

SOFRE COM GARRA!

31K

TRAIL
LONGO

19K

TRAIL
SPRINT

10K

MINI TRAIL /
CAMINHADA



TRAIL
INCLUSIVO



TRAIL
KIDS

DOMINGO 19 JULHO

SÁBADO 18 JULHO

ESPITE OURÉM

THE AMAZING ESPITE TRAIL REGULAMENTO

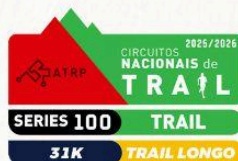
STOP GO

UTMB- INDEX



ASSOCIAÇÃO
DE TRAIL
RUNNING
DE PORTUGAL

ITRA
INTERNATIONAL
TRAIL RUNNING
ASSOCIATION





ÍNDICE

1. Condições de participação.....	3
1.1. Idade mínima de participação.....	3
1.2. Inscrição regularizada.....	3
1.3. Condição física.....	3
1.4. Ajuda Externa.....	3
1.5. Colocação do peitoral.....	3
2. Prova.....	4
2.1. Apresentação.....	4
2.2. Programa / Horário.....	4
2.3. Distância / Altimetria.....	5
2.4. Mapa / Perfil Altimétrico / Descrição do Percurso.....	5
2.5. Barreiras Horárias / Tempo para finalizar.....	5
2.6. Metodologia do Controlo dos tempos.....	5
2.7. Postos de Controlo.....	5
2.8. Abastecimentos.....	6
2.9. Marcações.....	6
2.10. Material obrigatório.....	6
2.11. Penalizações.....	6
2.12. Responsabilidade perante o participante.....	7
2.13. Direitos de Imagem.....	7
2.14. Seguro desportivo.....	7
2.15. Trail Kids e Trail Inclusivo.....	8
2.15.1. Escalões, idades e distâncias.....	8
2.15.2. Horário.....	8
2.15.3. Prémios.....	8
2.15.4. Condições de participação.....	9
3. Inscrições.....	10
3.1. Processo de inscrição.....	10
3.2. Distribuição de vagas e circuitos integrantes.....	10
3.3. Valores e períodos de inscrição.....	11
3.4. Condições de alteração da prova, cedência de inscrição e devolução do valor de inscrição.....	12
3.5. Cancelamento / Adiamento por motivos de força maior.....	12
3.6. Incluído nas inscrições.....	12
3.7. Secretariado.....	12
4. Prémios.....	13
4.1. Geral do K10, K19 e K31.....	13



UMA ORGANIZAÇÃO
CLUBE DESPORTIVO DE ESPITE

REGULAMENTO



4.2. Escalões no K19 e K31.....	13
4.3. Escalões no K10.....	13
4.4. Equipas.....	14
5. Informações.....	14
5.1. Localização Secretariado / Partidas / Chegadas.....	14
5.2. Contatos.....	14
5.3. Casos Omissos.....	14
Termo de Responsabilidade Parental.....	15



UMA ORGANIZAÇÃO
CLUBE DESPORTIVO DE ESPITE

REGULAMENTO



Nos dias 18 e 19 de julho de 2026 o Clube Desportivo de Espite irá realizar a sexta edição do evento de Trail Running.

The Amazing Espite Trail distingue-se pelo carácter técnico do percurso, ambiente familiar, forte envolvimento da comunidade local e aposta numa experiência completa para atletas e acompanhantes.

1. Condições de participação

1.1. Idade mínima de participação

Caminhada, Mini Trail K10 – 14 anos

Trail Sprint K19 - 18 anos

Trail Longo K31 – 20 anos

1.2. Inscrição regularizada

A inscrição em qualquer uma das distâncias implica compreender e aceitar sem reservas o regulamento da prova com a correta inscrição em <https://stopandgo.net/> e proceder ao respetivo pagamento.

É estritamente proibida a participação sem a inscrição regularizada.

1.3. Condição física

Os participantes devem estar conscientes da distância e das particularidades da prova em que vão participar e estarem suficientemente treinados para concluírem a mesma.

1.4. Ajuda Externa

Aos participantes nas provas de Trail é permitido receberem assistência nos abastecimentos.

É estritamente proibida toda a restante ajuda externa.

1.5. Colocação do peitoral

O peitoral deve estar permanentemente visível durante toda a prova, preferencialmente à altura do peito.



