

## **Regulamento Trail Quinta das Arcas**

Este evento será realizado no concelho de Valongo, na freguesia de Sobrado no dia 30 de novembro de 2025, com partidas/chegadas nas instalações da Quinta das Arcas. Coordenadas (41°12'03.8"N 8°27'16.0"W)

**No dia 29 de novembro sábado realiza-se o Trail Kid com início as 15h para crianças com idade a partir dos 6 anos até aos 15 anos.**

### **1. Condições de participação**

#### **1.1 Idade participação diferentes provas**

O Trail Quinta das Arcas é uma prova que percorre trilhos e caminhos da União de freguesias de Campo e Sobrado.

A Caminhada será aberta a menores desde que acompanhados por uma pessoa maior de idade, o Mini-Trail está aberto a maiores de 16 anos e o Trail será aberto apenas a maiores de idade.

#### **1.2 Inscrição regularizada**

A inscrição será feita no site [www.portimer.pt](http://www.portimer.pt), não sendo necessário enviar comprovativo de pagamento. No momento do levantamento de dorsal é necessário ser possuidor de documento de identificação referente à inscrição e comprovativo de inscrição.

#### **1.3 Condições físicas**

Para participar é indispensável:

1.3.1 Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas de corridas em trilhos, do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado fisicamente e mentalmente.

1.3.2 Ter adquirido, antes do evento, capacidades reais de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas.

1.3.3 Conseguir enfrentar sem ajuda externa as condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro e chuva.

1.3.4 Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc;

1.3.5 Estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas.

#### 1.4 Definição possibilidade de ajuda externa

Os atletas não podem receber ajuda externa fora dos locais de abastecimento, podendo ser desclassificados.

#### 1.5 Colocação dorsal

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível, sendo obrigatório ser usado à frente do atleta e de preferência à altura do peito, o atleta que não cumpra o atrás estipulado será penalizado em 10 minutos por cada vez que seja chamado à atenção. Não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação. Caso seja fornecido Chip aos atletas do Trail e Mini Trail este deverá ser obrigatoriamente colocado na sapatilha, ou, no caso de chip no dorsal, ser colocado à frente, sob pena de não ser classificado, a caminhada é de natureza não competitiva e não terá chip.

#### 1.6 Regras de conduta desportiva

O comportamento inadequado, o recurso a linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas as modalidades, serão alvo de advertência, expulsão ou desqualificação.

### 2. Prova

#### 2.1. Apresentação da prova (s) / Organização

O Trail Quinta das Arcas é organizado pela Candibyke – Associação de Ciclismo e será realizado no dia 30 de novembro de 2025, na Quinta das Arcas em Sobrado-Valongo independentemente das condições climatéricas do dia, desde que a organização entenda que as mesmas não ofereçam risco aos participantes. A organização acompanha, em permanência, a evolução das condições meteorológicas, podendo anular a prova em qualquer altura.

O Trail Quinta das Arcas será constituído por 3 eventos:

- Trail – cerca de 20 km
- Mini Trail – cerca de 12 km
- Caminhada – cerca de 12 km, sem fins competitivos.

(a organização reserva o direito de alterar as distâncias se assim o entender)

## 2.2. Programa/Horário

### Dia 29 de Novembro (Sábado)

10:00h – Abertura do secretariado para entrega de dorsais – O secretariado funcionará nas instalações da Quinta das Arcas situado na Rua Central da Lomba (41°12'03.8"N 8°27'16.0"W)  
12:30h/ 14:00h – Secretariado encerrado para almoço  
18:00h – Encerramento do secretariado.

