

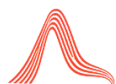
TRILHOS DOS CALCETEIROS 2027

FANHÕES | LOURES

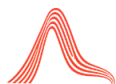
14 DE MARÇO DE 2027



REGULAMENTO



CIRCUITO TRAIL AAL
TRAIL SPRINT
Associação de Atletismo de Lisboa



CIRCUITO TRAIL AAL
TRAIL LONGO
Associação de Atletismo de Lisboa



CIRCUITO TRAIL AAL
TRAIL JOVEM
Associação de Atletismo de Lisboa



CAMPEONATO REGIONAL



Índice

1. Condições Gerais	03
1.1. Idade participação nas provas	
1.2. Condições de participação	
1.3. Aptidão Física Responsabilidade Individual	
1.4. Assistência Externa Ajuda Entre Atletas	
1.5. Uso do dorsal	
1.6. Conduta Incumprimento	
2. Prova	04
2.1. Apresentação da prova / organização	
2.2. Circuito de Trail da Associação de Atletismo de Lisboa (AAL) Época 2026-2027	
2.3. Programa	
2.4. Cronometragem e Controlo de Tempos	
2.5. Postos de Abastecimento Controlo (PAC)	
2.6. Desistências Tempos Limite Barramentos (Horários de Corte)	
2.7. Material Obrigatório Material Recomendado	
2.8. Sinalização Percurso Normas de Segurança	
2.9. Regime Disciplinar	
2.10. Responsabilidade do atleta	
2.11. Seguros Assistência Médica e Emergência	
3. Inscrições	12
3.1. Processo inscrição (local, página web, transferência bancária)	
3.2. Valores e períodos de inscrição	
3.3. Secretariado da prova / levantamento dorsais / horários e locais	
3.4. Alterações de dados/distâncias	
4. Categoria e Prémios	15
4.1. Data, local e hora entrega de prémios	
4.2. Categorias etárias	
4.3. Prémios Reclamações Cerimónia Protocolar	
5. Informações	17
5.1. Como chegar	
5.2. Onde ficar	
5.3. Locais a visitar	
5.4. Onde estacionar	
6. Responsabilidade ambiental	17
7. Direitos de imagem	18
8. Diversos	18
9. Casos Omissos	19

1. Condições gerais

1.1. Idade de participação nas provas

Trilhos dos Calceteiros – evento aberto a todos os interessados, atletas federados ou populares, sem distinção de género ou nacionalidade, devidamente inscritos e em representação individual ou coletiva. A prova de TRAIL LONGO destina-se a atletas com idade igual ou superior a 20 anos. O TRAIL SPRINT destina-se a atletas com idade igual ou superior a 18 anos. A participação no TRAIL EXPERIENCE destina-se a atletas maiores de 16 anos e a CAMINHADA é aberta a todos. Contudo, a participação de menores de 16 anos, pressupõe que sejam acompanhados pelos seus tutores, a quem poderá ser exigido a entrega de um termo de responsabilidade.

1.2. Condições de participação

A participação no evento está subordinada à regularização prévia da inscrição nos prazos previstos. O ato de inscrição pressupõe a aceitação incondicional do presente regulamento, bem como o cumprimento das diretrizes da organização e dos princípios de conduta desportiva, pautados pelo respeito escrupuloso por todos os intervenientes (atletas, organização e voluntários) e pela preservação do meio ambiente.

1.3. Aptidão Física | Responsabilidade Individual

- **Aptidão Física:** O atleta garante possuir a preparação física e mental adequada às exigências da prova, considerando a distância, o desnível acumulado, a duração prevista e as dificuldades técnicas do piso em trilho.
- **Gestão das Condições Meteorológicas:** A prova decorre em meio natural, sujeita a alterações climáticas repentinas (como calor, frio, vento forte, nevoeiro ou chuva intensa), cabendo ao participante estar devidamente preparado e equipado.
- **Autossuficiência:** O participante deve ter capacidade de autogestão física e psicológica perante situações adversas, estando consciente de que a assistência técnica ou médica imediata nem sempre é possível ao longo do percurso.
- **Gestão de Imprevistos:** O atleta é responsável por gerir pequenos incidentes inerentes à modalidade (ex.: pequenas lesões, indisposições físicas ou câibras). É expressamente assumido que o papel da organização não substitui a responsabilidade individual na resolução destas situações.

