

4º Trail Run Pinhel Cidade Falcão

Normas de Participação

ORGANIZAÇÃO

O 4º Trail Run Pinhel Cidade Falcão é promovido e organizado pelo Município de Pinhel e realiza-se a 19 de Outubro de 2025.

PERFIL TÉCNICO DO PERCURSO

O 4º Trail Run Pinhel Cidade Falcão é composta por 3 percursos, com 3 níveis distintos:

1. Trail Longo (TL) – (+/-) 30 km
2. Trail Curto (TC) – (+/-) 20 km
3. Mini Trail (MT) e Caminhada – (+/-) 10 Km

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

LOGÍSTICA DO PERCURSO

Descrição

- O evento tem um carácter lúdico/desportivo.
- O evento terá início às 8:30h no centro de Pinhel percorrerá trajetos por estradas locais, trilhos e caminhos rurais do mesmo, sendo o percurso de 10km aproximadamente de dificuldade média/baixa, o de 20 km aproximadamente de dificuldade média e o de 30 km aproximadamente de dificuldade média/alta.
- Havendo necessidade de, em alguns sítios, atravessar estradas, os participantes devem sempre cumprir as normas de trânsito. O percurso percorrerá alguns dos pontos de maior relevo patrimonial, cultural e social. Este mesmo percurso será orientado por sinalética e fitas.

Participantes

- A prova é aberta a todos os atletas, não sendo necessário qualquer tipo de licença desportiva.
- A participação de menores de 18 anos está condicionada à apresentação de autorização escrita (termo de responsabilidade) pelos seus encarregados de educação e têm que ser acompanhados durante o evento pelo seu responsável.

É obrigatório o atleta verificar na lista de inscritos se a sua inscrição está regularizada corretamente.

- Os participantes devem respeitar todos os horários impostos pela organização do evento.
- A inscrição de qualquer participante pressupõe a aceitação de forma incondicional do presente regulamento.

Condições físicas:

Para participar é indispensável:

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado fisicamente e mentalmente.
- Ter adquirido, antes do evento, capacidades reais de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas.
- Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas tais como calor, vento, nevoeiro e chuva.
- Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc. –

Os atletas podem receber ajuda externa desde que não haja interferência com outro atleta.

Inscrições

O 4º Trail Run Pinhel Cidade Falcão está limitado a 300 participantes.

O prazo de inscrição termina às 23h59m do dia 15.10.2024, ou quando se atingir o limite de inscrições validadas.

O valor da inscrição no Trail Longo, Trail Curto e Mini Trail, é por participante.

As inscrições no Trail Longo, Trail Curto e Mini Trail/ Caminhada válidas permitem aos participantes usufruir de:

- dorsal e chip,
- Medalha Finisher,
- Reforços e REFORÇO FINAL.
- acesso a local para banhos quentes
- seguro individual
- abastecimentos líquidos e sólidos
- Troféus por escalão (3 primeiros)

Preços

Os preços praticados para a inscrição são os seguintes:

Caminhada – (+/-)10 Km – 8 € até 15 /10/2025

Mini Trail (MT) - (+/-)10 Km – 10 € até 15 /10/2025

Trail Curto (TC) – (+/-) 20 km - 12 € até 15 /10/2025

Trail Longo (TL) – (+/-) 30 km - 14 € até 15 /10/2025

Inscrições depois do prazo – se ainda for possível efetuar inscrições após a data definida (15/10/2025) terá um custo adicional de 2€

- O pagamento deve ser efetuado através da ref. Mb emitida pela empresa responsável pelas inscrições.
- Após efetuado o pagamento será atribuído o número de dorsal
- Não haverá lugar para a devolução do dinheiro, por qualquer motivo de desistência do participante.

Método de Inscrições

- Os participantes poderão inscrever-se através da página de Internet <http://meutempo.pt> preenchendo corretamente a ficha de inscrição. Só depois de efetuar o pagamento é que a inscrição se torna válida.
- Os documentos comprovativos de inscrição poderão ser solicitados no secretariado da prova, aquando fizer o levantamento do dorsal.

Identificação

- Depois de confirmada a inscrição na prova é atribuído aos participantes um número de identificação individual (dorsal) que terá de ser preservado até ao final do evento, com o intuito de validar a sua classificação.
- Os concorrentes são obrigados a colocar e mostrar o dorsal a todos os controladores que o exigirem sob pena de impedimento de acesso à atividade, levando à desclassificação ou exclusão da prova.

