

# REGULAMENTO



**III Trail B.V. Folgosinho / A Matos Car**

## MUITO IMPORTANTE

Ao inscrever-se está a concordar na íntegra com o presente regulamento.

## ORGANIZAÇÃO

O evento III Trail B.V. Folgosinho / A Matos Car vai ocorrer dia 16 de novembro 2025 em Folgosinho – Município de Gouveia, na Serra da Estrela.

## PROVAS

### DEFINIÇÃO DO EVENTO

- Trail Longo: prova de corrida em montanha de 21 km com 1050 metros de desnível positivo;
- Trail Curto: prova de corrida em montanha de 14 km com 700 Metros de desnível positivo;
- Caminhada: percurso com 8km.

### ÉTICA E VALORES

O Trail B.V. Folgosinho / A Matos Car baseia-se em ética e valores fundamentais partilhados por todos os corredores, parceiros, voluntários e organizadores. É um evento organizado pela Juvebombeiro de Folgosinho e A Matos Car, apoiada pelos B.V. de Folgosinho.

Tem como objetivo promover a região e desenvolver atividades desportivas relacionadas com a natureza.

**Eco responsabilidade** de nunca deitar lixo ao chão, mas sim nos caixotes disponíveis, respeitar a fauna e flora, seguir estritamente a rota marcada sem nunca cortar caminhos. A organização vai usar, se possível, material reutilizável e reciclável. A marcação da prova, feita a pé, vai ser removida no mesmo dia do final da prova. A limpeza da rota vai ser realizada após a passagem do último atleta. A comunicação por papel vai ser reduzida ao estritamente necessário, privilegiando o método digital.

**Responsabilidade social** está no coração da Serra da Estrela. Conscientes do privilégio daqueles que podem livremente correr os trilhos da serra, é indispensável partilhar este gosto com aqueles que estão privados do mesmo.

**Solidariedade**, respeito pelos corredores, os voluntários, parceiros e público, são elementos essenciais do evento Trail B.V. Folgosinho / A Matos Car.

**Ética**, todos os atletas têm a obrigação de prestar ajuda a outros participantes que dela necessitem, de acordo com a sua condição. Não realizar esta ajuda implica um ato grave.

**É importante** saber que em várias zonas da montanha não existe acesso de carro, a ajuda pode demorar a chegar. Tendo isto em conta siga os seguintes passos:

- Caso possível tente encontrar um local com rede de forma a poder estar em contacto com alguém da organização;
- Seja descritivo sobre a sua situação (local, como se sente, o que tem à disposição);
- Não abandone o trilho;
- Quando se preparar para a prova tenha sempre previsto um cenário em que terá de caminhar algumas horas em diversas situações atmosféricas.
- Informe sempre que haja alteração de algum elemento desde o seu último contacto com a equipa de socorro.

No caso de o atleta não conseguir chegar ao próximo controlo pelos seus próprios meios siga as seguintes instruções:

- Marque o contacto de emergência localizado no dorsal;
- Caso não tenha rede marque 112 e indique que participa no evento Trail B.V. Folgosinho / A Matos Car;
- Indique localização aproximada;
- Situação médica / problema;
- Nome, dorsal.

Os participantes e demais intervenientes, deverão cumprir escrupulosamente as normas em vigor relativas à circulação rodoviária, nomeadamente o Código da Estrada e sua Legislação Regulamentar, dentro dos limites e exceções que lhe vierem a ser concedidas pelo processo de licenciamento.

## PROGRAMA

**Sábado, 15/11/2025**

17h00 - 2h00 - Abertura do secretariado

**Domingo, 16/11/2025**

07h30 - 9h00 - Abertura do secretariado  
08h30 - Controlo de entrada para atletas Trail Longo e Trail Curto  
09h00 - Partida Trail Longo (limite 6h) e Trail Curto (limite 4h30m)  
09h05 - Partida da Caminhada

## **REQUERIMENTOS**

É da responsabilidade de cada atleta efetuar devidamente a inscrição e confirmar atempadamente que todos os passos estão concluídos.

A organização reserva-se no direito de excluir qualquer participante que demonstre conduta imprópria em qualquer altura durante o evento.

## **CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO**

As provas competitivas do Trail B.V. Folgosinho / A Matos Car são eventos exigentes, que ocorrem em semi-autonomia em plena montanha. É necessário estar em boa forma física e ter experiência neste tipo de eventos. Os participantes têm de estar preparados para gerir as condições da corrida por vezes difíceis.

## **INSCRIÇÃO REGULARIZADA**

A inscrição só se encontra regularizada após a entrega de todos os documentos necessários e o envio do email por parte da empresa responsável pela cronometragem a indicar que está tudo regularizado. O atleta deverá ter a sua inscrição previamente regularizada nos prazos estabelecidos.

### **Idade Mínima**

- Trail Longo: Ter até à data da prova 18 anos efetuados;
- Trail Curto: Ter até à data da prova 18 anos efetuados;
- Caminhada: É aberta a todos. Crianças com menos de 12 anos têm de ser sempre acompanhadas por um adulto.

