



REGULAMENTO PROVA 2026 – 3º Trail Carvacity

1 – Apresentação

A Associação Cultural, Recreativa, Desportiva e Social Carvalhense, irá promover a segunda edição do Trail CarvaCity.

Será realizada no dia 11 de outubro de 2026 independentemente das condições climáticas e que o organizador entenda que não há riscos acrescidos pelas mesmas para este tipo de evento.

O 3º Trail CarvaCity é composto por três percursos e os seus traçados estão desenhados no perímetro das freguesias de Alhadas, Maiorca. O Secretariado e a Partida/Chegada estão sediados na localidade do Carvalhal-Figueira da Foz, junto ao pavilhão gimnodesportivo da A.C.R.D.S.C. - Associação Cultural, Recreativa, Desportiva e Social Carvalhense.

2 – Programa / Horário

Sábado, 01 de agosto de 2026

Abertura das inscrições na plataforma <https://sportchip.net/eventos>

Sábado, 10 de outubro de 2026

17h00 às 20h00 – Secretariado Gimnodesportivo da A.C.R.D.S.C.

Domingo, 11 de outubro de 2026

07h00 às 08h30 – Secretariado Gimnodesportivo da A.C.R.D.S.C.

09h00 - Partida do Trail Curto 23 Km

09h20 - Partida do Mini Trail 13 Km e da Caminhada 10 Km

12h30 - Almoço

13h30 - Cerimónia de entrega de prémios

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

3 – Condições de participação

3.1. – Idade mínima de participação: 18 anos.

3.1.1 Os participantes com menos de 18 anos terão que entregar à organização, até ao início da prova, o termo de responsabilidade devidamente preenchido e assinado pelo tutor legal.

3.2. – 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://sportchip.net/eventos> e proceder ao respetivo pagamento.

3.3. – 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.

3.4. – O peitoral deve estar permanentemente visível durante toda a prova/passeio.

4 – A Prova/Passeio:

A Prova/Passeio é aberta a todos os participantes, masculinos e femininos, com idade superior a 18 anos. É uma manifestação desportiva que decorre em caminhos rurais da freguesia das Alhadas, Vila Verde e Maiorca, estando o percurso aberto a outros veículos, (Organização, emergência e outros) pelo que todos os participantes devem respeitar as regras de trânsito e os habitantes locais.

4.1. – Mapa / Perfil Altimétrico / Descrição do Percorso A ser anunciado posteriormente pela organização



4.2. – Postos de Controlo

Os postos de controle são zonas obrigatórias de passagem e estão localizados em locais mencionados pela organização. Em cada um destes controlos estará um membro da organização identificado.

O abandono do participante deve ser feito única e exclusivamente nos postos de controle. Na eventualidade de um acidente ou lesão em que o participante esteja imobilizado e não consegue alcançar um posto de controlo, deve-se 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.

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

4.3. – Abastecimentos

- Os abastecimentos serão alimentos sólidos e líquidos em locais definidos 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.

4.4. – Marcações

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

4.5. – Penalizações

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

- a) Não prestar assistência a um participante que esteja a necessitar de ajuda: Exclusão e não aceite no próximo evento da organização
- b) Abandonar a prova sem avisar a organização: Não aceite no próximo evento da organização;
- c) Partilhar o peitoral com outra pessoa, durante parte ou na totalidade do percurso: Exclusão;
- d) Utilizar caminhos que não os sinalizados para a prova, atalhando intencionalmente o percurso: Exclusão;
- e) Utilizar transporte não autorizado (boleia): Não aceite no próximo evento da organização;

4.6. – Tempo limite

O tempo limite para a prova de 23 Km será de 4 horas e para os 13 Km de 3 horas, sendo os percursos encerrados por atletas que desempenham as funções de “Vassoura”.

4.7. – 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.