Colocação da identificação:

- A identificação por número de peitoral (também conhecido por dorsal embora seja usado à frente) do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado á frente do atleta e de preferência à altura do peito.
- Não é permitida qualquer alteração da identificação sob pena de desclassificação.
- O participante é responsável pela integridade do respetivo “dorsal”.

- O atleta é 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 no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.

MATERIAL RECOMENDADO E OBRIGATÓRIO

Obrigatório:

Dorsal;

Telemóvel operacional;

Recomendado:

Calçado e vestuário de alta visibilidade adequados para a prática de Trail Running/caminhada;

Boné;

Protetor solar;

Mochila/colete;

Apito;

Água (recipiente para água) e alimentos energéticos;

Bastões;

Impermeável/Corta-Vento;

Controlo de passagens

- Existirão postos de controlo ao longo da prova, onde os diversos elementos da organização (controladores) farão o controlo de passagem.

- A não passagem num dos postos de controlo obriga a organização a não contabilizar os tempos do evento, e a respetiva desclassificação.

Classificação

- A posição de cada participante será determinada pela ordem sequencial de chegada, sendo posteriormente publicada a respetiva lista.

- Apenas constarão na classificação os participantes que concluíam a prova com todos os controlos validados.

Escalões

Trail Longo /Trail Curto

Trail Longo /Trail Curto – participantes com idades iguais ou superiores a 18 anos, obtida a 19 de Outubro do presente ano.

Mini Trail e Caminhada – participantes sem limitação de idade, desde que os menores se façam acompanhar por um adulto.

Classificação por escalões.

As idades indicadas dizem respeito ao dia 19 Outubro 2025.

(Idade e escalões p/ PRÉMIOS)

Na prova Trail Longo 30 km,

existirão os seguintes escalões/categorias

Masculinos / Femininos:

- Troféu para os 3 primeiros (masculinos e femininos) dos seguintes escalões
- 1º lugar geral (masculino e feminino): troféu
- 2º lugar geral (masculino e feminino): troféu
- 3º lugar geral (masculino e feminino): troféu

(Total de 6 prémios)

ESCALÕES

- M Sub23 – F Sub23 (18 a 22 anos) – Troféu 3 primeiros
- M Seniores - F Seniores (23 a 39 anos) – Troféu 3 primeiros
- M40 – F40 (40 a 49 anos) – Troféu 3 primeiros
- M50 – F 50 (50 a 59 anos) – Troféu 3 primeiros
- M60 – F60 (mais de 60 anos inclusive) – Troféu 3 primeiros

(Total de 30 Prémios)

Na prova Trail Curto 20 km,

existirão os seguintes escalões/categorias.

Masculinos / Femininos:

- Troféu para os 3 primeiros (masculinos e femininos) dos seguintes escalões
- 1º lugar geral (masculino e feminino): Troféu
- 2º lugar geral (masculino e feminino): Troféu
- 3º lugar geral (masculino e feminino): Troféu

(Total de 6 prémios)

ESCALÕES

- M Sub23 – F Sub23 (18 a 22 anos) – Troféu 3 primeiros
- M Seniores - F Seniores (23 a 39 anos) – Troféu 3 primeiros
- M40 – F40 (40 a 49 anos) – Troféu 3 primeiros
- M50 – F 50 (50 a 59 anos) – Troféu 3 primeiros
- M60 – F60 (mais de 60 anos inclusive) – Troféu 3 primeiros

(Total de 30 Prémios)

Na prova Mini Trail

existirão os seguintes escalões/categorias

Masculinos / Femininos:

- Troféu para os 3 primeiros (masculinos e femininos) dos seguintes escalões
- 1º lugar geral (masculino e feminino): troféu
- 2º lugar geral (masculino e feminino): troféu
- 3º lugar geral (masculino e feminino): troféu

(Total de 6 prémios)

Na Caminhada não haverá classificação:

Publicidade e imagem

- Os participantes podem afixar no seu vestuário pessoal, qualquer inscrição publicitária de marcas, produtos e empresas.
- O evento poderá ser gravado em vídeo e/ou fotografado pela organização do evento e jornalistas para posterior aproveitamento publicitário.
- Os participantes que tiverem alguma restrição quanto ao uso da sua imagem deverão notificar a organização. Caso contrário, estarão automaticamente a autorizar o uso em qualquer tempo, independente de compensação financeira.

