

Regulamento de Prova

Farol Adventure Trail, Flores

Açores

2026





REGULAMENTO DE PROVA

1. Descrição

O Farol Adventure Trail – Flores Azores (FAT) é um evento desportivo organizado pelo Atlético Clube Fajã Grande em conjunto com o Município de Lajes das Flores, que será aberto a participantes de todas as nacionalidades e nível competitivo.

Esta prova é uma verdadeira imersão na beleza inigualável da ilha das Flores nos Açores, onde os participantes percorrerão trilhos deslumbrantes que os transportarão para um tempo antigo, em que os habitantes locais utilizavam os caminhos tradicionais para se deslocarem entre as freguesias e os seus campos de cultivo. O Farol Adventure Trail contém uma prova de Farol a Farol, ligando o Farol do Albarnaz ao Farol da Ponta das Lajes. Com as diversas provas, os participantes passarão por todas as freguesias do concelho, explorando a rica diversidade de paisagens e locais únicos da ilha. Ao longo do percurso, serão desafiados por trilhos de pé posto e inclinações acentuadas, típicas da região, enquanto desfrutam de pontos icónicos, como a Cascata do Poço do Bacalhau, as Cascatas do Poço do Ferreiro ou a Rocha dos Bordões, dos miradouros de tirar a respiração e o contacto íntimo com a natureza exuberante, onde o som das águas a cair será uma constante. Esta experiência será uma das mais memoráveis e exigentes para os participantes, testando o seu físico enquanto exploram um dos mais belos recantos do arquipélago.

A terceira edição do FAT, decorrerá no dia 25 de abril de 2026 contando com três provas de trail run, de 36km, 18km, 09km respectivamente e uma caminhada de 09km.

2. Provas

O Farol Adventure Trail – Flores Azores (FAT), **é uma prova certificada pela Associação de Trail Run de Portugal (ATRP)**, e é composta pelas seguintes atividades, com passagem por diversos tipos de terrenos (terra, pedra, relva,



lama, ribeiras, etc) e desníveis, tendo como meta a zona junto ao Farol da Ponta das Lajes.

FAT36 – [partida do Farol do Albarnaz, Freguesia de Ponta Delgada, Santa Cruz das Flores;](#) – **Circuito Nacional de Trail, Série 150;**

FAT18 – [partida Largo do Rossio, Fajãzinha, Freguesia do Mosteiro, Lajes das Flores;](#) – **Circuito Nacional de Trail Sprint e Circuito Jovem, Série 150;**

FAT09 e FAT09 – [partida junto à Igreja Paroquial de São Caetano, Freguesia da Lomba.](#)

3. Idade mínima de participação nas diferentes provas

A idade mínima de participação é a seguinte: **FAT36** 20 anos de idade, e **FAT18** 18 anos de idade, **FAT09** 16 anos de idade. Considerar a idade a 30 de setembro de 2026.

A caminhada, **FAT09c**, não requer idade mínima de participação, desde que acompanhados por um responsável maior de idade e que tenham as devidas condições para realizar o percurso em segurança.

Todos os participantes com idade inferior a 18 anos, só poderão participar mediante a apresentação da declaração de autorização de participação de menores, devidamente preenchida e assinada a entregar no Secretariado do evento aquando do levantamento do kit.

[**Declaração de autorização de participação de menores.**](#)

[**disponível para download AQUI**](#)

4. Inscrições

4.1. Condições Gerais e Termos de Responsabilidade

O participante inscrito em qualquer uma das provas do **FAT2026**, declara que:

4.1.a. Aceita participar voluntariamente e sob a sua própria responsabilidade na competição. Por conseguinte, concordam em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e outros participantes qualquer responsabilidade para



