

# TROFÉU DOS DINOSSAUROS 2025

---

## REGULAMENTO

### Apresentação

A 8ª edição do Troféu dos Dinossauros contempla duas provas em 2026:

1. TRILHO DOS DINOSSAUROS – Dia 22 de Fevereiro 2026 – Praia da Areia Branca
2. 2ª Edição do Carrossel das Cesaredas – Data a Designar – Reguengo Grande

**A 8ª edição do Trilho dos Dinossauros** será realizado no dia 22 de Fevereiro de 2026, com partida e chegada na Praia da Areia Branca / Foz **coordenadas 39°15'51.90"N 9°20'04.68"W**, com início previsto para as 09H00 para as provas principais.

Trata-se de um evento misto com três distâncias de trail e uma de caminhada em ambiente natural, por entre paisagens deslumbrantes, arribas, praia, com passagem por pontos históricos do concelho da Lourinhã, com surpresas para todos os participantes no decorrer da prova.

O evento vai-se realizar independentemente das condições climatéricas do dia, desde que a organização entenda que não está em causa a segurança de todos os participantes.

O evento é co - organizado por um conjunto de várias entidades locais, nomeadamente a Câmara Municipal da Lourinhã, Troféu dos Dinossauros, Associação de Toledo.

### Distâncias e Acumulado

Os valores aproximados para as diferentes provas são os seguintes:

- **Trail 31K** | D+1400m
- **Trail Sprint 20K** | D+585m
- **Trail Jovem 11K** | D+400m
- **Caminhada 10K** | D+300m

Todas as provas, Trail e Caminhada, têm partida e chegada no mesmo local – Praia da Areia Branca

**Nota:** Os valores de distâncias e acumulados de cada prova foram calculados com equipamentos GPS, e leitura em software apropriado. É natural que possa haver algumas diferenças entre os valores indicados e os valores medidos pelos atletas no dia da prova.

## Escalões

Podem participar todos os atletas desde que formalizem a sua inscrição nos prazos definidos no presente regulamento e que se enquadrem e aceitem as condições aqui apresentadas.

### Escalões de participação:

Juvenil M/F (Até 15 Km)	16-17 anos
Júnior M/F (Até 25Km)	18-19 anos
Sub 23 M/F	20-22 anos
Sénior M/F	23 – 34 anos
M35/F39	35 – 39 anos
M40/F40	40 – 44 anos
M45/F45	45 – 49 anos
M50/F50	50 – 54 anos
M55/F50	55 – 59 anos
M60/F60	60 – 64 anos
M65/F65	65 – 69 anos
M70/F70	Mais de 70 anos

#### Nota:

Para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerada a idade que o atleta terá a 31 de Outubro da corrente época competitiva.

Ex: Um atleta que faz 40 anos entre 1 de Janeiro e 31 de Outubro será classificado no escalão M40 durante todo o Campeonato.

Ex: Um atleta que faz 18 anos entre 1 de Janeiro e 31 de Outubro será classificado no escalão Júnior durante todo o Campeonato.

A idade mínima de participação nas provas de Trail é de 16 anos, com exceção da caminhada, onde podem participar menores, desde que acompanhados por adulto.

## Marcações

Todo o percurso será balizado com fita colorida Rosa com o Logotipo do Troféu dos Dinossauros

Nos locais em que há separação de Trilhos (provas de 31K, 20K, 11K) para além das fitas haverá também indicação escrita, no terreno, do caminho a seguir para as várias distâncias. Vão estar também elementos da organização no terreno para evitar qualquer tipo de engano. Qualquer outra sinalização não deverá ser considerada.

## Controlos Intermédios

Vão existir pontos de controlo intermédios nas provas cronometradas, em locais não divulgados, sendo desclassificados os atletas que não passem pelos mesmos.

## Classificações

As classificações serão realizadas através de sistema eletrónico, sendo entregue um peitoral com chip a cada atleta para ser colocado obrigatoriamente na parte da frente do corpo (zona da barriga ou abdómen) e assim deve permanecer até ao final da prova. **Atletas cujo peitoral não esteja colocado conforme as regras e por esse motivo o chip não seja detetado, não serão classificados.**

Casos em que o peitoral com chip pode não ser detetado:

- a) Peitoral dobrado
- b) Peitoral guardado dentro de bolso, mochila ou outro objeto

## Inscrições

As inscrições podem ser feitas entre 27 de Novembro 2025 até dia 06 de Fevereiro de 2026 (às 23h59) . Caso o número máximo de participantes seja atingido antes da data de 04 de Fevereiro, as inscrições encerram automaticamente.

## Taxas de Inscrição

### 1ª Fase

Entre 27 de Novembro 2025 e 28 de Novembro 2025– **Promocional !!**

Inclui **Camisola Técnica by Compressport e Meias Técnicas Socksby**, para as provas de Trail, Trail Sprint , Trail Jovem e para Caminhada.

