





1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1. IDADE PARTICIPAÇÃO DIFERENTES PROVAS

- **TRAIL LONGO - 32 Km:** Maior ou igual a 18 anos.
- **TRAIL CURTO - 21 Km:** Maior ou igual a 18 anos.
- **MINI TRAIL - 13 Km:** Maior ou igual a 16 anos.
- **CAMINHADA:** Sem limite de idade.

A idade referida corresponde à idade que o participante terá a 31-08-2026.

1.2. INSCRIÇÃO REGULARIZADA

- A inscrição no evento **TRAIL ENTRE DOURO E TUA** pressupõe a aceitação integral do presente Regulamento.
- Apenas são aceites inscrições efetuadas através da plataforma “STOP AND GO” em [https://stopandgo.net/.](https://stopandgo.net/)
- As inscrições apenas serão consideradas regularizadas se concluídas e pagas dentro dos prazos definidos no presente Regulamento.
- A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro.

1.3. CONDIÇÕES FÍSICAS

Todos os participantes devem:

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível das mesmas e ainda de se encontrar adequadamente preparado física e mentalmente.
- De haver adquirido, antes do evento, uma capacidade de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivam neste tipo de prova.



- Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas (vento, frio, nevoeiro, chuva, etc.).
- Saber gerir problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc.
- Não ser acompanhado por elementos/atletas não inscritos na prova.
- Levar todo o material obrigatório durante a prova.
- Colocar os seus lixos nos locais próprios, localizados nos abastecimentos.
- Estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas.

1.4. DEFINIÇÃO POSSIBILIDADE AJUDA EXTERNA

- É permitida a ajuda externa em todos os postos de abastecimento.
- Qualquer ajuda externa fora destes locais implica a desqualificação do participante.
- A ajuda externa não pode, em qualquer momento, causar interferência com os outros participantes.

1.5. COLOCAÇÃO DORSAL

- O dorsal é pessoal e intransmissível.
- O dorsal deve estar em local facilmente visível aos elementos da organização e demais entidades que apoiam e/ou colaboram com a mesma.
- Em caso de desistência o participante deverá entregar o dorsal à organização comunicando dessa forma a sua desistência.

1.6. REGRAS CONDUTA DESPORTIVA

O comportamento inadequado, tais como, o recurso a linguagem ofensiva, a agressão verbal ou física assim como deixar lixo nos trilhos, não será tolerado e dará direito a desqualificação, com a proibição de inscrição em edições posteriores.



2. PROVA

2.1. APRESENTAÇÃO DAS PROVAS / ORGANIZAÇÃO

O evento **TRAIL ENTRE DOURO E TUA** é organizado pelo Clube Desportivo Entre Douro e Tua. Colaboram o Município de Carrazeda de Ansiães, a Junta de Freguesia Carrazeda de Ansiães, a Junta de Freguesia de Castanheiro do Norte, a Junta de Freguesia de Linhares e a Junta de Freguesia Parambos.

O evento **TRAIL ENTRE DOURO E TUA** é um evento de Trail Running que decorre no distrito de Bragança e percorre várias aldeias do concelho de Carrazeda de Ansiães.

O evento é constituído por três provas competitivas, uma caminhada:

TRAIL LONGO - 32 Km

Pontua para o Circuito Nacional De Trail da ATRP série 100

TRAIL CURTO - 21 Km

Pontua para o Circuito Nacional De Sprint da ATRP série 100

MINI TRAIL - 13 Km

Pontua para o Circuito Nacional Jovem da ATRP série 150

CAMINHADA



2.2. PROGRAMA / HORÁRIO

12 DE SETEMBRO (SABADO)

15h00 – Abertura do Secretariado / CAECA (local da chegada)

19h00 – Encerramento do Secretariado

13 DE SETEMBRO (DOMINGO)

CAECA (Centro de Apoio Empresarial de Carrazeda de Ansiães)

07h00 – Abertura do Secretariado

08h00 – Fecho do secretariado

08h05 – Inicio de transporte para partida Trail longo/Curto/ Mini-Trail/Caminhada em Castanheiro do Norte.