- com os mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, dos seus colaboradores e participantes;
- 4.1.b.** Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, deverá cumprir com as regras de trânsito, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento;
- 4.1.c.** Tem as condições físicas e psicológicas adequadas às características da prova, que junta em simultâneo distância, desnível, temperatura e humidade, etc;
- 4.1.d.** Está ciente das contraindicações médicas que a presente prova possa despoletar, e conseqüentemente liberta a Organização de qualquer responsabilidade por qualquer problema médico que possa surgir durante o evento devido a negligência da sua parte;
- 4.1.e.** É recomendável que todos os participantes realizem um exame médico desportivo que ateste a sua aptidão para a realização deste tipo de atividade física. Em qualquer momento, a organização reserva-se no direito de, se assim o entender, afastar um participante caso este apresente algum sinal de patologia que coloque em causa a sua saúde e bem-estar, e/ou de terceiros;
- 4.1.f.** Em caso de um participante não poder participar e/ou as condições climatéricas não permitirem a realização do evento ou seu cancelamento, a organização não será obrigada a devolver o valor das inscrições, assim como o reembolso aos patrocinadores;
- 4.1.g.** Concorde com o tratamento dos seus dados pessoais conforme mencionado na Proteção de Dados;
- 4.1.h.** Toma conhecimento de que receberá da Organização, comunicações que são essenciais para a sua participação no evento e para a sua segurança, seja por correspondência, e-mail, mensagens ou quaisquer outros serviços de comunicação eletrónica;
- 4.1.i.** Autoriza a utilização de imagens e vídeos, capturados durante o evento, para fins de divulgação e promoção do mesmo, sem qualquer ônus ou restrição de tempo;
- 4.1.j.** Com efeito, ao clicar no campo de confirmação da inscrição, expressa o seu respetivo acordo relativamente às condições, termos e



regras de inscrição e participação nas provas, em conformidade com o previsto no presente regulamento.

4.2. Como fazer

4.2.a. As inscrições são realizadas através da plataforma **numa ligação existente para o efeito.**

4.2.b. A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, salientando-se a importância da exatidão dos mesmos para efeitos de seguro.

4.3. Períodos de inscrição e valores

| Prova/Fase | Fase 1 até 31/12 de 2025 | Fase 3 01/01 a 01/04 de 2026 |
|---|-------------------------------------|---|
| FAT36 | 25€ | 30€ |
| FAT18 | 20€ | 25€ |
| FAT09 FAT09c | 15€ | 20€ |
| Refeição dos acompanhantes do participante 15€ por pessoa (com idade igual ou maior que 12 anos) Reserva obrigatória, até dia 01 de abril Pagamento por transferência bancária (enviar comprovativo para: faroladventuretrail.azores@gmail.com) Atlético Clube Fajã Grande: PT50 003507140000507043045 | | |

4.3.a. Após a data-limite, as inscrições que não possuírem o pagamento confirmado serão atualizadas para o valor monetário da fase seguinte;

4.4. Requisitos das Inscrições

4.4.a. A inscrição fica regularizada após a liquidação do pagamento nos prazos estabelecidos e implica aceitar todas as informações e Termo de Responsabilidade constantes do presente regulamento. Não será necessário o envio de comprovativo de pagamento;



- 4.4.b.** As inscrições são limitadas a um total de 250 participantes no total das quatro provas;
- 4.4.b.1.** O número de inscritos por prova: **FAT36**: aproximadamente 50 participantes; **FAT18**: aproximadamente 85 participantes; **FAT09** e **FAT09c**: aproximadamente 115 participantes;
- 4.4.b.2.** A Organização reserva-se ao direito de alterar o número de vagas, para satisfazer os seus compromissos perante associados e organizadores do **FAT** e para com os parceiros oficiais do evento;
- 4.4.b.3.** A Organização reserva-se ainda ao direito de reduzir o número de vagas por razões de segurança ou por qualquer outro motivo que possa afetar o bom funcionamento da prova. Todas as alterações serão anunciadas, com a devida antecedência, no website oficial e redes sociais do evento;
- 4.4.c.** As inscrições são pessoais e intransmissíveis;
- 4.4.d.** Todas as inscrições sem confirmação de pagamento até ao dia 01 de abril de 2026 poderão não ser consideradas. Cabe à organização avaliar a possibilidade de criar um prazo extra de inscrições e decidir em função das vagas e condições;
- 4.4.e.** Existindo a possibilidade de inscrições depois do dia 01 de abril de 2026, a organização não se compromete a ter disponível o tamanho de t-shirt pretendido;
- 4.4.f.** A organização não se vê no dever de devolver o dinheiro da inscrição aos participantes já confirmados e que não possam comparecer no dia do evento;
- 4.4.g.** Caso o participante solicite alteração de inscrição para uma prova com uma distância superior, haverá lugar ao pagamento do diferencial, nos valores referenciados no ponto **4.3**. Se pretender alterar para uma prova de distância inferior, o eventual valor da diferença de montante da inscrição não será restituído;
- 4.4.h.** O envio de kits e/ou prémios não levantados junto da organização até ao dia 04/05/2026, poderão ser enviados por correio tendo um custo de 10€, pagos por transferência bancária, antes do envio;
- 4.4.i.** Todos os kits não recolhidos serão guardados durante 1 mês. serão considerados não reclamados. Após esse prazo, a organização