2. Prova

2.1. Apresentação

O clube conta com o apoio da junta de freguesia de Espite, da câmara municipal de Ourém, dos bombeiros de Ourém – Secção de Espite e de todas as entidades que têm vindo a apoiar o clube.

Será realizado nos dias 18 e 19 de julho de 2026 independentemente das condições climatéricas do dia desde que o organizador entenda que não há riscos acrescidos pelas mesmas para este tipo de eventos.

O evento é constituído por uma caminhada, por um Mini Trail (K10), por um Trail Sprint (K19) e por um Trail Longo (K31).

2.2. Programa / Horário

Sábado, 18 de julho de 2026

14:00 – Abertura Secretariado [Sede CD Espite]

18:00 - Início do Trail Kids e Trail Inclusivo

20:00 – Fecho do Secretariado

Domingo, 19 de julho de 2026

06:30 às 09:00 - Secretariado [Sede CD Espite]

07:45 - Controlo “0” do Longo K31

08:00 - Partida do Longo K31

08:05 - Controlo “0” do Sprint K19 e Mini K10

08:15 - Partida do Sprint K19 e Mini K10

09:00 - Partida da caminhada K10

12:00 – Almoço no salão da Junta de Freguesia de Espite (acréscimo de 10€ no valor da inscrição)

- Caldo Verde + Jardineira à “Ti Rosalina” + Pudim + Bebida à discrição (c/ exceção da imperial)

- Opção Vegan: Hambúrguer vegetariano em substituição da carne na Jardineira

- No dia da prova será possível adquirir senha de almoço com valor de 12€, limitado ao stock existente.

13:30 – Cerimónia de Entrega de prémios

14:30 – Início da Matiné Party

NOTA: Por razões de força maior, os horários poderão sofrer alterações



2.3. Distância / Altimetria

Caminhada / Mini Trail (K10) – 10km / 400m desnível positivo (d+)

Trail Sprint (K19) – 19km / 900m d+

Trail Longo (K31) – 31km / 1600m d+

2.4. Mapa / Perfil Altimétrico / Descrição do Percurso

A ser anunciado posteriormente pela organização.

2.5. Barreiras Horárias / Tempo para finalizar

Caminhada K10 – 05h00

Mini Trail K10 – 04h00

Trail Sprint K19 – 06h00

Trail Longo K31 – 08h00

2.6. Metodologia do Controlo dos tempos

Será utilizado um sistema eletrónico de controlo de tempos. Nos postos de controlo existirão tapetes de cronometragem que registam a passagem dos atletas.

O peitoral dos participantes do Mini Trail, Trail Sprint e do Trail Longo integra um chip, o qual, possibilita o registo da passagem do atleta na baliza/tapete eletrónica/o de controlo de tempo.

Além do controlo eletrónico poderá haver em algumas zonas de controlo registo manual e fotográfico de passagem.

2.7. Postos de Controlo

Os postos de controlo são zonas obrigatórias de passagem para os participantes nas distâncias de Trail e estão localizadas em locais definidos pela organização. Em cada um destes controlos estará um responsável da organização.

Não passar nos postos de controlo, leva à desclassificação do participante.

Os abandonos devem ser feitos única e exclusivamente nos postos de controlo. Na eventualidade de um acidente ou lesão em que o participante esteja imobilizado e não consiga alcançar um posto de controlo, deve ativar a operação de salvamento, entrando em contacto com a organização.



O número de contacto da organização, para efeitos de emergência, estará impresso no peitoral do participante e deverá ser igualmente gravado antecipadamente no seu telemóvel.

Em caso de acidente e impossibilidade de contacto com a organização deve contactar o número nacional de emergência 112

À organização é reservado o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo e de abastecimento, sem aviso prévio. Em caso de condições climatéricas adversas a partida pode ser atrasada no máximo três horas, período após o qual, a prova é cancelada. Não haverá direito a reembolso.

2.8. Abastecimentos

Os abastecimentos serão alimentos sólidos e líquidos em locais a definir posteriormente pela organização.

Só quem tiver o peitoral visível poderá abastecer.

Não serão fornecidas as bebidas em recipientes. O atleta deve transportar o seu próprio recipiente.