ESTACIONAMENTO E BANHOS

Estádio Municipal Carreira de Tiro

ZONA DE CONCENTRAÇÃO DOS ATLETAS/PARTICIPANTES

Praça Sacadura Cabral (Frente ao Pelourinho / Câmara Municipal)

PERCURSO

- O 4º Trail Run Pinhel Cidade Falcão será constituído por percursos, sinalizados por fitas e placas direcionais, por trilhos e caminhos rurais abertos a outros veículos onde deverá ser respeitada a sinalização de trânsito. Durante o percurso existirão diversos postos de controlo, não sendo a sua localização conhecida pelos participantes.

ENTREGA DE DORSAIS

Os dorsais serão entregues de acordo com os seguintes horários:

- Dia 18 de Outubro das 16:00 até às 18h00 no Posto de Turismo - Praça Sacadura Cabral (Frente ao Pelourinho / Câmara Municipal).
- Dia 19 de Outubro das 7h00 até às 8h20 – Praça Sacadura Cabral (Frente ao Pelourinho / Câmara Municipal).

Deve fazer-se acompanhar do Bilhete de Identidade /CC para que possa recolher o seu dorsal.

Caso pretenda levantar dorsais de outros participantes deve levar cópia do Bilhete de Identidade/CC.

Caso pretenda levantar dorsal de participante menor deve certificar-se de que o termo de responsabilidade foi previamente enviado para a organização da prova.

HORÁRIO DO EVENTO

Sábado – 18 de Outubro de 2025

16:00- Abertura de Secretariado

18:00- Encerramento do Secretariado

Domingo – 19 de Outubro de 2025

07:00- Abertura do Secretariado

08:15- Briefing do Trail Longo (30Km) no local de partida – Praça Sacadura Cabral

08:30- Encerramento do Secretariado

08:30- Partida Trail Longo (30Km)

08:40- Briefing Trail Curto (20Km) e Mini Trail / Caminhada (11 km) no local de partida – Praça Sacadura Cabral

08:45- Partida Trail Curto (20Km) e Mini Trail / Caminhada (11 km)

10:30- Previsão de chegada do primeiro atleta Mini Trail a Pinhel

10:50- Previsão de chegada do primeiro atleta Trail Curto a Pinhel

11:20- Previsão de chegada da Caminhada a Pinhel

11:30- Previsão de chegada do primeiro atleta Trail Longo Pinhel

12:30- Início Cerimónia de entrega de prémios / Reforço Final

14:30- Encerramento de Provas

SEGURO

Será feito um seguro de acidentes pessoal a cada participante nos eventos referidos.

SEGURANÇA

Segurança e Apoio

- As provas de Trail em geral, são uma modalidade desportiva que requer cuidados específicos de preparação física e psicológica. Por isso, a organização alerta os participantes que não é responsável pela respetiva saúde e integridade física.

- O 4º Trail Run Pinhel Cidade Falcão disputa-se em percurso devidamente sinalizado e aberto, pelo que os participantes devem estar conscientes que poderão cruzar-se com gado, outros animais, outros utilizadores do percurso, como é o caso de caminhantes, ciclistas, cavaleiros ou até viaturas motorizadas de 2 ou 4 rodas. Nestas circunstâncias, é sobre os participantes que recai a responsabilidade pelo respetivo comportamento e atitude. A organização recomenda a todos que se mantenham permanentemente atentos a toda a envolvente, que sigam as instruções da organização e que respeitem escrupulosamente as regras de trânsito nos locais onde o percurso atravessa e/ou circula nas estradas nacionais e municipais.