reserva-se o direito de dar um destino aos mesmos, nomeadamente através de doação a instituições locais, utilização para fins promocionais ou, em último recurso, eliminação, caso incluam produtos perecíveis ou personalizados sem possibilidade de reutilização.

4.4.j. Todos os pedidos de informação deverão ser solicitados para o email: faroladventuretrail.azores@gmail.com ou telemóvel: 918182186.

4.5. O que inclui a inscrição regularizada / Kit de Prova

4.5.a. Dorsal/Peitoral;

4.5.b. T-shirt da prova;

4.5.c. Acesso aos postos de abastecimento durante e no fim das provas.

4.5.d. Seguro de acidentes pessoal e de responsabilidade civil;

4.5.e. Prémio finisher para quem concluir a prova;

4.5.f. Jantar de convívio;

4.5.g. A caminhada - FAT09c não terá controlo de tempos e respetiva classificação;

4.5.h. Solo Duro ([mediante disponibilidade e reserva - AQUI](#));

4.5.i. Transportes para a partida da respetiva prova ([mediante disponibilidade e reserva - AQUI](#))

5. Dorsal

O dorsal do participante é pessoal e intransmissível e deve ser usado, preferencialmente, à frente do corpo e deverá ser transportado nesta posição ao longo de todo o percurso da prova. Consequentemente, caso o participante não tenha o seu dorsal em algum dos pontos de controlo ou à chegada, não será classificado;

Não é permitida qualquer alteração do dorsal, sob pena de desclassificação. Deve ser garantida a integridade do dorsal, caso o dorsal seja rasgado poderá não ser possível a sua identificação, e o participante não será classificado;

Em caso de desistência, o participante deve comunicar de imediato à organização (contacto: 918182186).



6. Prémios e Escalões

6.1. Prémios

Para as provas **FAT09**, **FAT18** e **FAT36** – prémios para os três primeiros da classificação geral individual e por escalão (de acordo com o **quadro 6.3.**), tanto para os femininos como para os masculinos. Prémios para as três primeiras equipas (a classificação coletiva é mista).

6.2. Classificação Coletiva

6.2.a. As equipas são formadas por um nº mínimo de 3 elementos (sem distinção de escalão ou género);

6.2.b. Com base na classificação geral, são atribuídos pontos correspondentes à classificação obtida por cada participante;

6.2.c. Para a pontuação de cada equipa, somam-se os lugares dos 3 melhores classificados;

6.2.d. Vence a equipa que obtiver menos pontos;

6.2.e. Em caso de empate, declara-se vencedora a equipa que em primeiro lugar feche a classificação coletiva.

6.3. Escalões

Os escalões **são conforme o regulamento de competições da ATRP**, mas no evento só serão premiados com troféu os escalões conforme tabela abaixo:

| Escalões Etários | | | | | |
|------------------|-----------|---|-----------|---|-----------|
| FAT09 | | FAT18 | | FAT36 | |
| Feminino | Masculino | Feminino | Masculino | Feminino | Masculino |
| ≥ de 16 anos | | Seniores 18-34 anos | | Seniores 20-34 anos | |
| | | Veteranos I 35 - 44 anos | | Veteranos I 35 - 44 anos | |
| | | Veteranos II 45 a 54 anos | | Veteranos II 45 a 54 anos | |
| | | Veteranos III mais de 55 anos | | Veteranos III mais de 55 anos | |



