Exceder o tempo limite nos postos de controlo/meta	Desclassificação da prova
Perda de Dorsal/Chip	Desclassificação da prova
Falta de item material obrigatório	Penalização de 15 minutos

II.IX. Passagem de Locais com Tráfego Rodoviário

Ainda que não seja necessário o corte de trânsito rodoviário durante o decorrer do *Castellum Trail [Edição MMXXV]*, os participantes deverão obedecer às regras de trânsito e tomar as devidas precauções nos locais de circulação rodoviária. A organização garante a presença de membros nos pontos de passagem com circulação rodoviária.

II.X. Desclassificações

Ao aceitarem o presente regulamento, os participantes encontram-se obrigados a:

- ☐ Possuir dorsal visível durante a prova
- ☐ Passarem nos Postos de Controlo ao longo dos percursos
- ☐ Respeitar o meio ambiente, protegendo-o e mantendo-o limpo
- ☐ Prestar auxílio a outros participantes sempre que necessário
- ☐ Completar o percurso para o qual se inscreveram
- ☐ Respeitar todos os elementos da organização e as suas indicações
- ☐ Não interferir na marcação do percurso durante as provas

No caso de incumprimento do acima exposto, bem como de utilização de meios ilícitos para obter vantagem em relação a outros participantes, o participante em causa será automaticamente desclassificado, sem direito à devolução do valor de inscrição.

II.XI. Seguro desportivo

De acordo com o Decreto-Lei n.º 10/2009, de 12 de janeiro, o seguro desportivo é obrigatório para os agentes desportivos (incluindo os agentes desportivos com deficiências ou incapacidades), para os praticantes de atividades desportivas em infraestruturas abertas ao público, públicas ou privadas, e para os participantes em provas ou manifestações desportivas, cabendo a responsabilidade pela celebração do referido seguro desportivo respetivamente, às federações desportivas, às entidades que explorem infraestruturas desportivas abertas ao público e às entidades que organizem provas ou manifestações desportivas.

Todos os participantes no *Castellum Trail [Edição MMXXV]*, bem como os elementos da organização e os seus colaboradores estão devidamente cobertos por um seguro de acidentes pessoais e de responsabilidade civil durante a vigência do evento.

Em caso de acidente, o participante deverá, em primeiro lugar, contactar a organização, a qual providenciará o seu encaminhamento para a instituição médica mais adequada ao seu estado de saúde, juntamente com uma cópia da respetiva

participação de sinistro. Por vezes e, dada a urgência / gravidade de alguns acidentes, torna-se impossível diligenciar o preenchimento da participação no ato do sinistro. Nestas circunstâncias, a participação do sinistro poderá ser tratada após concluídos os primeiros socorros ao participante.

A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro (até 48h da ocorrência do acidente).

A participação terá que ser feita, obrigatoriamente, nas 48h subsequentes à prova, correndo o risco de não poder usufruir do mesmo, após esse período.

Todo e qualquer atleta que ativar o seguro da prova, deverá informar, obrigatoriamente, esta organização, a fim de seguir os trâmites normais do processo.

IMPORTANTE: Em caso de acidente o pagamento da franquia do seguro é da total responsabilidade dos participantes, sendo o seu valor de 75€.

A organização declina, no entanto, toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência, roubo dos objetos e/ou valores de cada participante.

[INSCRIÇÕES]

III.I. Processo de Inscrição

A inscrição é feita através da plataforma de inscrições da **StopandGo** em www.stopandgo.net, de acordo com o preenchimento de um formulário de inscrição que solicitará a cada participante a inserção de dados válidos tais como: Nome, Data de Nascimento, Sexo, Número de Bilhete de Identidade/Cartão de Cidadão, Número de Identificação Fiscal, Localidade, E-mail, Telefone, Equipa/Clube, entre outros dados oportunos para o registo de cada participante. A inscrição é validada após a confirmação do pagamento do valor correspondente à escolha de cada participante, estando à disposição o pagamento por via de referência multibanco ou MBWay, com validade até 72 horas após o registo da inscrição por parte do participante. Terminado o prazo e caso o pagamento não se encontre realizado, a inscrição será automaticamente anulada.

III.II. Períodos e Taxas de Inscrição

As inscrições têm início a 10 de janeiro 2025, prevalecendo por prioridade nos dois primeiros dias os atletas filiados na ADAC – Associação Distrital de Trail Running de Coimbra por via da participação no Circuito Distrital de Trail Running de Coimbra. O prazo de inscrições termina a 06/09/2024.

	Até 06/09/2025
Trail Curto/Sprint	17,00€
Trail Mini	14,00€
Caminhada	12,00€

Atletas filiados na ADAC – Associação Distrital de Trail Running de Coimbra beneficiam de um desconto de 1,50 € para inscrição na prova de Trail Curto. Atletas federados

inscritos em equipas do concelho de Condeixa-a-Nova federadas na ADAC – Associação Distrital de Trail Running de Coimbra na época de 2024/2025 terão um desconto de 50% no valor da inscrição da prova escolhida, mediante apresentação do respetivo número de filiação na ADAC, não cumulativo com o desconto de 1,50€.