- Trail 31K – 24 €
- Trail Sprint 20K – 20 €
- Trail Jovem 11K – 15 €
- Caminhada 10K – 15 €
- Trail Kids – Gratuito

## 2ª Fase

Entre 29 de Novembro 2025 a 08 de Dezembro 2025

Inclui **Camisola Técnica by Compressport e Meias Técnicas Socksby**, para as provas de Trail , Trail Sprint, Trail Jovem e Caminhada.

- Trail 31K – 26 €
- Trail Sprint 20K – 22 €
- Trail Jovem 11K – 17 €
- Caminhada 10K (inclui camisola técnica by Compressport) – 17 €
- Trail Kids – Gratuito

## 3ª Fase

Entre 09 de Dezembro de 2025 a 06 de Fevereiro 2026

Inclui **Camisola Técnica e meias técnicas Socksby** para as provas de Trail , Trail Sprint , Trail Jovem e Caminhada

- Trail 31K – 28 €
- Trail Sprint 20K – 24 €
- Trail Jovem 11K – 19 €
- Caminhada 10K – 19 €
- Trail Kids – Gratuito

Almoço de atleta - 6,00€

Almoço de acompanhante - 8,00€

**NOTA: Após o dia 22 de Janeiro 2025 não vão ser aceites as seguintes situações:**

- 1 - Alteração de titular de dorsal
- 2 - Transferências de pagamento entre atletas
- 3 - Devolução de valores de inscrições
- 4 - Trocas de distâncias

**Os valores de inscrição incluem:**

**Camisola Técnica by Compressport – Para as inscrições entre o dia 27 de Novembro de 2025 e o dia 08 de Dezembro de 2025**

## **Após o dia 09 de Dezembro de 2025 até 06 de Fevereiro 2026 –**

T- shirt técnica do evento para as inscrições no Trail e para caminhada.

Meias Socksby oficiais da 8ª edição do Trilho dos Dinossauros Seguro desportivo para todos os participantes;

Banhos quentes;

Massagem;

Abastecimentos sólidos e líquidos;

Cronometragem eletrónica com colocação de tempos online logo que o evento finalize, nas provas de trail - (Obrigatório o uso do dorsal na frente da camisola afim de evitar os erros de leitura dos chips);

Assistência médica e socorro nos locais devidamente assinalados;

Acesso gratuito para os filhos dos Atletas à Dino Fun Zone ( todos os atletas que queiram trazer os seus filhos, vão poder deixá-los, caso o pretendam fazer, no espaço de lazer e diversão que vai estar montado para o efeito onde vão ser disponibilizadas várias atividades para as crianças – Insufláveis, Pinturas Faciais, fotos com Dinossauros, entre outras)

- **As inscrições poderão ser efetuadas no seguinte endereço:**
  - Empresa que realizará a cronometragem da prova - **Trilho Perdido** - em <https://trilhoperdido.com/evento/>

**O pagamento é exclusivamente feito por multibanco.**

A confirmação da inscrição constará da listagem no site da prova e será introduzida por ordem de entrada.

**Não haverá lugar a reembolso em caso de desistência qualquer que seja o motivo.**

## **Número limite de participantes:**

- **Conjunto das provas de trail:** 1000 participantes ( inscrições pagas)
- **Caminhada:** 75 participantes

NOTA: O número limite de participantes em cada uma das provas pode ser alterado caso a organização entenda que estão reunidas as condições para receber mais atletas, sem prejuízo da qualidade da organização/prova.

## **Prémios:**

- Troféu aos 3 primeiros classificados de cada escalão (F/M), nas provas **Trail 31K, Trail Sprint 20K ; Trail Jovem (11 Km)**
- Prémio para os 3 primeiros classificados gerais (masculinos e femininos) de cada prova.

- Prémio para as 3 melhores equipas;
- Medalhas de Finisher para todos os participantes das provas de trail, caminhada e Kids Trail

### **TEMPO LIMITE:**

A organização da prova concede os seguintes prazos para que os atletas terminem as suas provas e pontuarem para a classificação;

- **Trail 31K** – 7 horas
- **Trail Sprint 20K** – 5 horas
- **Trail Jovem 11K** – 4 horas

### **Desclassificações:**

Será desclassificado o atleta que:

- Não cumpra o percurso estipulado, falhando os pontos de controlo efetuados pela organização;
- Não siga as instruções dos elementos envolvidos na organização;
- Tenha uma conduta antidesportiva;
- Tenha uma conduta poluidora.

### **Secretariado:**

O secretariado da **8ª edição do Trilho dos Dinossauros** funcionará nos dias 21 e 22 de Fevereiro em locais a designar (vão ser divulgados na nossa página do Facebook)

Todos os atletas deverão ter em sua posse um documento de identificação.

As provas partem, sequencialmente da prova mais longa para a prova mais curta.

Os percursos das provas de trail têm partidas para diferentes direções, juntando-se na sua parte final.