7. Programa / Horários

| Dia | Hora | Descrição | Informações |
|------------------------------|--|---|---|
| até 31/12 de 2025 | | Fase 1 - inscrições | Plataforma https://acorrer.pt/ |
| 01/01 a 01/04 de 2026 | | Fase 2 - inscrições | |
| 24/04 | 14h00 às 16h30 e 18h00 às 20h00 | Levantamento Kits de Prova | A definir |
| | 19h00 | Briefing Farol Adventure Trail | |
| 25/05 | 06h15 | Transfer para a partida FAT36 | Farol da Ponta das Lajes, Antiga Rádio Naval |
| | 08h00 | Início da prova FAT36 | Farol do Albarnaz, Ponta Delgada |
| | 08h30 | Transfer para a partida FAT18 | Farol da Ponta das Lajes, Antiga Rádio Naval |
| | 10h00 | Início da prova FAT18 | Largo do Rossio, Fajãzinha |
| | 10h15 | Transfer para a partida FAT09 e FAT09c | Farol da Ponta das Lajes, Antiga Rádio Naval |
| | 11h30 | Início da prova FAT09 e FAT09c | Largo da Igreja de São Caetano, Lomba |
| | 16h00 | Fecho da META | Farol da Ponta das Lajes, Antiga Rádio Naval |
| | | Jantar | |
| | 18h00 | Cerimónia entrega de prémios | |

7.1. Por razões de força maior, os horários e locais podem ser alterados;



7.2. Os transportes serão apenas para os participantes das provas, que [tenham solicitado – Reserva Aqui](#)

8. Material obrigatório/recomendado e verificações de material

Durante a competição, os participantes devem fazer-se acompanhar de todo o material obrigatório e todo aquele com que iniciaram, durante toda a prova (em caso de necessidade). Em qualquer momento durante a prova, a Organização pode verificar o mesmo. O participante terá de aceitar estes controlos de forma pacífica, sem contestar, sob pena de ser excluído da prova.

Dependendo das condições climatéricas, a Organização pode anunciar qual o material recomendado que poderá passar a ser obrigatório.

8.1. Material Obrigatório/Recomendado

| Material obrigatório/recomendado (O/R) | FAT36 | FAT18 | FAT09 | FAT09c |
|--|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Dorsal | O | O | O | O |
| Telemóvel funcional | O | O | O | O |
| Apito | O | O | O | O |
| Manta térmica (mín. 140cm x 200cm) | O | O | O | O |
| Depósito(s) de água (0,5 litro capacidade mínima conjugada) | O | O | R | R |
| Impermeável | O | O | R | R |
| Mochila ou equipamento similar | R | R | R | R |
| Bastões | R | R | R | R |



9. Apoio/Ajuda Externa

O apoio aos participantes por elementos externos à organização é apenas permitido nos postos de abastecimento. O participante, de acordo com o ponto **4.1.c**, deverá ter noção das suas necessidades durante a prova, assim como a sua capacidade de resolução dos problemas perante situações inesperadas.

10. Postos de abastecimento e controlo de tempo

10.1. Descrição de controlo de tempo e postos de abastecimento de prova (distâncias aproximadas).

| Postos de abastecimento e controlo de tempo | FAT36 | FAT18 | FAT09 | FAT09c |
|---|---------------|-------------|---------------|---------------|
| Fajã Grande | 15km ->3h00 | - | - | - |
| Fajãzinha | 18,5km ->4h15 | 0km | - | - |
| Mosteiro | 21,5km ->5h15 | 3km ->1h30 | - | - |
| Costa do Lajedo | 27km ->6h30 | 9km ->3h00 | - | - |
| Fazenda | - | - | 4,8km -> 2h00 | 4,8km -> 3h00 |
| META - Farol | 36km ->8h | 18km ->6h00 | 9km -> 3h30 | 9km -> 4h30 |

10.2. Por razões de força maior, as barreiras horárias podem ser alteradas;

10.3. Em diversos pontos dos percursos, poderão existir controlos surpresa, e haverá postos de abastecimento de líquidos e sólidos;

10.4. O não cumprimento das barreiras horárias, leva à desclassificação do participante e a continuação em prova é de total responsabilidade e autonomia do mesmo.