1.4. Definição possibilidade de ajuda externa

- **Apoio Externo:** A assistência a atletas por parte de elementos alheios à organização é estritamente proibida, sendo apenas permitida nas zonas delimitadas dos Postos de Abastecimento.
- **Autossuficiência:** Em conformidade com o ponto 1.3., cabe ao participante prever as suas necessidades e demonstrar capacidade para resolver de forma autónoma eventuais imprevistos ao longo do percurso.
- **Carácter Competitivo e Proibição de Ajuda:** Nas provas competitivas (TRAIL LONGO, TRAIL SPRINT e TRAIL EXPERIENCE), não é permitida qualquer ajuda entre atletas que altere a igualdade de circunstâncias, designadamente o transporte de material de terceiros (como bastões, equipamentos ou mantimentos).

- **Penalização:** O recurso a qualquer tipo de assistência não autorizada resultará na desclassificação imediata do atleta beneficiado.

1.5. Uso do dorsal

O dorsal é pessoal e intransmissível. O dorsal do atleta deve estar em local facilmente visível aos elementos da organização e demais entidades que apoiam e/ou colaboram com a mesma. Caso não se verifique a sua correta colocação o atleta poderá ser desclassificado. Recomenda-se e sugere-se a utilização de 1 porta dorsal ou de alfinetes. Ambos os recursos deverão ser providenciados pelo atleta.

Em caso de desistência o atleta deverá entregar o dorsal à organização no PAC (posto de abastecimento e controlo) mais próximo ou na meta, no secretariado da prova, comunicando dessa forma a sua desistência.

1.6. Conduta | Incumprimento

- **Comportamento e Respeito:** É estritamente proibida qualquer conduta inadequada, linguagem ofensiva, assédio ou agressão (verbal, física ou de qualquer outra natureza) direcionada a atletas, elementos da organização, voluntários, autoridades ou público em geral.
- **Penalização Desportiva:** A prática de qualquer ato infração implicará a **desclassificação imediata** do participante da prova.
- **Participação às Autoridades:** Sem prejuízo das sanções desportivas aplicáveis, qualquer conduta suscetível de integrar infração criminal será imediatamente reportada às autoridades policiais e judiciais competentes.

2. Prova

2.1. Apresentação da prova | Organização

Os Trilhos dos Calceteiros são organizados pela Associação FAZ-TE AOS TRILHOS! e conta com o forte apoio da Junta de Freguesia de Fanhões e da Câmara Municipal de Loures. São igualmente parceiros neste evento, os Bombeiros Voluntários de Fanhões e o Clube de Caçadores de Fanhões. Irá realizar-se no dia 14 de março de 2027. Trata-se de um evento desportivo de carácter lúdico e competitivo que tem por objetivo divulgar e promover a prática desportiva, em especial a modalidade de trail running e dar a conhecer as localidades onde o evento se desenrola.

Fanhões é uma freguesia do município de Loures, com 11,63 km² de área e 2639 habitantes. É Capital do Calceteiro desde 2018, numa clara homenagem ao Homem e à profissão. Este título foi registado pela Junta de Freguesia de Fanhões no Instituto Nacional da Propriedade Industrial. Um dos calceteiros que mais se destaca nesta profissão é o Mestre José da Clara.

Do património histórico de Fanhões destacam-se a Anta e a Fonte de Casaínhos e a Igreja Matriz, o Coreto e o Chafariz de Fanhões. Destacam-se ainda duas fortificações militares, que desempenharam um papel importante durante as invasões francesas: o Forte do Mosqueiro e o Forte de Ribas.

A prova desenvolve-se por vários locais de rara beleza ambiental, aqui, tão perto da capital. Serão percorridos vários locais com magníficas paisagens das Freguesias de Fanhões, São Julião do Tojal,



Bucelas e Lousa. Se a organização entender e a segurança dos participantes o justificar, poderão ser alterados os percursos previamente estabelecidos para o evento.