4.8. – Seguro desportivo

Todos os participantes terão um seguro de acidentes pessoais (contratualizado pela organização)

4.9. – MATERIAL OBRIGATÓRIO/ VERIFICAÇÕES DE MATERIAL

Todos os participantes nas provas deverão ter em atenção que, pelas características da prova e dificuldades acrescidas pelas condições atmosféricas que se poderão verificar, é obrigatório que se façam acompanhar do seguinte material:



- Telemóvel operacional;
- Manta térmica;
- Apito;

Além do material obrigatório é aconselhado o uso de:

- **Mochila ou equipamento similar com reservatório de líquidos e reforço energético;**
- **Roupa de corrida confortável e um par de sapatilhas adequado para a corrida em trilhos.**

O uso do peitoral com chip é obrigatório desde a partida até terminar a prova. Caso as previsões meteorológicas o aconselhem poderá ser obrigatório o uso de material adicional, sendo os atletas informados com a antecedência mínima de 48 horas. Por cada um dos três itens obrigatórios em falta em qualquer fase da prova (até ultrapassar a linha da meta) será atribuída uma penalização de 10 minutos a somar ao tempo final de prova.

5.Inscrições

5.1. – Processo de inscrição

- Somente as inscrições feitas na plataforma de inscrições serão aceites: <https://sportchip.net/eventos>
- 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 com a referência Multibanco ou MB WAY para proceder ao pagamento.
- Não é necessário o envio do comprovativo de pagamento;
- Após confirmação do pagamento o número do peitoral do atleta vigorará na lista de inscritos;

5.2. – Valor de inscrição

Valor com almoço:

Trail Curto 23 Km – 17 euros; Mini Trail 13 Km – 14 euros; Caminhada – 12 euros.

Valor do almoço para acompanhantes:

7 euros

Valor sem almoço:

Trail Curto 23 Km – 15 euros; Mini Trail 13 Km – 12 euros; Caminhada – 10 euros.

5.3. – Condições de alteração de prova/passeio, cedência e devolução do valor de inscrição

No caso comprovado por atestado/declaração médica da impossibilidade de participação do atleta até 10 dias antes da realização da prova será devolvida a totalidade do valor da inscrição.

A alteração de inscrição de prova/passeio só é permitida até 10 dias antes da realização da prova.

5.4. – Incluído nas inscrições

Peitoral personalizado; Abastecimentos; Lembranças; Seguro de acidentes pessoais.

6.Prémios

- 3 primeiros da geral masculinos e femininos – troféus
- 3 primeiros de cada escalão masculinos e femininos - troféus
- maior equipa



7.Categorias

Sub 23 M/F 18-22 anos

Séniiores M/F 23-34 anos

M/F 35 35-39 anos

M/F 40 40-44 anos

M/F 45 45-49 anos

M/F 50 50-54 anos

M/F 55 55-59 anos

M/F 60 60-65 anos

M/F 65 65-69 anos

8.Informações

Associação Cultural Recreativa e Desportiva Social Carvalhense

Rua da Associação, nº10 – Carvalhal

3090-400 Alhadas Figueira da Foz

geral@acrdsc.org

9.Casos Omissos

Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos pelo júri de prova, cujas decisões não haverá recurso.

Qualquer esclarecimento adicional deverá ser solicitado por email para: carvacity24@gmail.com preferência ao email ou por 967606462 Paulo Costa

Associação Cultural, recreativa, desportiva E Social Carvalhense. Associação Cultural, recreativa, desportiva E Social Carvalhense está inscrita na conservatória do registo comercial sob a forma jurídica de ASS. Já tem 45 anos de experiência desempenhada no sector ao qual pertence. A empresa está inscrita na atividade CINI que envolve o desenvolvimento de Associações culturais e recreativas. A última atualização dos dados da Associação Cultural, recreativa, desportiva E Social Carvalhense data do dia 23 de janeiro de 2025. Pode encontrar a sede desta empresa no endereço R ASSOCIAÇÃO CARVALHAL, 3090-400. Este endereço localiza-se na cidade de ALHADAS FIGUEIRA FOZ, que pertence ao distrito de COIMBRA, em Portugal.