11. Desclassificações / Penalizações:

11.1. Os participantes que não se fizerem acompanhar pelo material obrigatório e/ou que iniciaram a prova, terão uma penalização de 15 minutos por cada item em falta.



11.2. Será desclassificado todo aquele que:

- 11.2.a.** Não cumpra o presente regulamento;
- 11.2.b.** Não preste assistência a um participante que esteja a necessitar de ajuda;
- 11.2.c.** Não complete a totalidade do percurso;
- 11.2.d.** Receber ajuda externa fora das áreas definidas pela Organização;
- 11.2.e.** Deteriore ou suje o meio por onde passa;
- 11.2.f.** Não cumpra as barreiras horárias;
- 11.2.g.** Ignore as indicações da organização;
- 11.2.h.** Tenha uma conduta antidesportiva;
- 11.2.i.** A organização poderá não aceitar, em futuras edições, a inscrição de participantes que sejam abrangidos por alguma das duas últimas alíneas.

12. Seguro de Prova

Os participantes estarão automaticamente segurados, de acordo com o Decreto Lei nº10/2009, de 12 de janeiro.

Todas as ocorrências devem ser comunicadas à Organização após o final do evento, ou para o e-mail: faroladventuretrail.azores@gmail.com até às 20h00 do dia em que realizaram as provas de Trail e Caminhada.

13. WC's e Local para Banhos

Os participantes poderão utilizar os Wc's e Chuveiros do [Pavilhão Municipal de Lajes das Flores](#)

14. Transportes e Parques estacionamento

Serão disponibilizados transportes desde a Meta (Farol de Lajes) até as partidas das provas, mediante reserva junto da organização.

Junto à zona da Meta existem diversos parques de estacionamento:

- [Parque de estacionamento do Pavilhão Municipal de Lajes](#)
- [Parque de estacionamento da Creche Arco-íris](#)
- [Parque de estacionamento junto ao Museu Municipal de Lajes](#)
- [Parque de estacionamento junto ao Museu Municipal de Lajes 2](#)
- [Parque de estacionamento junto à Câmara Municipal de Lajes](#)



15. Informações

15.1. Como chegar

A Ilha das Flores apresenta ligações regulares de avião, dispondo de um aeroporto, sendo a via aérea a forma principal de chegada. Só existem voos para a ilha das Flores operados pela SATA Air Açores normalmente com escalas na ilha de São Miguel, Faial, ou Terceira.

Quem nos visita, poderá recorrer ao serviço de táxi, aluguer de automóvel ou aos transportes prestados por operadores de animação turística, para melhor descobrir os diversos encantos da Ilha das Flores. Mais informações [aqui](#).

15.2. Onde ficar

O concelho de Lajes dispõe de diversos alojamentos, consulte os mesmos [aqui](#). Participantes que pretendam usufruir do solo duro, devem preencher o formulário:

- [Formulário pedido de solo duro](#)

ou contactar:

- 918 182 186
- 960 084 837
- faroladventuretrail.azores@gmail.com

16. Direitos de Imagem e Publicidade

A aceitação do presente Regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza a utilização da sua imagem para a difusão da prova em todas as suas formas de comunicação (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, cartazes, meios de comunicação social, etc) e que estas possam ser utilizadas de forma intemporal em qualquer ação publicitária, com o único fim de promoção e divulgação do evento presente e futuros. Cede também todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte dos participantes, a receber qualquer compensação económica.

17. Proteção de Dados

Todo o participante, ao formalizar a sua inscrição, autoriza a publicação dos seus dados pessoais necessários ao desenrolar da prova, seja as listas oficiais,



em meios de comunicação e/ou internet, assim como, o seu uso para envio de informação relativa ao evento, incluindo posteriores edições. Igualmente autoriza que as imagens recolhidas (fotografia ou vídeo) possam ser utilizados de forma intemporal em qualquer ação publicitária, com o único fim de promoção e divulgação do evento. Cada participante é responsável pela veracidade dos dados fornecidos na sua inscrição, e está consciente que estes farão parte de um ficheiro, do qual a organização será responsável.