## Banhos:

Os atletas da **8ª edição do Trilho dos Dinossauros** vão ter acesso aos balneários do Parque de Campismo da Praia da Areia Branca

## Abastecimentos:

- **Trail 31K** – 4 abastecimentos: +/-6 km (só líquidos), +/-14,5km (líquidos e sólidos), +/- 21km (líquidos e sólidos); +/- 28 Km (líquidos e sólidos), e abastecimento final;
- **Trail Sprint 20K** - 3 abastecimentos: +/-6km (líquidos e sólidos), +/-13km (líquidos e sólidos) e abastecimento final
- **Trail Jovem 11K** - haverá 1 abastecimento de sólidos e líquidos aos 6 km e abastecimento final
- **Caminhada 10K** - haverá 1 abastecimento de sólidos e líquidos aos 6 km e abastecimento final

Na meta haverá abastecimento de líquidos e sólidos e após entrega de prémios haverá almoço para todos os atletas e caminheiros.

## Material Obrigatório:

Material Obrigatório para todos os atletas:

- Telemóvel carregado com autonomia para a distância total da prova a realizar
- Apito
- Manta Térmica
- a organização não vai disponibilizar copos nem garrafas para líquidos nos Abastecimentos, pelo que se recomenda levar copo ou qualquer outro reservatório para ingestão de líquidos;
- reservatório de água com quantidade suficiente ( 0,5 litro) para garantir a hidratação entre abastecimentos;
- será aplicada penalização de 15 minutos por cada item em falta do material obrigatório;

## Material Recomendado :

- A organização não vai disponibilizar alfinetes, pelo que o atleta deve ter alfinetes ou porta-dorsal.
- Se as condições climáticas alterarem e assim o exigirem, o material obrigatório/recomendado poderá ser alterado com a devida antecedência;

## Direitos de Imagem

A aceitação do presente regulamento implica que o atleta autorize a organização da prova, à gravação parcial ou total da sua prestação na prova, e, pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar as imagens dos atletas para a promoção e divulgação da prova em todas as suas formas (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, internet, cartazes, meios de comunicação social, etc.) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer contribuição financeira.

## Estacionamento:

Os participantes têm local de estacionamento em vários locais na Praia da Areia Branca

## Diversos:

1. \*Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais ou de saúde a si mesmo ou a terceiros, incluindo o seu próprio falecimento.
2. A organização declina a responsabilidade em caso de acidente, negligência e roubo de valores de cada participante.
3. O trânsito será cortado aquando da passagem dos atletas e caminheiros na estrada principal, e nos casos onde não exista policiamento, devem ser cumpridas as regras em vigor de travessia de estrada ;
4. Todos os atletas e caminheiros deverão transportar consigo um telemóvel em perfeito funcionamento como medida adicional de segurança.
5. Todos os atletas e caminheiros, reconhecem que esta prova, é exigente a nível físico e que ainda assim se inscrevem por estarem conscientes do esforço a que obriga e à sua boa forma física.
6. Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos pela comissão reguladora e não haverá recurso às decisões tomadas.

## CANCELAMENTO DO EVENTO, SUSPENSÃO, E REEMBOLSO

7. A suspensão ou cancelamento do evento pode ser tomada por decisão de entidades oficiais, como a Proteção Civil, GNR, MAI, ICNF. A suspensão ou cancelamento **pode ainda ser decidida pelo delegado de saúde Regional no âmbito da temática do COVID-19**. Em qualquer das situações de cancelamento por motivos de força maior acima descritos, os inscritos serão reembolsados da seguinte forma:
8. **Cancelamento até ao dia 08 de Janeiro de 2026: 50% do valor pago ;**
9. **Cancelamento entre os dias 09 de Janeiro e 30 de Janeiro de 2026: 30% do valor pago**
10. **Cancelamento após dia 31 de Janeiro de 2026: sem reembolso.**



## TERMO DE RESPONSABILIDADE - COVID 19

1. Tendo em linha de conta o cenário de crise pandémica (COVID 19) reconheço à organização o direito de proceder às alterações necessárias, com vista ao ajustamento da logística do evento e ao cumprimento do protocolo sanitário requerido/validado pela autoridade de saúde pública local.

O cumprimento do protocolo sanitário instituído, uso obrigatório de máscara nos espaços interiores e recomendado nos espaços exteriores, desinfeção das mãos, distanciamento social, e outros, deve ser a regra durante todo o evento, particularmente nos seguintes locais:

- a) Acesso ao Secretariado: uso obrigatório de máscara, desinfeção das mãos e distanciamento social;
- b) Recinto do evento: uso recomendado de máscara, distanciamento social e desinfeção das mãos;
- c) Partida: uso recomendado de máscara (primeiros 300m)
- d) Chegada: uso recomendado de máscara (últimos 300m)
- e) Utilização de postos de abastecimento: uso recomendado de máscara, desinfeção das mãos e manutenção do distanciamento social;

**11. A inscrição no evento pressupõe a aceitação das regras aqui estabelecidas.**

**12. O presente regulamento poderá ser alterado a qualquer altura e sem aviso prévio pela organização do evento.**

Contacto: trofeudosdinossauros@gmail.com