- A organização não assume qualquer responsabilidade no caso de infrações ao código da estrada por parte dos participantes.
- A organização apela a todos os participantes para que não deitem lixo para o chão ao longo do percurso. Deverão fazê-lo estritamente nos locais adequados.
- Existirão viaturas de apoio no percurso como forma de colmatar algum problema de ordem técnica que possa ocorrer com os participantes.
- Existirá uma ambulância disponível ao longo do percurso para alguma eventualidade.
- A Organização disponibiliza números de telemóvel, gravados nos dorsais dos participantes, os quais se destinam a ser utilizados, no dia da prova, apenas nos casos de manifesta necessidade de socorro.
- Por questões de segurança recomenda-se aos participantes e atletas a utilização de um telemóvel cujo número deve ser facultado à organização, no ato de inscrição. Este número destina-se a ser acionado em caso de necessidade de busca do participante.

Assistência

- Em caso de abandono, e de forma a colaborar com a localização rápida do atleta, é obrigatório que cada participante dê o mais rápido possível a informação da sua identidade, localização no percurso e a Intenção do que vai fazer, a qualquer elemento da organização que encontrar no percurso (Viaturas, Controlos Passagem). Só desta forma a organização poderá ficar informada e poderá prestar com eficiência a informação aos familiares e acompanhantes que se encontrarem no secretariado.
- Deverá retirar o dorsal de número e não circular em sentido oposto ao da competição e esperar por um veículo da organização que fecha o percurso, que "recolherá" os atletas e os levará até ao local de chegada. A organização não será responsabilizada por qualquer acidente ocorrido na via pública, durante a deslocação para o local de chegada, por outro caminho que não o da organização.

Jurisdição

- Todos os participantes ao validarem a inscrição no 4º Trail Run Pinhel Cidade Falcão devidamente preenchida, aderem, sem restrições, ao presente regulamento.
- À organização não poderá ser imputada qualquer responsabilidade no que respeita a acidentes e suas consequências, quer tenham sido causados pelos concorrentes, quer hajam sido estas as vítimas, quer provenham ou não do veículo participante. Do mesmo modo não lhe será imputada qualquer responsabilidade, quanto às consequências de infração às leis, regulamentos e códigos em vigor, a qual deverá ser suportada pelos infratores.
- Todas as dúvidas sobre a interpretação do regulamento e demais casos relacionados com a prova, serão analisadas e decididas pela Comissão Organizadora.
- A organização reserva-se no direito de aplicar sanções, que poderão ir até à desclassificação ou exclusão da prova, a qualquer concorrente que não respeite à letra e o espírito do presente regulamento, ou que, por qualquer forma, prejudique o bom nome, imagem e prestígio da prova ou de qualquer dos seus promotores. Nenhuma responsabilidade poderá ser imputada aos organizadores por eventuais prejuízos que de uma decisão deste tipo possam advir.

- Os casos omissos a este regulamento serão decididos pela organização, a qual será soberana nas suas decisões.

DIREITOS DE IMAGEM

- O participante do evento concede permissão à entidade organizadora de utilizar a sua imagem, gravada em suporte de vídeo, televisão, fotografia, ou qualquer outro meio, para fins promocionais e publicitários do próprio evento e da entidade organizadora.

BALNEÁRIOS

Balneários principais – Estádio Municipal Carreira de Tiro

DEVERES SOCIAIS E AMBIENTAIS

Auxiliar qualquer praticante em caso de acidente, desde que as circunstâncias o exijam.

Respeitar as áreas marcadas.

Não provocar danos em áreas privadas ou cultivadas

A organização apela a todos os participantes para que não abandonem as embalagens vazias ao longo do percurso.

Deverão fazê-lo estritamente nos contentores e sacos disponibilizados pela organização da prova.

Serão dispostos contentores e sacos para o lixo nas ZA, na Chegada e no local.

CANCELAMENTO DO EVENTO

O cancelamento do evento pode ocorrer devido a fatores externos à organização: catástrofes naturais, greves, manifestações, impossibilidade de usar as vias de circulação de trânsito, impossibilidade de usar telecomunicações, restrições do governo, nova legislação.

Nestes casos a organização reserva-se no direito de nos 30 dias seguintes à data prevista para a realização do evento emitir um parecer acerca das ações a serem tomadas resultantes da gravidade do cancelamento.

A organização reserva-se ao direito modificar o presente regulamento, sem aviso prévio, desde que a alteração respeite os princípios pelos quais se rege o evento.

Do mesmo modo, que organização tem o direito de tomar decisões acerca de parâmetros não mencionados/omitidos deste regulamento. Este regulamento ainda pode ser alterado, cuja objetividade centra-se na atualização da informação.