18. Contactos

Para qualquer esclarecimento de dúvidas, outras questões ou reclamações, os contactos são:

- 918 182 186
- 960 084 837
- faroladventuretrail.azores@gmail.com

19. Omissões

Os casos omissos serão resolvidos pela Organização que aplicará as soluções recomendadas pelos regulamentos gerais que regem a modalidade.

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições encontradas no dia do evento, assim como à suspensão da prova se as condições não permitirem o seu desenvolvimento em segurança.

Este regulamento poderá ainda ser alterado de modo a que fique mais completa a informação.

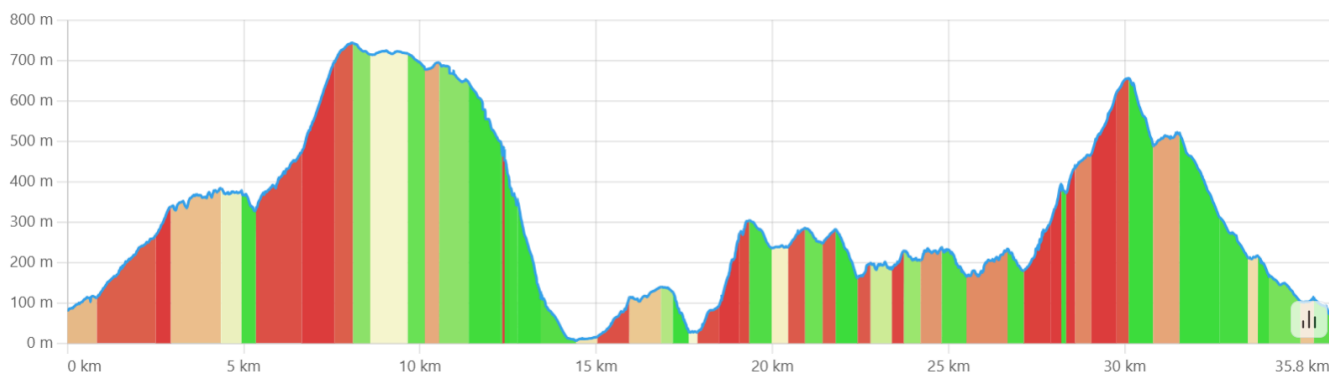


ANEXO I

1. FAT36: [Download do ficheiro FAT36-GPX AQUI](#)

| Hora de Partida | Local de Partida | Distância | Desnível + | Desnível - | Tempo limite |
|-----------------|--|-----------|---------------|---------------|--------------|
| 08h00 | Farol do Albarnaz, Ponta Delgada | 35,8 km | 1895 | 1903 | 08horas |

Distâncias correspondem a um valor aproximado, poderão não coincidir com todos os GPS.



