



TRILHOS DO RIBACÔA

REGULAMENTO

31 DE OUTUBRO DE 2026

Organizadora	Junta de Freguesia de Malhada Sorda
Local	Malhada Sorda e envolvente
Tipos de Trilhos	Caminhada • Trail Sprint • Trail Absoluto

Organização local • Junta de Freguesia de Malhada Sorda

1. ORGANIZAÇÃO E ENQUADRAMENTO

1. Organização

O I Trilhos do RibaCôa é uma iniciativa organizada pela Junta de Freguesia de Malhada Sorda, com o apoio das entidades parceiras identificadas na comunicação oficial do evento.

2. Data e atividades

O evento realiza-se no dia 31 de outubro de 2026 e integra as seguintes atividades:

- Caminhada — 5 km
- Trail Sprint — 9 km
- Trail Absoluto — 18 km

3. Natureza da participação

O Trail Sprint e o Trail Absoluto são atividades de natureza competitiva, com classificação. A Caminhada tem carácter não competitivo, salvo indicação em contrário pela organização.

2. PROGRAMA E HORÁRIOS

4. Programa

Horário	Atividade
08:30–09:30	Secretariado / levantamento de dorsais
08:40–09:40	Confirmação da inscrição e informações aos participantes
10:00	Início do Trail Sprint e Trail Absoluto
10:05	Início da Caminhada
12:30	Cerimónia de entrega de prémios
13:30	Almoço

Os horários poderão ser sujeitos a alterações por motivos de organização, segurança ou condições do percurso.

3. LOCAIS

5. Áreas do evento

Área	Local	Coordenadas / informação
Secretariado	Praça Sociedade Musical Malhadense	40°32'04.3"N 6°54'52.1"W
Partida	Praça Sociedade Musical Malhadense	40°32'04.3"N 6°54'52.1"W
Chegada	Praça Sociedade Musical Malhadense	40°32'04.3"N 6°54'52.1"W

Bengaleiro	Praça Sociedade Musical Malhadense	40°32'04.3"N 6°54'52.1"W
Balneários	Rua Trás do Reduto	40°32'04.9"N 6°54'45.9"W
Almoço	Bairro da Nossa Sra. D'Ajuda	40°32'08.7"N 6°55'02.5"W

Bengaleiro. Os participantes poderão guardar mochilas ou outro material individual no espaço disponibilizado pela organização. A recolha será efetuada mediante apresentação do dorsal.

Almoço. O almoço deverá ser previamente selecionado no formulário de inscrição. O almoço é gratuito para o atleta e tem o custo de 5,00 € por acompanhante.

4. INSCRIÇÕES

6. Valores de inscrição

Prova	Distância	Preço
Caminhada	5 km	10,00 €
Trail Sprint	9 km	10,00 €
Trail Absoluto	18 km	10,00 €

7. Prazo de inscrição

As inscrições dentro do prazo deverão ser efetuadas e pagas até às 23h59 do dia 26 de outubro de 2026.

8. Inscrições após o prazo

As inscrições efetuadas após o prazo poderão ser aceites pela organização, mediante disponibilidade e pagamento de um valor adicional.

Prova	Distância	Acréscimo proposto
Caminhada	5 km	5,00 €
Trail Sprint	9 km	5,00 €
Trail Absoluto	18 km	5,00 €

9. Formas de pagamento

- Através do site Acorrer;

10. Validação da inscrição

Para efeitos de participação, serão consideradas válidas as inscrições cujo pagamento tenha sido confirmado pela organização.

11. O que inclui a inscrição

- participação na atividade escolhida;
- dorsal e classificação, excetuando para a caminhada;
- abastecimentos previstos no percurso;

- seguro de acidentes pessoais;
- kit do participante;
- almoço, quando incluído na inscrição.

12. Contactos

Para esclarecimentos relacionados com inscrições, os participantes deverão contactar a Junta de Freguesia de Malhada Sorda.

E-mail: jfmalhadasorda@sapo.pt

Telefone: 271 566 248

5. ESCALÕES ETÁRIOS E GRUPOS DE IDADE

13. Grupos de idade

A Caminhada não tem idade mínima de participação. No Trail Sprint e no Trail Absoluto, a idade mínima de participação é de 18 anos. A classificação por grupos de idade será determinada de acordo com a idade do participante no ano de 2026.

Grupo	Designação
18–29	M/F Seniores
30–39	M/F30
40–49	M/F40
50–59	M/F50
60–69	M/F60
70 ou mais	M/F70 +

Os grupos de idade aplicam-se ao Trail Sprint e ao Trail Absoluto, separadamente para os géneros feminino e masculino.

6. DESCRIÇÃO DOS PERCURSOS

14. Percursos

Os percursos do I Trilhos do RibaCôa decorrem na envolvente da freguesia de Malhada Sorda, utilizando caminhos rurais e trilhos existentes, bem como os troços de pavimento necessários à ligação entre diferentes segmentos.

Trail Sprint. Percurso com aproximadamente 9 km, de acordo com o traçado definido pela organização.

Trail Absoluto. Percurso com aproximadamente 18 km, de acordo com o traçado definido pela organização.