09h00 – Partida TRAIL LONGO - 32 Km

09h30 – Partida TRAIL CURTO - 21 Km

10h00 – Partida MINI TRAIL - 13 Km

10h05 – Partida CAMINHADA

14h30 – Fim de controlo de tempos do evento (+ de 5h00 de prova também não será contabilizado para a classificação);

13h00 – Almoço no CAECA;

13h00 – Entrega de Prémios (Edifício CAECA);

16h00 – Encerramento;

- Horários sujeitos a alterações que serão prontamente divulgadas nos meios de comunicação da organização



2.3. DISTÂNCIA / ALTIMETRIA

Prova	Distância (km)	Desnível Positivo	Grau Dificuldade
TRAIL LONGO - 32 Km	31,6	1480 D ⁺	Difícil
TRAIL CURTO - 21 Km	20,6	970 D ⁺	Difícil
MINI TRAIL - 13 Km	13,4	500 D ⁺	Difícil
CAMINHADA	13,4	500 D ⁺	Difícil

2.4. MAPA/ PERFIL ALTIMÉTRICO/ DESCRIÇÃO PERCURSO

- Os percursos são maioritariamente constituídos por trilhos em piso acidentado percorrendo várias aldeias, o espaço rural agrícola e de montanha.
- Os percursos não são de utilização exclusiva do Evento pelo que todos os participantes têm que cumprir as regras de trânsito ao longo de todo o percurso.
- Os percursos percorrem e atravessam vias públicas, que podem ser asfaltadas ou não, pelo que todos os participantes devem ter a máxima atenção durante a sua utilização.
- Os percursos estão sinalizados recorrendo a fitas e placas sinalizadoras distanciadas entre si no máximo de 100 m. Qualquer participante que percorra mais de 100 m sem que visualize qualquer sinalização deverá parar e voltar para trás até que visualize novamente a sinalização.
- Haverá membros da organização nos principais locais de travessia das vias públicas bem como nas zonas de maior dificuldade dos percursos. Todos os participantes devem respeitar as indicações da organização sob pena de poderem ser desclassificados.
- Futuramente serão publicados os mapas e os perfis altimétricos dos percursos.



2.5. TEMPO LIMITE

- **TRAIL LONGO - 32 Km:** 6 horas
- **TRAIL CURTO - 21 Km:** 5 horas
- **MINI TRAIL - 13 Km:** 3 horas
- **CAMINHADA:** Sem limite de tempo

Os participantes que ultrapassarem o tempo limite não serão considerados na classificação final.

2.6. METODOLOGIA DE CONTROLO DE TEMPOS

O controlo dos tempos é efetuado eletronicamente através de um chip colocado no dorsal de uso obrigatório.

O chip tem que obrigatoriamente ser validado na partida (controlo zero), nos postos de controlo intermédios e na meta.

2.7. POSTOS DE CONTROLO

- Existirá um controlo localizado na partida (controlo zero) e localizado na meta.
- Existirão postos de controlo intermédios cuja localização apenas será do conhecimento dos participantes no decurso das provas.
- Existirão pontos de controlo surpresa de forma a assegurar o cumprimento integral dos percursos.



2.8. LOCAIS DOS ABASTECIMENTOS

PROVA	PA 1	PA 2	PA 3
TRAIL LONGO - 32 Km	TUA SÓLIDO/LÍQUIDO 12 KM	LINHARES SÓLIDO/LÍQUIDO 21,5 KM	ARNAL SÓLIDO/LÍQUIDO 26,0 KM
TRAIL CURTO - 21 Km	LINHARES SÓLIDO/LÍQUIDO 10,4 KM	ARNAL SÓLIDO/LÍQUIDO 14,5 KM	-
MINI TRAIL - 13 Km	ARNAL SÓLIDO/LÍQUIDO 7,20 KM	-	-
CAMINHADA	ARNAL SÓLIDO/LÍQUIDO 7,20 KM	-	-

Nota: Não são disponibilizados copos nos locais de abastecimento.