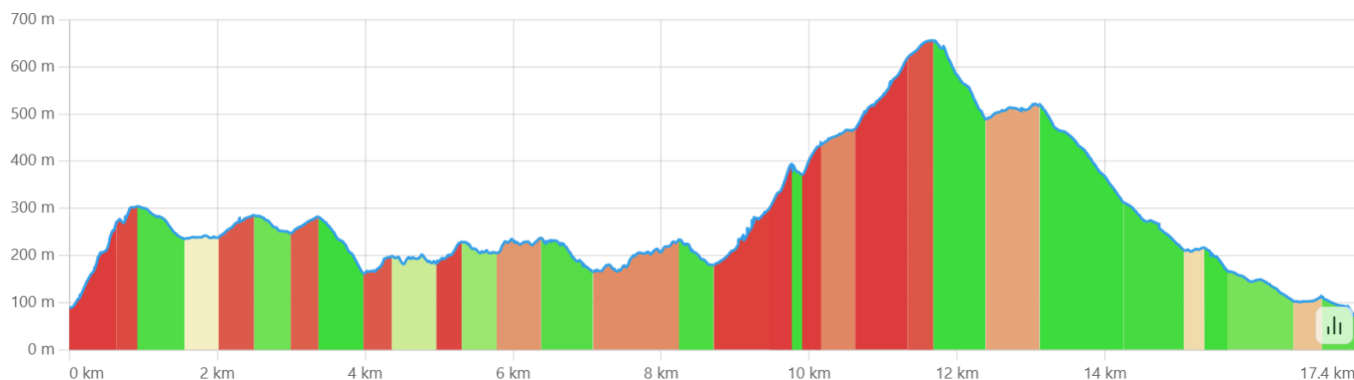
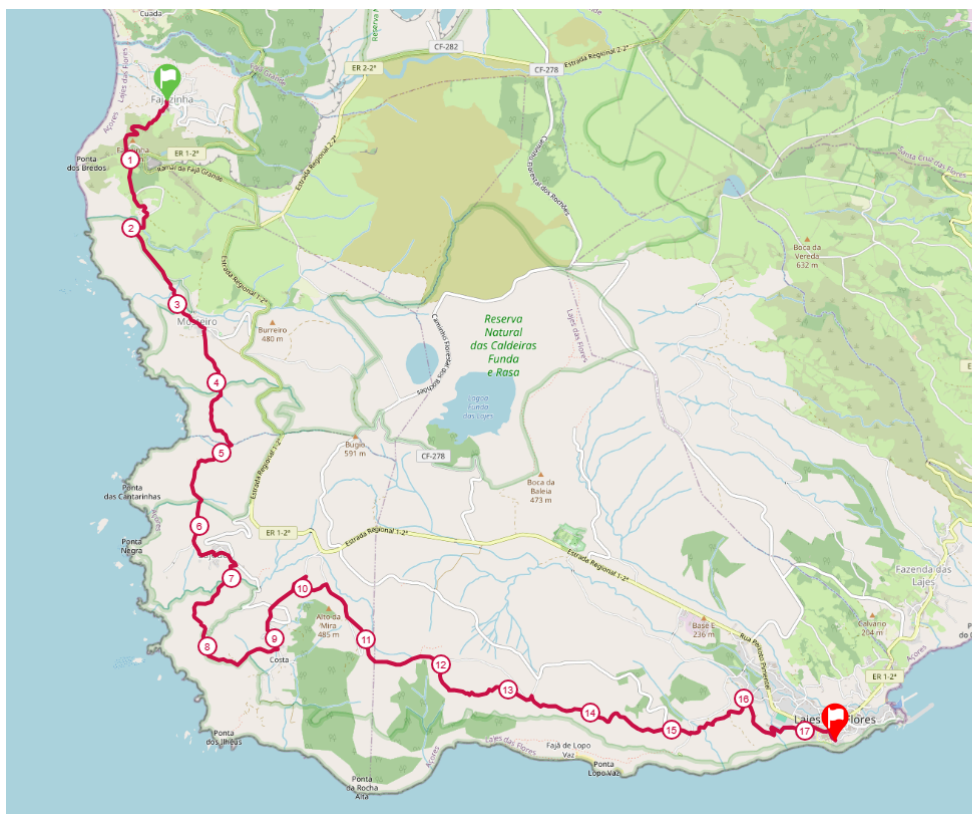


ANEXO I

2. FAT18: [Download do ficheiro FAT18-GPX AQUI](#)

| Hora de Partida | Local de Partida | Distância | Desnível + | Desnível - | Tempo limite |
|-----------------|--|-----------|---------------|---------------|--------------|
| 10h00 | Largo do Rossio, Fajãzinha | 17,4 km | 963m | 977m | 06h00 |

Distâncias correspondem a um valor aproximado, poderão não coincidir com todos os GPS.





ANEXO I

3. FAT09 e FAT09c: [Download do ficheiro FAT09 e FAT09c-GPX AQUI](#)

| Hora de Partida | Local de Partida | Distância | Desnível + | Desnível - | Tempo limite |
|-----------------|---|-----------|---------------|---------------|---|
| 11h30 | Largo da Igreja de São Caetano, Lomba | 8,8km | 288m | 406m | FAT09 - 03h30 FAT09c - 04h30 |

Distâncias correspondem a um valor aproximado, poderão não coincidir com todos os GPS.