## Declaração do Atleta

Para validar a inscrição é indispensável aceitar o regulamento e libertar de qualquer responsabilidade os organizadores do mesmo, em caso de acidente ou lesão decorridas durante a prova ou mais tarde.

## Seguro

A organização irá contratualizar os seguros obrigatórios por lei para a realização deste tipo de provas.

## Direitos de Imagem

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza aos organizadores da prova a gravação total ou parcial da sua participação na mesma, pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a imagem do atleta para a promoção e difusão da prova 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 atleta, a receber qualquer compensação económica.

Os meios de comunicação oficial de informação do III Trail B.V. Folgosinho / A Matos Car

- Email: [eventos.bvfolgosinho@gmail.com](mailto:eventos.bvfolgosinho@gmail.com)
- Facebook: <https://www.facebook.com/profile.php?id=100079628153642>
- Telemóvel: 965 617 346 / 962 523 711

## Inscrições

- Poderá inscrever-se através do formulário específico que estará disponível no site: [www.meutempo.pt](http://www.meutempo.pt)
- Serão aceites inscrições presenciais no Quartel dos B.V. Folgosinho;
- As emissões de faturas são efetuadas pela entidade responsável das inscrições no ato da validação da inscrição, não serão emitidas faturas posteriormente;
- O pagamento consiste apenas numa pré-inscrição. A inscrição só é considerada válida quando todos os documentos requeridos para a prova estiverem entregues;
- As inscrições têm de estar validadas até às 23:59 do dia 12 de novembro 2025 ou irão ser consideradas inválidas e sem direito a reembolso;

- O estado da inscrição poderá ser consultado no site próprio para o efeito;
- As provas têm limite de inscrições. Só serão consideradas válidas as inscrições pagas e validadas;
- Caso não se verifique a sua validação e data ou o limite de vagas seja preenchido para essa prova, essa mesma inscrição será considerada inválida;
- A organização tem o direito de aumentar ou reduzir o número de inscritos por motivos de segurança ou outros que possam alterar o decorrer da prova.

## Proteção de Dados

Todo o participante, ao formalizar a sua inscrição, autoriza a publicação dos seus dados pessoais necessários ao desenrolar da prova, seja nas listas oficiais, 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, enviando um e-mail para: [eventos.bvfolgosinho@gmail.com](mailto:eventos.bvfolgosinho@gmail.com)

## Kit Incluído

Material incluído com a inscrição:

- Dorsal;
- Prémio finisher;
- Abastecimentos;
- Cronometragem;
- Registo Fotográfico;
- Brindes alusivos à prova;
- Seguro;
- Transporte para a meta em caso de desistência;
- Reforço após a prova.

## Valores

Prova	Valor
Trail Longo	18 €
Trail Curto	15 €
Caminhada	10 €

## Desistência ou alteração da inscrição

Na eventualidade de desistência, por motivo de lesão ou doença, com apresentação do respetivo atestado/comprovativo médico, até dia 12 de novembro 2025, será devolvido uma % do valor da inscrição. Após esta data não haverá direito a qualquer reembolso em caso de desistência.

O cancelamento deve ser solicitado por e-mail: [eventos.bvfolgosinho@gmail.com](mailto:eventos.bvfolgosinho@gmail.com)

A este pedido terá de ser anexado o atestado médico. O pedido para reembolso deverá ser entregue acompanhado pelo certificado médico devidamente autenticado. Os pedidos serão tratados nos dois meses seguintes ao evento. Não se efetua transição de inscrições para anos seguintes.

Serão aceites alterações de inscrição entre provas até dia 12 de novembro 2025.

## Condições da Corrida

### Percorso

O evento III Trail B.V. Folgosinho / A Matos Car toma lugar na Serra da Estrela utilizando muitos percursos que já fazem parte das pequenas rotas já existentes na montanha. Os atletas irão percorrer o zonas do Parque Natural da Serra da Estrela nos parâmetros exigidos pelas entidades que gerem este parque.

### Locais com tráfego rodoviário

Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito na aldeia de Folgosinho e estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento. O atleta é responsável pelo cumprimento das regras do código de estrada.

## **Abastecimentos**

Irão estar disponíveis abastecimentos de sólidos e líquidos durante o percurso.

## **Ajuda Externa**

Só é permitido ajuda externa em postos de abastecimento indicados para o efeito. Qualquer ajuda externa fora destes locais está sujeita a uma penalização por tempo ou desqualificação da prova.

## **Dorsais**

É necessária a apresentação de documentos oficiais com fotografia para levantamento do dorsal. Nunca deverá ser trocado ou cedido a terceiros. Deve estar visível durante toda a prova e na parte da frente do atleta. A inscrição é pessoal e intransmissível, e será aceite pela ordem de chegada.

A verificação do material obrigatório para todas as provas será aleatória. Qualquer atleta que corra com um dorsal não correspondente à sua identidade será imediatamente desclassificado e impossibilitado de participar em futuras edições.