### Dia 30 de Novembro (Domingo)

07:30h – Abertura do secretariado para entrega de dorsais;  
08:15h – Hora limite para levantamento de dorsais.  
08:45h – Controlo zero Trail  
09:00h – Partida Trail  
09:10h – Controlo Zero Mini Trail  
09:30h - Partida Mini Trail; após partida da Caminhada  
10:20h – Chegada Prevista 1ºs classificados Mini Trail Quinta das Arcas  
11:15h – Chegada Prevista 1ºs classificados Trail Quinta das Arcas  
12:30h – Horário Previsto para Cerimónia de entrega de prémios do Evento Trail Quinta das Arcas (podendo ser antecipado)  
14:00h – Encerramento do Trail Quinta das Arcas (horários sujeitos a alterações)

## 2.3. Distância / Altimetria / Dificuldade ATRP

Até à data do evento, serão disponibilizadas na página do Facebook as indicações técnicas da prova.

## 2.4. Mapa / Perfil Altimétrico / Descrição do Percurso

Será disponibilizado no decorrer da semana anterior ao evento na nossa página de Facebook

## 2.5. Tempo Limite

O tempo limite para o Trail Quinta das Arcas será de 4.00 horas.

Haverá barramento horário no último posto de controlo de cada prova, pelas 11:15h, assim os atletas de cada prova que não completarem o percurso até ao último posto de controlo (abastecimento) da respetiva prova até à hora supra será desclassificado e retirado de prova.

Ultrapassando o tempo de passagem limite, os atletas deverão afastar-se, pois nem a organização nem os serviços de assistência podem garantir a sua segurança, podendo “os corredores vassouras” levantarem as fitas de marcação do percurso após o tempolimite.

Se a organização entender afastar um atleta devido ao seu estado de saúde este assim o deve fazer, de modo a garantir o seu bem-estar.

## 2.6. Metodologia de controlo de tempos

[www.portimer.pt](http://www.portimer.pt)

## 2.7. Postos de controle

A definir pela organização em locais que a mesma julgue pertinentes, sendo em caso de controle o atleta obrigado a exhibir o seu dorsal sob pena de desclassificação.

Os atletas que não efetuarem controlo nos pontos de cronometragem intermédios serão desclassificados.

## 2.8. Locais de abastecimento

A indicar juntamente com o gráfico de altimetria

## 2.9. Material obrigatório

Trail, Mini Trail e Caminhada - Telemóvel totalmente operacional, apito, manta térmica e depósito de água

A organização não irá fornecer copos nos abastecimentos, sendo o participante responsável pelo seu próprio copo. (Sendo ainda aconselhável, corta-vento, chapéu ou gorro).

## 2.10. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário

A prova irá decorrer em alguns troços de passagem com tráfego rodoviário.

A prova será realizada em “open road”, ou seja, todos os atletas terão que tomar as devidas precauções ao circularem ou atravessarem nos troços rodoviários.

## 2.11. Penalizações / desclassificações

Será penalizado ou desclassificado todo aquele que:

- a) Não leve o material obrigatório (desclassificado)
- b) Não complete a totalidade do percurso (desclassificado)
- c) Deteriore ou suje o meio por onde passe (desclassificado)
- d) Não leve o dorsal bem visível (penalizado em 15min)
- e) Alteração do dorsal (desqualificação)
- f) Ignore as indicações da organização (penalizado em 1h)
- g) Tenha alguma conduta antidesportiva (desclassificado)
- h) Não passe nos postos de controlo (desclassificado)
- i) Receba qualquer tipo de ajuda fora dos locais de abastecimento (desclassificação)

## 2.12. Seguro desportivo

O evento terá um seguro de acidentes pessoais para todos os atletas devidamente inscritos, o qual estará de acordo com a legislação em vigor, que obriga todos os promotores e organizadores de eventos desportivos à realização de seguro de acidentes pessoais com os capitais mínimos obrigatórios:

O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas. A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para efetivar a participação ao seguro.