Caminhada. Percurso com aproximadamente 5 km, de carácter não competitivo.

7. ABASTECIMENTOS

15. Pontos de abastecimento

Prova	Distância	Abastecimentos
Caminhada	5 km	-
Trail Sprint	9 km	-
Trail Absoluto	18 km	Praça Sociedade Musical Malhadense

16. Regras nos abastecimentos

Os participantes deverão respeitar as instruções da organização nas zonas de abastecimento. Os resíduos deverão ser depositados exclusivamente nos recipientes disponibilizados.

8. REGRAS DE PARTICIPAÇÃO

17. Regras gerais

- Nos Trail Sprint e Trail Absoluto, o dorsal deve estar colocado na parte frontal do participante e permanecer visível durante a atividade. A Caminhada não utiliza dorsal.
- Cada participante é responsável por conhecer e cumprir o percurso correspondente à sua inscrição.
- É obrigatório seguir as indicações da organização e dos elementos de segurança e apoio.
- Não é permitido utilizar atalhos ou abandonar o percurso sinalizado.
- Não é permitido receber assistência externa fora das zonas expressamente autorizadas pela organização.
- Os participantes devem respeitar os restantes participantes, moradores, património e meio ambiente.
- O abandono da prova deve ser comunicado à organização logo que possível.
- O abandono ou incumprimento das regras poderá determinar a retirada da classificação.

18. Seguro

A participação encontra-se coberta pelo seguro de acidentes pessoais incluído na inscrição, nos termos definidos pela organização para o evento.

9. CLASSIFICAÇÕES

19. Classificações

Prova	Classificações
Caminhada	Sem classificação competitiva.
Trail Sprint	Classificação absoluta por género; classificação por grupos de idade e género.
Trail Absoluto	Classificação absoluta por género; classificação por grupos de idade e género.

10. RECLAMAÇÕES

20. Apresentação e decisão

Qualquer participante poderá apresentar uma reclamação relativa à sua participação, classificação ou ao cumprimento do presente regulamento.

- As reclamações deverão ser apresentadas à organização, preferencialmente por escrito, até 30 minutos após a publicação dos resultados provisórios.
- A organização analisará as reclamações apresentadas com base nos dados e informações disponíveis.
- A decisão será comunicada ao interessado e, quando aplicável, refletida na classificação final.
- Não será cobrada qualquer taxa pela apresentação de uma reclamação.

11. RESPONSABILIDADE E SEGURANÇA

21. Condição física

Os participantes declaram, no momento da inscrição, possuir condições físicas adequadas à atividade em que participam e assumem a responsabilidade pela avaliação da sua própria condição física.

22. Indicações da organização

Os participantes comprometem-se a respeitar as instruções dadas pelos membros da organização e pelos elementos de segurança e apoio colocados ao longo dos percursos.

23. Controlo do percurso

A organização poderá estabelecer pontos de controlo de passagem. O incumprimento do percurso definido poderá determinar a retirada da classificação.

24. Alteração ou cancelamento

A organização poderá alterar horários, percursos, locais ou outros aspetos operacionais quando tal seja necessário por razões de segurança, condições meteorológicas, proteção do território ou outras circunstâncias imprevistas.

12. PRÉMIOS

25. Prémios

Serão atribuídos prémios aos três primeiros classificados do Trail Sprint e do Trail Absoluto, nos géneros feminino e masculino. Poderão ainda ser atribuídos prémios aos vencedores dos grupos de idade, de acordo com a disponibilidade definida pela organização.

Classificação	Trail Sprint	Trail Absoluto
1.º lugar	Bag grande + garrafa vinho Altano Rewilding	100,00 €
2.º lugar	Bag grande	75,00 €
3.º lugar	Garrafa vinho Altano Rewilding	50,00 €

13. AMBIENTE E COMPORTAMENTO

26. Respeito pelo território

O I Trilhos do RibaCôa decorre em território rural e em áreas de utilização pública. Todos os participantes deverão contribuir para a preservação do património natural e construído.

- É proibido abandonar lixo ou qualquer outro material ao longo do percurso.
- Os participantes deverão respeitar propriedades, caminhos, sinalização e espaços de uso público.
- A organização poderá retirar da classificação participantes que, de forma comprovada, causem danos ou desrespeitem as regras ambientais e de convivência.

14. INSCRIÇÃO, DADOS E IMAGEM

27. Dados fornecidos pelos participantes

Os dados fornecidos no formulário de inscrição serão utilizados pela organização para efeitos de gestão da participação, comunicação relacionada com o evento, elaboração de classificações e demais procedimentos necessários à realização do I Trilhos do RibaCôa.

28. Imagem

Durante o evento poderão ser captadas fotografias e imagens para efeitos de divulgação institucional e comunicação do I Trilhos do RibaCôa. A organização deverá assegurar que a utilização dessas imagens respeita as condições comunicadas aos participantes no processo de inscrição.

15. CASOS OMISSOS

29. Decisão da organização

Os casos omissos no presente regulamento serão analisados e decididos pela organização do I Trilhos do RibaCôa, tendo em consideração os princípios de segurança, equidade entre participantes e adequado funcionamento do evento.

FIM DO REGULAMENTO