III.III. Condições de alteração de prova

Até 14 de agosto de 2025 é permitida a alteração de inscrição de prova, desde que haja disponibilidade de vagas. Após esse dia não são permitidas alterações de prova. Caso a alteração seja para uma prova com valor de taxa de inscrição superior, haverá lugar ao pagamento do diferencial, nos valores referenciados no artigo 3.2. Se for para uma prova com valor de taxa de inscrição inferior, não haverá lugar à devolução do diferencial.

Não haverá direito a devolução do valor do pagamento da inscrição.

III.IV. Ofertas

O valor da inscrição para as provas das categorias Trail Curto/Sprint, Trail Mini e Caminhada contempla o direito ao abastecimento ao longo dos percursos, bem como abastecimento reforçado individual no final, seguro individual de acidentes pessoais*, dorsal, classificação individual e prémio *finisher* (a definir).

III.V. Serviços Disponibilizados

A organização irá dispor de transporte durante a prova para os participantes que não concluíam a totalidade dos percursos.

Haverá lugar à utilização de balneários no final das provas.

* Exceto atletas filiados na ADAC – Associação Distrital de Trail Running de Coimbra por se encontrarem ao abrigo do Seguro Desportivo da FPA – Federação Portuguesa de Atletismo.

[CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS]

IV.I. Categorias

Haverá lugar à atribuição de prémios aos três primeiros classificados das categorias Trail Curto/Sprint e Trail Mini por escalão/sexo, bem como por equipas*.

Conforme regulamento ADAC para as organizações é obrigatória a premiação coletiva masculina e feminina. Esta será definida pela obtenção do número de pontos contabilizados pela soma dos três melhores resultados de atletas pertencentes à mesma equipa.

A equipa com o menor número de pontos atribuídos será a vencedora. (i.e.: 1.º Lugar + 5.º lugar + 10.º lugar = 1 + 5 + 10 = 16 pontos).

Em caso de empate na classificação por equipa, o critério de desempate é a equipa que fecha em primeiro lugar.

IV.II. Escalões

Prova: Trail Curto/Sprint (16K)

- ☐ **Sub-20 Masculinos/Femininos:** 18 e 19 anos
- ☐ **Sub-23 Masculinos/Femininos:** 20 a 22 anos
- ☐ **Seniores Masculinos/Femininos (SEN M/SEN F):** 23 a 34 anos
- ☐ **Veteranos Masculinos/Femininos (M35/F35):** 35 a 39 anos
- ☐ **Veteranos Masculinos/Femininos (M40/F40):** 40 a 44 anos
- ☐ **Veteranos Masculinos/Femininos (M45/F45):** 45 a 49 anos
- ☐ **Veteranos Masculinos/Femininos (M50/F50):** 50 a 54 anos
- ☐ **Veteranos Masculinos/Femininos (M55/F55):** 55 a 59 anos
- ☐ **Veteranos Masculinos/Femininos (M60/F60):** 60 a 64 anos
- ☐ **Veteranos Masculinos/Femininos (M65/F65):** 65 a 69 anos
- ☐ **Veteranos Masculinos/Femininos (M70/F70):** mais de 70 anos

Prova: Trail Mini (12K)

- ☐ **Sub-18 Masculinos/Femininos:** 16 e 17 anos
- ☐ **Sub-20 Masculinos/Femininos:** 18 e 19 anos
- ☐ **Sub-23 Masculinos/Femininos:** 20 a 22 anos
- ☐ **Seniores Masculinos/Femininos (SEN M/SEN F):** 23 a 34 anos
- ☐ **Veteranos Masculinos/Femininos (M35/F35):** 35 a 39 anos
- ☐ **Veteranos Masculinos/Femininos (M40/F40):** 40 a 44 anos
- ☐ **Veteranos Masculinos/Femininos (M45/F45):** 45 a 49 anos
- ☐ **Veteranos Masculinos/Femininos (M50/F50):** 50 a 54 anos
- ☐ **Veteranos Masculinos/Femininos (M55/F55):** 55 a 59 anos
- ☐ **Veteranos Masculinos/Femininos (M60/F60):** 60 a 64 anos
- ☐ **Veteranos Masculinos/Femininos (M65/F65):** 65 a 69 anos
- ☐ **Veteranos Masculinos/Femininos (M70/F70):** mais de 70 anos

Conforme regulamento ADAC para as organizações e RGC da ATRP o cálculo de idade deve ser efetuado tendo em conta a idade do atleta no final da época (30 de setembro de 2025).

Em caso de dúvida será pedido o documento de identificação do participante, sem a presença do qual se considera injustificada qualquer reclamação relativa à classificação/escalão.

IV.III. Prémios**Trail Curto/Sprint e Trail Mini**

- ☐ Troféus aos 3 primeiros classificados da Geral (Masculinos e Femininos)*
- ☐ Troféus aos 3 primeiros classificados por Escalão (Masculinos e Femininos)*
- ☐ Troféus para as 3 primeiras Equipas (Masculinos e Femininos)*
- ☐ Medalha finisher para todos os atletas que terminem as provas de Trail e caminhada.

* Não aplicável à prova de Caminhada

[CONTACTOS]

Organização

Centro Cultural e Recreativo de

Alcabideque Rua das Casas

Pintadas, Alcabideque

3150-211 Condeixa-a-Velha

Email: ccralcabideque@gmail.com

info.castellumtrail@gmail.com



Observações

O presente regulamento pode ser alterado sem aviso prévio, prevalecendo sempre a versão mais recente do mesmo.