### 3. Inscrições

#### 3.1. Processo inscrição

As inscrições terão que ser efetuadas online no site [www.portimer.pt](http://www.portimer.pt) onde terá toda a informação referente à prova, qualquer questão relacionada com as inscrições os atletas devem contactar: <mailto:paulo@portimer.pt>

Após ser feita a inscrição os atletas terão que regularizar o pagamento no prazo máximo de 48h, após estes dias a inscrição será anulada, sendo necessário fazer novamente a inscrição.

#### 3.2. Valores e período de inscrição

O 1º período das inscrições vai desde o dia 1 de julho até dia 24 de outubro

Trail Quinta das Arcas – 15,00 euros

Mini-Trail Quinta das Arcas – 12,50 euros

Caminhada – 10,00 euros

O 2º período das inscrições vai desde o dia 25 de outubro até ao dia 21 de novembro

Trail Quinta das Arcas – 17,50 euros

Mini-Trail Quinta das Arcas – 15,00 euros

Caminhada – 12,50 euros

Caso sejam disponibilizadas inscrições de última hora, às mesmas acrescerá um custo de 2,50 €.

Condições especiais para equipas numerosas, contactar: [paulo@portimer.pt](mailto:paulo@portimer.pt)

Para equipas - 10 inscrições feitas oferecemos a inscrição seguinte em forma de voucher  
Poderá haver inscrições de última hora se até lá as inscrições não esgotarem.

### 3.2.1 Lotação

Total: 2000 vagas (sendo o momento de encerramento das

500 – Trail

750 – Mini Trail

750 - Caminhada

### 3.3. Condições de devolução do valor de inscrição

Em momento nenhum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista da prova, a qualquer tempo. Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser efetuadas no prazo máximo de 15 dias de antecedência à realização da prova. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos/motivos.

### 3.4. Material incluído com a inscrição

- Dorsal
- Seguro de acidentes pessoal
- Abastecimento
- Prémio finisher (Copo)

### 3.5. Prémios

Trail e Mini-Trail

Escalão Masculino/Feminino Geral

Sub-23- Seniores -M40- M45- M50- M55- M60

Equipa

**1º, 2º, 3º Troféu**

## **Equipas**

**Equipa de 3 elementos masculino ou feminino**

### **3.6. Secretariado da prova/horários e local**

O secretariado será nas instalações da Quinta das Arcas.

O horário para entrega dos dorsais e inscrições de última hora (caso não se encontrem esgotadas) no dia 29 de novembro (Sábado) será das 10h/12.30h e 14h/18h e dia 30 de novembro (Domingo) estará aberto das 07h às 08.15h.

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

### **3.7. Serviços disponibilizados**

Duche após a prova no Pavilhão Municipal de Sobrado/Indoor Soccer de Sobrado (A anunciar oportunamente e caso a C.M. Valongo disponibilize os mesmos)

## **4. Categorias e Prémios**

### **4.1. Definição data, local e hora de entrega de prémios**

A entrega dos prémios será no Domingo após as 12h00.

### **4.2. Definição das categorias etárias/ sexo / individuais e equipas**

Masculinos:

Sub-23 - 16 a 22 anos

Seniores – 23 a 39 anos

M40 – 40 a 44 anos

M45--45 a 49 anos  
M50– 50 a 54 anos  
M55--55 a 59 anos  
M60– 60 ou mais anos

Femininos:

Sub-23- 16 a 22 anos,  
Seniores – 23 a 39 anos  
M40 – 40 a 44 anos  
M45—45 a 49 anos  
M50– 50 a 54 anos  
M55—55 a 59 anos  
M60– 60 ou mais anos

Nota: as idades acima indicadas dizem respeito à idade no dia da competição.

Os 3 primeiros classificados de cada escalão têm direito a prémio, assim como as 3 equipas melhor classificadas (nos prémios por equipas não haverá escalões, sendo considerada “equipa” o conjunto dos 3 primeiros elementos dessa mesma equipa).

Haverá prémio para a equipa mais numerosa no conjunto das 3 provas (Trail, Mini Trail e Caminhada).