2.9. MATERIAL OBRIGATÓRIO/ VERIFICAÇÕES DE MATERIAL

MATERIAL	TRAIL LONGO 32 Km	TRAIL CURTO 21 Km	MINI TRAIL 13 Km	CAMINHADA
TELEMÓVEL OPERACIONAL	OBRIGATÓRIO	OBRIGATÓRIO	OBRIGATÓRIO	RECOMENDADO
MANTA SOBREVIVÊNCIA	OBRIGATÓRIO	OBRIGATÓRIO	OBRIGATÓRIO	RECOMENDADO
APITO	OBRIGATÓRIO	OBRIGATÓRIO	OBRIGATÓRIO	RECOMENDADO
RESERVATÓRIO DE ÁGUA	OBRIGATÓRIO mínimo 1 L	OBRIGATÓRIO mínimo 0,5 L	OBRIGATÓRIO mínimo 0,5 L	RECOMENDADO
CORTA VENTO /IMPERMEÁVEL ⁽¹⁾	OBRIGATÓRIO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO
ALIMENTAÇÃO DE RESERVA	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO	RECOMENDADO

(1) – Será indicado qual o equipamento obrigatório (Corta vento ou Impermeável) até 24 horas antes do início de cada prova.



Caso as condições climatéricas o justifiquem, o material obrigatório poderá ser alterado. Neste caso, os participantes serão informados através dos meios de comunicação oficiais até 24 horas antes do início de cada prova.

Existirá um ponto de controlo do material obrigatório localizado na partida (controlo zero).

Poderão existir pontos de controlo do material obrigatório surpresa ao longo de cada percurso.



2.10. INFORMAÇÃO SOBRE PASSAGEM DE LOCAIS COM TRÁFEGO RODOVIÁRIO OU FERROVIÁRIO

Os percursos não são de utilização exclusiva do Evento **TRAIL ENTRE DOURO E TUA** pelo que todos os participantes têm que cumprir as regras do código da estrada ao longo de todo o percurso.

Não haverá corte de tráfego rodoviário.

Os percursos percorrem e atravessam vias públicas, que podem ser asfaltadas ou não, áreas sociais, agrícolas e florestais bem como propriedades privadas pelo que todos os participantes devem ter a máxima atenção durante a sua utilização sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes dos seus atos.

2.11. PENALIZAÇÕES/ DESCLASSIFICAÇÕES

Os participantes serão **PENALIZADOS**:

- **30 minutos**, caso não leve consigo a totalidade do material obrigatório definido pela organização.
- **15 minutos**, caso não leve o dorsal visível.

Serão **DESQUALIFICADOS** os participantes que:

- Não cumpram o presente regulamento;
- Não completem a totalidade do percurso;
- Não sejam identificados em todos os postos de controlo;
- Excedam o tempo limite da prova;
- Não ajudem um participante que esteja a necessitar de ajuda;
- Recebam ajuda externa fora dos postos de abastecimento;
- Deteriorem ou sujem o meio por onde passem;
- Ignorem as indicações da organização ou dos agentes de autoridade;
- Não cumpram as regras da conduta desportiva.



A organização impedirá a inscrição em futuras edições dos participantes que ignorem as indicações da organização e que não cumpram as regras da conduta desportiva.

2.12. RESPONSABILIDADES PERANTE O ATLETA/ PARTICIPANTE

A inscrição nas provas implica a total aceitação do presente regulamento.

O participante assume, por livre e espontânea vontade os riscos e suas consequências decorrentes da participação no evento, sejam eles danos morais, físicos, materiais ou de qualquer natureza. A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente, de negligência, ou de roubo de objetos ou valores, de cada participante. Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de responsabilidade resultante dos atos acima descrito.

2.13. SEGURO DESPORTIVO

- A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei para a realização deste tipo de eventos.
- O prémio do seguro está incluído no valor da inscrição.
- O pagamento da franquia do seguro é da exclusiva responsabilidade dos participantes.
- Qualquer acidente ou incidente, que ocorra durante o decorrer do evento é da responsabilidade dos participantes, em tudo que exceder os riscos cobertos pelo seguro.
- A organização não assumirá despesas de acidentes ou incidentes, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.
- A informação sobre o tipo de seguro, valores de cobertura e número da apólice será disponibilizada futuramente.



3. INSCRIÇÕES

3.1. PROCESSO INSCRIÇÃO

A inscrição é efetuada através da plataforma “STOP AND GO” disponível em <https://stopandgo.net/> e de acordo com as regras definidas por esta plataforma.

Não será aceite qualquer inscrição efetuada através de qualquer outro meio.

O pedido de emissão de fatura/recibo com indicação do número de contribuinte terá que obrigatoriamente ser efetuado no ato da inscrição.