2.9. Marcações

As marcações serão feitas com fitas ao longo do percurso. As mudanças de direção serão sinalizadas com setas verticais. Nos locais de possível erro o caminho será barrado com sinalética ao longo do solo.

2.10. Material obrigatório

Mini Trail K10, Trail Sprint K19 e Trail Longo K31

- Manta térmica;
- Apito;
- Telemóvel operacional;
- Recipiente para líquidos.

(a organização não disponibiliza copos nos abastecimentos).

2.11. Penalizações

A não existência do material obrigatório no controlo zero implica a não autorização de partida.

Os responsáveis presentes nas zonas de controlo poderão a qualquer momento da prova aplicar as seguintes regras:

- Não prestar assistência a um participante que esteja a necessitar de ajuda: Desclassificação;
- Abandonar a prova sem avisar a organização: Poderá implicar a exclusão de futuras edições.;



REGULAMENTO



- Partilhar o peitoral com outra pessoa, durante parte ou na totalidade do percurso: Desclassificação;
- Utilizar caminhos que não os sinalizados para a prova, atalhando intencionalmente o percurso: Desclassificação;
- Utilizar transporte não autorizado (boleia): Desclassificação;
- Retirar sinalização do percurso: Desclassificação;
- Desobedecer às medidas de segurança indicadas pela organização e entidades associadas: Desclassificação;
- Falhar um ou mais postos de controlo: Desclassificação;
- Perda do Chip: Desclassificação;
- Atirar lixo para o chão e/ou danificar o meio envolvente: Desclassificação;
- Receber ajuda externa fora das áreas definidas pela organização: penalização de 1 hora;
- Fazer-se acompanhar por pessoas não acreditadas pela organização, exceto nas áreas definidas pela organização: Penalização de 1h;
- Peitoral não visível ou afixado em local não visível: Penalização de 15 minutos.

2.12. Responsabilidade perante o participante

O participante declara que cumpre com todas as condições do presente regulamento e assume por sua livre e espontânea vontade os riscos e suas consequências decorrentes da participação na prova, sejam eles danos físicos, morais, materiais ou de qualquer natureza. Fica a organização e todos os envolvidos isentos de outras responsabilidades que não as obrigatórias por Lei.

2.13. Direitos de Imagem

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza à organização a utilização da sua imagem no decorrer do evento para difusão promocional audiovisual sem qualquer compensação económica.

2.14. Seguro desportivo

Todos os atletas estarão seguros com um seguro contratualizado para a prova.

A organização contratualiza também um seguro de responsabilidade civil para o evento com os detalhes a apresentar oportunamente.



2.15. Trail Kids e Trail Inclusivo

O **Trail Kids** e o **Trail Inclusivo** integram o programa oficial do The Amazing Espite Trail, promovendo o desporto, a inclusão e o contacto com a natureza desde as idades mais jovens, num ambiente lúdico, seguro e familiar.

Estas provas realizam-se **no sábado, dia 18 de julho de 2026, a partir das 18h00**, na zona envolvente à sede do **Clube Desportivo de Espite**.

2.15.1. Escalões, idades e distâncias

Os escalões etários do Trail Kids são definidos de acordo com as categorias etárias da **Federação Portuguesa de Atletismo (FPA)**.

- Benjamins A – 6 e 7 anos – 500 m
- Benjamins B – 8 e 9 anos – 1000 m
- Infantis – 10 a 13 anos – 2000 m

Trail Inclusivo – 2000 m

O Trail Inclusivo destina-se a atletas com necessidades específicas, **independentemente da idade**, podendo a organização, sempre que necessário, adaptar o percurso e as condições de participação, garantindo a segurança e a igualdade de oportunidades.

A eventual participação de atletas do Trail Inclusivo noutras provas do evento (incluindo a prova Mini Trail no domingo) **fica sujeita a avaliação prévia da organização**, tendo como prioridade a segurança do participante.

2.15.2. Horário

Sábado, 18 de julho de 2026

- **18h00** – Início do Trail Kids e Trail Inclusivo

A ordem das partidas será definida pela organização e divulgada oportunamente no local do evento.

2.15.3. Prémios

Serão atribuídos **prémios aos três primeiros classificados de cada género (masculino e feminino)** em cada escalão/prova.



UMA ORGANIZAÇÃO
CLUBE DESPORTIVO DE ESPITE

REGULAMENTO



Todos os participantes receberão uma **lembrança de participação**.