## **Controlos**

A quantidade e localização dos postos de controlo irão ser anunciadas pela organização. Irão existir controlos surpresa ao longo do percurso.

## **Tempos**

É obrigatório o atleta registrar-se nos postos de controlo previstos para esse efeito, saída e chegada incluídos.

## Material Obrigatório e recomendado

Material	Trail Longo	Trail Curto	Caminhada
Dorsal Visível	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório
Apito	Obrigatório	Obrigatório	
Telemóvel funcional	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório
Manta térmica	Obrigatório	Obrigatório	
Reservatório de água – 1 litro	Obrigatório	Obrigatório	Recomendado
Impermeável	Obrigatório	Recomendado	
Reserva de Comida	Obrigatório	Obrigatório	Recomendado
Proteção para a cabeça (boné ou buff)	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório
Copo	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório
Bastões	Recomendado	---	---

## NOTA

Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de todo o material obrigatório e aquele com que iniciaram, durante toda a prova. Dependendo das condições climatéricas, a organização pode anunciar durante o briefing qual o material obrigatório que poderá tornar-se opcional.

## Modificações, Barreiras e Cancelamento

Durante a semana anterior ao evento a organização irá informar sobre as potenciais alterações que poderão ocorrer baseando-se nas previsões meteorológicas. A informação será depois disponibilizada aos atletas pelos canais de comunicação oficiais.

## Assistência

A assistência pessoal é tolerada exclusivamente em posto previamente anunciado para esse efeito. À exceção destes postos é expressamente proibido ser acompanhado por uma pessoa não registada na prova.

## **Abandono voluntário**

Salvo em caso de lesões, o abandono só é permitido em postos de abastecimentos ou de controlo próprios para o efeito. Se este ponto não for acessível por veículo o atleta terá que se dirigir ao ponto mais próximo sozinho ou por meios próprios. É proibido abandonar a prova sem avisar a organização e ter a devida autorização. O responsável do abastecimento irá informar o atleta onde se dirigir para conseguir o transporte para a meta. A desistência em postos de controlo sem transporte implica que o atleta poderá ter que esperar até a chegada do mesmo, ou ao fecho do posto.

## **Abandono obrigatório**

A equipa da organização pode reter por breves momentos um atleta ou até retira-lo da prova se considerar que o atleta apresenta um estado que ponha em causa a integridade física e segurança do próprio atleta.

## **Meteorologia**

Em caso de meteorologia adversa ou de catástrofe natural, a organização reserva- se no direito de neutralizar o evento, modificar o percurso, tempos barreira, partida e até cancelar o mesmo. No caso de paragem temporária ou cancelamento da prova a organização encarregar-se-á de efetuar a evacuação de todos os participantes ainda no percurso.

## **Barreiras Horárias**

Estarão disponíveis as barreiras horárias neste regulamento. Estas podem ser modificadas a qualquer altura pela organização. Os atletas que queiram continuar a prova após a barreira horária ter sido atingida, são eliminados da prova, têm que entregar o dorsal e/ou respetivo chip, e prosseguem sobre a sua total responsabilidade.

## **Cancelamento**

A organização pode cancelar o evento, sempre que entenda que a segurança dos participantes possa estar em causa. Em caso de cancelamento não existe devolução do valor da inscrição.

A organização vê-se no direito de adiar/cancelar o evento ao abrigo da Lei n.º 82/2021, de 13 de outubro que prevê a proibição de atividades caso o perigo de incêndio se encontre em "muito elevado" ou "máximo".

### **Penalizações e desclassificações**

A implementação das regras e penalizações que regem o evento para que este corra dentro da normalidade estará a cargo das seguintes entidades: batedores, staff, organizadores e responsáveis dos postos controlo.

O participante assume, por livre e espontânea vontade os riscos e suas consequências decorrentes da participação na prova, 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.

### **Reclamações**

Os atletas podem apresentar as suas reclamações à organização do evento, em texto, num prazo máximo de 2 horas após a entrega dos prémios da respetiva prova.

### **Classificações e Prémios**

#### **Classificação Geral**

- Trail Longo: troféu para os três primeiros homens e mulheres;
- Trail Curto: troféu para os três primeiros homens e mulheres;

#### **Prémios por Escalões (Masculino e Feminino) | Trail Curto e Trail Longo**

- Seniores (M-SEN e F-SEN) - 18 a 39 anos
- Veteranos (M-40 e F-40) - 40 a 49 anos
- Veteranos (M-50 e F-50) - 50 a 59 anos
- Veteranos (M-60 e F-60) - mais de 60 anos

## **Nota**

Para efeitos de classificação será considerado o dia da prova, ou seja, considera-se a idade que o atleta terá a 16 de novembro de 2025.

## **Finishers**

Todos os atletas que completarem a prova terão uma recordação da sua participação na mesma. Podem ser adquiridos através do número do dorsal após terminarem a prova e até ao último dia do evento. Nunca os prémios irão ser enviados por correspondência.

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