Toda a divulgação oficial do evento constará no site da organização: <https://fazteaostrilhos.pt/wp/>

2.2. Circuito de Trail da Associação de Atletismo de Lisboa (AAL) | Época 2026-2027

A prova **TRILHOS DOS CALCETEIROS** integra oficialmente o **Circuito de Trail da Associação de Atletismo de Lisboa (AAL)**, nas vertentes **Trail SPRINT**, **Trail LONGO** e **Trail JOVEM** (escalões Sub-18 e Sub-20). Esta integração reforça o prestígio da prova no panorama do trail e consolida o compromisso da organização com a promoção e captação das camadas jovens para a corrida em trilhos

Esta edição acolherá o **Campeonato Regional de Trail Longo**.

2.3. Programa dos Trilhos dos Calceteiros 2027

13 de março | Sábado

15H00 – 18H00 | Abertura do Secretariado (Antigas instalações dos Bombeiros Voluntários de Fanhões) para entrega do kit de atleta (<https://maps.app.goo.gl/kLZ91JmGEXWN8fDx7>)



14 de março | Domingo

07H00 – 09H30 | Abertura do Secretariado (Antigas instalações dos Bombeiros Voluntários de Fanhões) para entrega do kit de atleta. (<https://maps.app.goo.gl/kLZ91JmGEXWN8fDx7>)

08H45 | Controlo zero TRAIL LONGO | 31KM | junto às antigas instalações dos Bombeiros Voluntários de Fanhões (<https://maps.app.goo.gl/kLZ91JmGEXWN8fDx7>)

09H00 | Partida TRAIL LONGO | 31KM



CIRCUITO TRAIL AAL
TRAIL LONGO
Associação de Atletismo de Lisboa



CAMPEONATO REGIONAL TRAIL LONGO

09H15 | Controlo zero TRAIL SPRINT | 17KM | junto às antigas instalações dos Bombeiros Voluntários de Fanhões (<https://maps.app.goo.gl/kLZ91JmGEXWN8fDx7>)

09H30 | Partida TRAIL SPRINT | 17KM



CIRCUITO TRAIL AAL
TRAIL SPRINT
Associação de Atletismo de Lisboa



CIRCUITO TRAIL AAL
TRAIL JOVEM
Associação de Atletismo de Lisboa | Sub-20



09H40 | Controlo zero TRAIL EXPERIENCE | 10KM | junto às antigas instalações dos Bombeiros Voluntários de Fanhões (<https://maps.app.goo.gl/kLZ91JmGEXWN8fDx7>)

09H50 | Partida TRAIL EXPERIENCE | 10KM



CIRCUITO TRAIL AAL
TRAIL JOVEM
Associação de Atletismo de Lisboa | Sub-18



10H00 | Partida CAMINHADA | 10KM | junto às antigas instalações dos Bombeiros Voluntários de Fanhões (<https://maps.app.goo.gl/kLZ91JmGEXWN8fDx7>)

12H30 – 15H30 | Almoço-convívio para quem optou por se deliciar com uma fantástica feijoada de javali caçado na região, já tradicional nesta zona e tão apreciada por todos, a decorrer nas instalações dos Bombeiros Voluntários de Fanhões.

13H30 | Cerimónia de entrega de prémios junto ao Monumento de homenagem ao Calceteiro.

14H00 | Encerramento da meta.

15H00 | Encerramento do evento.

NOTA | As distâncias e a altimetria podem sofrer alterações.

2.4. Cronometragem e Controlo de Tempos

Provas Competitivas | TRAIL LONGO, TRAIL SPRINT e TRAIL EXPERIENCE: A cronometragem e medição de tempos são efetuadas através de um sistema eletrónico de leitura por *chip*, integrado no próprio dorsal do atleta.

CAMINHADA | Por se tratar de uma atividade exclusivamente de lazer e sem carácter competitivo, a CAMINHADA não dispõe de *chip* nem de controlo de tempos.

2.5. Postos de Abastecimento | Controlo (PAC) | Altimetria

Esta prova realiza-se em semi-autonomia, sendo fundamental que cada atleta se faça acompanhar de uma quantidade mínima de calorias e líquidos, de forma a satisfazer as suas necessidades entre abastecimentos. O mesmo se aplica ao vestuário que deverá ser apropriado e adaptável a alterações climatéricas adversas que possam surgir.