2.15.4. Condições de participação

- A participação de menores requer **autorização parental**, a apresentar no secretariado.
- Não é exigido material obrigatório específico.
- Os percursos estarão devidamente sinalizados e supervisionados por elementos da organização.
- A organização reserva-se o direito de ajustar distâncias, percursos e horários por motivos de segurança ou organização.



3. Inscrições

3.1. Processo de inscrição

- Somente as inscrições feitas na plataforma de inscrições serão aceites: <https://stopandgo.net/> - Cada participante deve preencher o formulário de inscrição e pagar o valor da mesma no prazo estipulado;
 - O participante após a inscrição, recebe por email, uma referência Multibanco para proceder ao pagamento ou optar por pagar na hora por MB Way;
 - Não é necessário o envio do comprovativo de pagamento;
 - Após confirmação do pagamento, o nome do atleta vigorará na lista de inscritos;
- Qualquer esclarecimento adicional deverá ser solicitado por email para: amazing.espite.trail@gmail.com

3.2. Distribuição de vagas e circuitos integrantes

Caminhada K10: 200 vagas

Mini Trail K10: 150 vagas - Circuito ATRP Jovem s150

Trail Sprint K19: 400 – Circuito AAS | CTR | s150 ATRP | ITRA | UTMB Index

Trail Longo K31: 200 - Circuito AAS | CTR | s100 ATRP | ITRA | UTMB Index

A organização reserva-se no direito de ajustar o número de vagas, quer por razões de segurança quer por satisfazer os compromissos com as entidades competentes.



3.3. Valores e períodos de inscrição

	Até 28 de Fevereiro	Até 31 de Maio	Até 12 de Julho	Última Hora*
Caminhada K10	12 €	14 €	16 €	20 €
Mini K10	16 €	18 €	20 €	25 €
Sprint K19	20 €	22 €	24 €	30 €
Longo K31	22 €	24 €	26 €	32 €
Kids	6 €	6 €	6 €	10 €

* Inscrições por e-mail, sem garantia de kit completo de atleta e limitado ao número de dorsais de reserva. Apenas possível até às 22h00 do dia 17 de julho.

Extras:

	Na Inscrição	No dia (limitado ao stock)
T-shirt do evento	gratuita	15 €
Almoço (ver 2.2)	10 €	12 €
Guarda e Animação Crianças- Insufláveis/Pinturas faciais	5 €	8 €
Meias Amazing	12 €	15 €
Buff Amazing	8 € *	10 €

* Buff gratuito nas inscrições durante o mês de janeiro



3.4. Condições de alteração da prova, cedência de inscrição e devolução do valor de inscrição

No caso comprovado por atestado/declaração médica da impossibilidade de participação do atleta até 30 dias antes da realização da prova será devolvida a totalidade do valor da inscrição.

A alteração de inscrição de prova só é permitida até 30 dias antes da realização da prova, caso existam vagas disponíveis. Se a alteração for para uma prova de maior distância, haverá lugar ao pagamento do diferencial. Se a alteração for para uma distância menor, não haverá lugar a reembolso.

3.5. Cancelamento / Adiamento por motivos de força maior

Em caso de catástrofes ou calamidades naturais, pandemias ou qualquer orientação da Direção Geral de Saúde e/ou entidades competentes que condicionem ou impossibilitem a realização do evento previsto, a organização reserva-se no direito de não reembolsar os participantes caso os mesmos não possam participar na nova data definida.

3.6. Incluído nas inscrições

- Peitoral personalizado com chip integrado (Caminhada sem chip);
- Vestuário alusivo ao evento;
- Fotografias gratuitas;
- Abastecimentos;
- Cuidados de saúde na área da Fisioterapia & Osteopatia e nesse âmbito será feito uma intervenção no auxílio à recuperação pós-esforço;
- Duches;
- Medalhas de finisher na Caminhada e K10, K19 e K31;
- Seguro desportivo para a prova;
- Outros brindes que a organização consiga angariar.

3.7. Secretariado

- O secretariado da prova funcionará na sede do Clube Desportivo de Espite, junto à sede da Junta de Freguesia e Quartel dos Bombeiros:

<https://maps.app.goo.gl/KMrvk4tgkSaeBDZG6>



4. Prémios

4.1. Geral do K10, K19 e K31

Troféus aos primeiros três classificados da geral masculina e da geral feminina.