## 5. Informações

### 5.1. Como chegar

Quinta das Arcas

Coordenadas GPS: 41°12'03.8"N 8°27'16.0"W

### 5.2. Onde ficar

<https://meuhotel.pt/>

## 6. Marcação e controlos

O percurso estará marcado com fitas sendo obrigatória a passagem pelos controlos estabelecidos.

## 7. Responsabilidade ambiental

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos nos locais próprios para o efeito junto do abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.

O não cumprimento do presente ponto implica a imediata desclassificação e retirada do local de prova. (os locais imediatamente após os postos de abastecimento serão alvo de fiscalização)

## 8. Ranking

Os nomes dos atletas, data de nascimento, escalão e tempo de execução da prova, serão partilhados com a Câmara Municipal de Valongo para efeitos de elaboração de ranking Municipal do Circuito dos Trilhos de Valongo. O Ranking fica disponível aqui: <https://trilhos.valongo.pt/>

– Gala do Circuito de Trilhos de Valongo

Apurados os resultados do Circuito dos Trilhos de Valongo, os melhores atletas serão premiados e reconhecidos na gala promovida pelo Município de Valongo.

## 9. Direitos de imagem

A realização e inscrição na prova implica a recolha de imagens e som durante a sua realização. Caso as imagens sejam recolhidas pelo promotor, as mesmas serão partilhadas com o Município de Valongo, ou então diretamente recolhidas por esta.

No entanto, para a partilha das imagens nas redes sociais e portais da internet, será recolhido o consentimento do participante no momento da inscrição na prova. Para mais informações sobre como trataremos esses dados, consulte o ponto 12 deste regulamento.

## **10. Apoio e emergência**

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem.

## **11. Casos omissos**

Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos pela comissão organizadora, de cujas decisões não haverá recurso.

## **12. Proteção de Dados**

A Candibyke – Associação de Ciclismo, enquanto Responsável pelo Tratamento dos Dados, assegura que os dados pessoais recolhidos serão unicamente utilizados para o tratamento dos dados no âmbito do Trail Quinta das Arcas. A Candibyke – Associação de Ciclismo procede ao arquivo e tratamento dos seus dados pessoais e caso se mostre necessário partilhará os seus dados com terceiros. Desde já se indica que o seu nome, idade, género e tempo obtido na prova será partilhado com o Município de Valongo, que se assumirá como Responsável pelo Tratamento, para efeitos de elaboração do ranking do Circuito dos Trilhos de Valongo e organização da Gala do Circuito dos Trilhos. Para além disso as imagens recolhidas durante o evento, serão igualmente partilhadas com o Município de Valongo, não podendo os dados partilhados ser usados para outros fins que não os aqui identificados.

Os Responsáveis pelo Tratamento (Associação, Município de Valongo) manterão os seus dados durante o período de 3 anos a contar da realização do evento. Para a partilha das imagens recolhidas nas redes sociais e em canais externos do Município será recolhido o seu consentimento no momento da inscrição.

Enquanto titular de dados, poderá exercer, a qualquer momento, os seus direitos de acesso, retificação, apagamento, limitação, oposição e portabilidade através de solicitação para os seguintes contactos:

Responsável pelo Tratamento de Dados – email: paulo@portimer.pt

Para mais informações sobre as práticas de Proteção de Dados da portimer.pt consulte a Política de Privacidade disponível no nosso website em link: <https://www.portimer.pt/privacy-policy>

**ATENÇÃO**

É EXPRESSAMENTE OBRIGATÓRIO O CUMPRIMENTO DAS NORMAS EM VIGOR DECRETADAS PELA DGS À DATA DO EVENTO.

O NÃO CUMPRIMENTO DAS REFERIDAS NORMAS IMPLICA A OBRIGATORIEDADE DO PREVARICANTE EM ABANDONAR O LOCAL DO EVENTO.

Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar as regras de viação durante a utilização da via pública.

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias para a realização do evento.

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

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