A prova de TRAIL LONGO, contará com 3 postos de abastecimento que terão uma distância aproximada entre si, em média, de cerca de 10 km.

A prova de TRAIL SPRINT, contará com 2 postos de abastecimento que terão uma distância aproximada entre si, em média, de cerca de 10 km.

O TRAIL EXPERIENCE e a CAMINHADA, contarão com 2 postos de abastecimento que terão uma

distância aproximada entre si, em média, de cerca de 5 km.

PACs | TRAIL LONGO (Dados a confirmar no Guia do Atleta)

DISTÂNCIA	ALTIMETRIA	PAC 1 Líquidos e sólidos	PAC 2 Líquidos e sólidos	PAC 3 Líquidos
TRAIL LONGO 31 KM        CAMPEONATO REGIONAL TRAIL LONGO	1300 D+ aprox.	10 km (a confirmar)	20 km (a confirmar)	META

PACs | TRAIL SPRINT (Dados a confirmar no Guia do Atleta)

DISTÂNCIA	ALTIMETRIA	PAC 1 Líquidos e sólidos	PAC 2 Líquidos
TRAIL SPRINT 17 KM      	700 D+ aprox.	10 km (a confirmar)	META

PACs | TRAIL EXPERIENCE e CAMINHADA (Dados a confirmar no Guia do Atleta)

DISTÂNCIA	ALTIMETRIA	PAC 1 Líquidos e sólidos	PAC 2 Líquidos
TRAIL EXPERIENCE 10 KM   	400 D+ aprox	5 km (a confirmar)	META
CAMINHADA 10 KM	400 D+ aprox.	5 km (a confirmar)	META

Obrigatoriedade e Controlo | Os Postos de Abastecimento e Controlo (PAC) são de passagem obrigatória. A organização reserva-se o direito de efetuar o controlo de passagem dos atletas nos PAC sinalizados ou em postos de controlo-surpresa não divulgados ao longo do percurso.

Penalização | O desvio ao percurso e a não passagem por um ou mais postos de controlo resulta na desclassificação imediata do participante.

Política Ambiental (Eco-Responsabilidade) | Por razões de preservação ambiental e sustentabilidade do evento, não serão fornecidos copos descartáveis nos PAC. É obrigatório que cada atleta transporte o seu próprio recipiente para líquidos (copo reutilizável, bidão ou soft flask) durante a totalidade da prova.

2.6. Desistências | Tempos Limite | Barramentos (Horários de Corte)

Procedimento de Desistência | O atleta que decida abandonar a prova obriga-se a informar de imediato a organização, indicando o seu número de dorsal. A entrega do dorsal deve ser efetuada no Posto de Abastecimento e Controlo (PAC) mais próximo, na linha de Meta ou junto do Secretariado da prova.

O tempo limite para concluir o **TRAIL LONGO 31KM** é de **6H00**.

O tempo limite para concluir o **TRAIL SPRINT 17KM** é de **4H00**

O tempo limite para concluir o **TRAIL EXPERIENCE 10KM** é de **3H00**

O tempo limite para concluir a **CAMINHADA 10KM** é de **4H00**

Barramento (Cortes Intermédios) | A organização reserva-se o direito de impedir a continuidade de qualquer atleta cujo ritmo de corrida (rácio entre o tempo decorrido e a distância percorrida) demonstre a impossibilidade de concluir a prova dentro do tempo limite estabelecido. No Guia do Atleta serão posteriormente indicados os barramentos de tempo por PAC.

2.7. Material Obrigatório | Material Recomendado

Objetivo | O estabelecimento de material obrigatório visa estritamente garantir a segurança e a integridade física de todos os participantes ao longo da prova.

Verificação na Partida | A verificação do material obrigatório será realizada no controlo de acessos à caixa de partida para cada uma das distâncias. A ausência de qualquer item obrigatório impedirá a participação do atleta no evento.

Controlo em Prova e Meta | A organização reserva-se o direito de efetuar verificações aleatórias ou integrais do material obrigatório em qualquer Posto de Abastecimento e Controlo (PAC), bem como na linha de chegada.