4.2. Escalões no K19 e K31

Classificação por escalões conforme a seguinte tabela

Escalões		Idade até 30 de Setembro 2026	Prémios
M Junior	F Junior	18 a 19 anos *	Troféus aos 3 primeiros
M Sub 23	F Sub 23	20 a 22 anos	Troféus aos 3 primeiros
M Seniores	F Seniores	23 a 34 anos	Troféus aos 3 primeiros
M35	F35	35 a 39 anos	Troféus aos 3 primeiros
M40	F40	40 a 44 anos	Troféus aos 3 primeiros
M45	F45	45 a 49 anos	Troféus aos 3 primeiros
M50	F50	50 a 54 anos	Troféus aos 3 primeiros
M55	F55	55 a 59 anos	Troféus aos 3 primeiros
M60	F60	60 a 64 anos	Troféus aos 3 primeiros
M65	F65	65 a 69 anos	Troféus aos 3 primeiros
M70	F70	A partir dos 70 anos	Troféus aos 3 primeiros

* Apenas para a distância K19. Seguindo o regulamento geral de competições, o escalão de júnior apenas é permitido em provas até 25km.

Os escalões etários são atribuídos de acordo com o Regulamento da Associação de Trail Running de Portugal (ATRP), considerando a idade que o atleta completará até 30 de setembro de 2026.

4.3. Escalões no K10

Classificação por escalões conforme a seguinte tabela

Escalões		Idade até 30 de Setembro 2026	Prémios
M Iniciado	F Iniciado	14 a 15 anos	Troféus aos 3 primeiros
M Juvenil	F Juvenil	16 a 17 anos	Troféus aos 3 primeiros
M Junior	F Junior	18 a 19 anos	Troféus aos 3 primeiros
M Sen/Vet	F Sen/Vet	A partir dos 20 anos	Troféus aos 3 primeiros



4.4. Equipas

- Troféus às primeiras três equipas, masculinas e femininas, dos K19 e dos K31.
- A classificação coletiva determina-se com base na classificação geral com distinção de género, somando os lugares dos 3 primeiros classificados de cada equipa. As equipas vencedoras serão as que obtiverem a pontuação menor, através do cálculo anterior. situações de empate serão resolvidas pela melhor classificação do último elemento dos 3 em causa;
- Será premiada a melhor equipa através da **Classificação Combinada Coletiva** que se determina em função do somatório das classificações dos três melhores masculinos com as três melhores femininas, em ambos os géneros. Será apenas considerado o primeiro lugar em ambas as distâncias. Oferta de 6 inscrições (3 masculinas e 3 femininas) na edição seguinte, na respetiva distância;
- A equipa mais numerosa, no conjunto da caminhada e provas de Trail em ambos os sexos, será premiada com um leitão.

5. Informações

5.1. Localização Secretariado / Partidas / Chegadas

39.762905, -8.638648

<https://maps.app.goo.gl/KMrvk4tgkSaeBDZG6>

Espite – Ourém

5.2. Contatos

Email: amazing.espite.trail@gmail.com

Facebook: <https://www.facebook.com/theamazingespitetrail>

5.3. Casos Omissos

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



Termo de Responsabilidade Parental

Eu, _____, portador do bilhete
de identidade/cartão de cidadão/passaporte n.º _____, natural de
_____ e residente em
_____ (morada completa),
_____ (país), autorizo o/a meu/minha filho/a
_____, portador do bilhete de
identidade/cartão de cidadão/passaporte n.º _____, natural de
_____ e residente em
_____ (morada completa),
_____ (país), a participar na prova de Trail a realizar no âmbito do The Amazing
Espite Trail, em Espite, Ourém, a _____ (data).

Ao assinar esta autorização, aceito que a Organização do evento está isenta de toda a responsabilidade em qualquer acidente que o/a meu/minha filho/a possa sofrer no decorrer da competição, sabendo que ele/a estará abrangido/a por um seguro de acidentes pessoais.

Autorizo ainda o livre uso dos seus dados pessoais e de imagens obtidas durante a sua participação no evento, pela Organização ou por empresas patrocinadoras, sempre para fins promocionais do evento, em qualquer suporte ou meio de comunicação, incluindo sites e redes sociais.

_____, ____ de _____ de ____