3.2. VALORES E PERÍODOS DE INSCRIÇÃO

- As inscrições iniciarão a 1 de fevereiro de 2026.
- As inscrições terminam a 8 de setembro de 2026.
- São aceites alterações das inscrições entre provas até ao dia 8 de setembro de 2026.
- São aceites transmissões de inscrições até dia 8 de setembro de 2026.

Os valores de inscrição são os seguintes:

PROVA	FASE de 04-03-2025 a 19-10-2025	N. máximo de Vagas
TRAIL LONGO - 32 KM	17 €	200
TRAIL CURTO - 21 Km	15 €	400
MINI TRAIL - 13 Km	12 €	300
CAMINHADA	12 €	300



A organização reserva o direito de ultrapassar o número limite de vagas.

A organização reserva também o direito de ajustar o número de vagas por razões de segurança ou por qualquer outro motivo que possa afetar o bom funcionamento do evento.

3.3. CONDIÇÕES DE DEVOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO

- A organização não se vê no dever de devolver o valor de inscrição dos participantes já confirmados.
- Excepcionalmente será devolvido o valor de inscrição no caso doença ou morte de familiar devidamente comprovado por atestado/comprovativo médico.
- Não se efetuam transições de inscrições para anos seguintes.
- Caso o participante solicite alteração de inscrição para uma prova com um valor inferior, o valor da diferença não será devolvido.

3.4. MATERIAL INCLUÍDO COM A INSCRIÇÃO

O valor da inscrição inclui:

INCLUIDO NO KIT DE INSCRIÇÃO	TRAIL LONGO 32Km	TRAIL CURTO 21 Km	MINI TRAIL 13 Km	CAMINHADA
Participação na prova	SIM	SIM	SIM	SIM
Seguro de acidentes pessoais	SIM	SIM	SIM	SIM
T-shirt alusiva ao evento	SIM	SIM	SIM	SIM
Abastecimentos sólidos/líquidos	SIM	SIM	SIM	SIM
Banho no final da prova	SIM	SIM	SIM	SIM
Prémio finisher	SIM	SIM	SIM	SIM
Dorsal	SIM	SIM	SIM	SIM
Troféu classificação Geral (F/M)	SIM	SIM	SIM	NÃO
Troféu classificação Escalões (F/M)	SIM	SIM	SIM	NÃO
Troféu classificação Coletiva	SIM	SIM	SIM	NÃO



3.5. SECRETARIADO DA PROVA / HORÁRIOS E LOCAIS

O secretariado da prova funcionará nos seguintes dias, horários e locais:

12 DE SETEMBRO (SÁBADO) / 15h00 – 19h00 / CAECA

13 DE SETEMBRO (DOMINGO) / 7h00 – 08h00 / CAECA

Todas as pessoas que procedam ao levantamento dos dorsais terão que apresentar no secretariado um documento de identificação.

Caso o levantamento do dorsal seja efetuado por uma outra pessoa, esta será identificada no secretariado e ficará responsável pelo dorsal nomeadamente pela sua preservação e correta transmissão ao correspondente participante.

4. CATEGORIAS E PRÉMIOS

4.1. DEFINIÇÃO, DATA, LOCAL E HORA ENTREGA PRÉMIOS

Para as provas **TRAIL LONGO - 32 Km, TRAIL CURTO - 21 Km e MINI-TRAIL - 13 Km** haverá:

- **Classificação individual:**

Classificação Geral: Prémio e troféu para os três primeiros lugares femininos e masculinos.

Classificação por escalões: troféu para os três primeiros lugares femininos e masculinos.

- **Classificação coletiva:** Troféu para os três primeiros lugares.



PRÉMIOS MONETÁRIOS	1º M/F	2º M/F	3º M/F
TRAIL LONGO - 32 Km	200 €	150 €	100 €
TRAIL CURTO - 21 Km	150 €	100 €	75 €
MINI-TRAIL - 13 Km	100 €	50 €	25 €

Nota: O pagamento dos prémios monetários está sujeito à emissão e apresentação de recibo no respetivo valor.

Cerimónia de entrega dos prémios: 13 setembro / inicia às 13h00 / CAECA

4.2. DEFINIÇÃO DAS CATEGORIAS ETÁRIAS/ SEXO INDIVIDUAIS E EQUIPAS

As categorias etárias são definidas em função dos dados disponibilizados pelos participantes no ato da inscrição e tendo como referência a idade que o participante terá a 30 de setembro da corrente época competitiva (até 30 de setembro 2026).

CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL POR ESCALÕES

TRAIL LONGO 32 Km / TRAIL CURTO 21 Km / MINI-TRAIL 13 Km	
FEMININOS	MASCULINOS
F Sub23 – até 22 anos	M Sub23 – até a 22 anos
F Seniores – 23 a 34 anos	M Seniores – 23 a 34 anos
F 35 – 35 a 39 anos	M 35 – 35 a 39 anos
F 40 – 40 a 44 anos	M 40 – 40 a 44 anos
F 45 – 45 a 49 anos	M 45 – 45 a 49 anos
F 50 – 50 a 54 anos	M 50 – 50 a 54 anos
F 55 – 55 a 59 anos	M 55 – 55 a 59 anos
F 60 – 60 a 64 anos	M 60 – 60 a 64 anos
F 65 – 65 a 69 anos	M 65 – 65 a 69 anos
F 70 – 70 ou mais anos	M 70 – 70 ou mais anos

Na prova **MINI TRAIL - 13 Km** não haverá classificação por escalões.



CLASSIFICAÇÃO COLETIVA

A classificação coletiva determina-se com base na classificação geral absoluta (femininos e masculinos), somando os lugares dos 3 primeiros classificados de cada equipa.

São declaradas vencedoras as equipas que totalizem o menor número de pontos.

Em caso de empate declara-se vencedora a equipa que em primeiro lugar feche a classificação coletiva (que tenha o melhor terceiro lugar).

4.3. PRAZOS PARA RECLAMAÇÃO DE CLASSIFICAÇÕES

Toda e qualquer reclamação sobre as classificações deve ser colocada por escrito e remetida ao organizador do evento no prazo de 24 horas após a publicação das classificações. Findo este prazo as mesmas assumem-se como definitivas.

5. DIREITOS DE IMAGEM

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza aos organizadores do evento a gravação total ou parcial da sua participação no mesmo, pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a imagem do participante para a promoção e difusão do evento em todas as suas formas e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do participante, a receber qualquer compensação económica.

A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração de toda a imagem do evento **TRAIL ENTRE DOURO E TUA**. Qualquer projeto ou suportes publicitários produzidos para publicação do evento devem obter o prévio consentimento da entidade organizadora.

6. VENDA DE FOTOS A TERCEIROS

A organização informa que poderá existir um serviço de fotografia profissional disponibilizado por empresas externas, permitindo aos participantes a compra de fotos individuais do evento.



7. ISENÇÃO DE RESPONSABILIDADE SOBRE TECNOLOGIAS UTILIZADAS PELOS FOTÓGRAFOS

A venda de fotografias poderá ser realizada por terceiros, que poderão recorrer a tecnologias como reconhecimento facial para facilitar a pesquisa e identificação das imagens. A organização não tem qualquer responsabilidade sobre a forma como esses serviços tratam os dados dos participantes.

8. RESPONSABILIDADE DOS PARTICIPANTES

Cada participante é responsável por consentir ou recusar a utilização de reconhecimento facial ou qualquer outro método de pesquisa de imagens disponibilizado pelos fornecedores de fotografia. Em caso de dúvidas sobre o tratamento de dados pessoais, o participante deverá contactar diretamente a empresa responsável pela venda das fotografias.

9. PROTEÇÃO DE DADOS

Todo o participante, ao formalizar a sua inscrição, autoriza a publicação dos seus dados pessoais necessários ao desenrolar do evento, seja nas listas classificação, em meios de comunicação 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 utilizadas 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.

Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, solicitando-o por email.



10. CASOS OMISSOS

Os casos omissos neste regulamento, serão resolvidos pela organização, de cuja decisão não haverá recurso.

11. NOTAS IMPORTANTES E ALTERAÇÕES

- Ao inscrever-se está a concordar na íntegra com o presente regulamento.
- O presente regulamento está sujeito a alterações.
- Todas as alterações serão comunicadas com antecedência.
- A organização reserva o direito de aceitar inscrições de última hora.
- A organização reserva o direito de realizar as modificações ao programa e ao percurso que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova, se as condições meteorológicas assim o obrigarem, ou devido a caso de força maior.
- O evento também pode ser cancelado desde que seja decretado pela Proteção Civil, Direção Geral da Saúde ou qualquer outra instância superior.