Material obrigatório

	TRAIL LONGO 20K M UTMB INDEX 31KM	TRAIL SPRINT 17KM	TRAIL EXPERIENCE 10KM	CAMINHADA 10KM
DORSAL	✓	✓	✓	✓
TELEMÓVEL COM CARGA	✓	✓	✓	✓
COPO/RECIPIENTE LIQUIDOS	✓	✓	✓	✓
APITO	✓	✓	✓	✓
MANTA SOBREVIVÊNCIA	✓	✓	✓	✓
500 ML ÁGUA		✓	✓	✓
1000 ML ÁGUA	✓			
BOA DISPOSIÇÃO 😊	✓	✓	✓	✓

Por cada item em falta o atleta será penalizado com 15min ao seu tempo final.

Material recomendado

	TRAIL LONGO 20K M UTMB INDEX 31KM	TRAIL SPRINT 17KM	TRAIL EXPERIENCE 10KM	CAMINHADA 10KM
CORTA VENTO IMPERMEÁVEL	✓	✓	✓	✓
RESERVA ALIMENTAR	✓	✓	✓	✓
DISPOSITIVO COM GPS	✓	✓	✓	

Alterações ao Material Obrigatório

- **Ajustamento por Razões de Segurança** | A organização reserva-se o direito de, a todo o tempo, tornar obrigatório o material previamente recomendado ou exigir itens adicionais de segurança, caso as condições meteorológicas ou razões de força maior assim o exijam.
- **Prazos e Meios de Comunicação** | Qualquer alteração à lista de material obrigatório será comunicada aos participantes com uma antecedência mínima de **24 horas** em relação à hora de partida do evento, através dos seguintes canais oficiais:
 - Envio de correio eletrónico (e-mail) para o endereço fornecido no ato de inscrição;
 - Publicação e destaque no sítio web oficial do evento: <https://fazteaostrilhos.pt>

2.8. Sinalização | Percurso | Normas de Segurança

- **Sinalização do Percurso** | O itinerário estará devidamente assinalado com fitas sinalizadoras de cor laranja, complementado por setas e placas direcionais nos pontos de mudança de sentido. Sempre que justificável, a organização destacará elementos do staff/voluntários para apoio nos cruzamentos e pontos de decisão.
- **Procedimento em Caso de Engano** | Os participantes devem circular exclusivamente nos caminhos marcados. Na eventualidade de não avistarem sinalização após um curto trecho, devem recuar imediatamente até ao último ponto devidamente assinalado. Permanecendo a dúvida ou na ausência de marcas, o participante deve contactar de imediato a organização através do número de emergência impresso no dorsal.
- **Tipologia do Terreno e Track GPS** | A prova decorre maioritariamente em trilhos, estradões e caminhos de terra batida, reduzindo ao mínimo a circulação em piso de asfalto. Por motivos de segurança e de proteção do acesso a **propriedades privadas**, não será disponibilizado nem divulgado o *track* GPS do percurso.
- **Trânsito e Propriedade Privada:**
 - **Código da Estrada** | O percurso inclui atravessamentos de vias rodoviárias públicas sem corte de trânsito absoluto. Os participantes deverão obrigatoriamente de cumprir as regras do Código da Estrada e as instruções dos elementos de segurança.
 - **Respeito pelas Propriedades** | A autorização de passagem em terrenos privados é exclusiva para o dia da prova. O desrespeito pelas propriedades ou o acesso não autorizado fora da data do evento responsabiliza o participante por potenciais danos e indemnizações decorrentes de tais atos.

2.9. Regime Disciplinar

O cumprimento do presente regulamento, a observância do Código da Estrada, das leis nacionais e dos princípios do *fair play* e de preservação ambiental são de carácter obrigatório.

A organização aplicará a penalização de **desclassificação imediata** aos participantes que:

1. Falsifiquem dados, utilizem identificação (dorsal/chip) de terceiros ou façam uso indevido da mesma;
2. Desrespeitem a organização, voluntários ou a sinalética do percurso, bem como alterem ou retirem marcações;
3. Não efetuem o percurso completo, falhem a passagem nos PACs ou excedam os tempos limite;
4. Não transportem o material obrigatório integral ou recusem a sua fiscalização;
5. Adotem condutas antidesportivas, recusem prestar auxílio a atletas em aflição ou recebam apoio externo não regulamentado;
6. Provoquem danos ambientais, nomeadamente através do abandono de resíduos no percurso.

Aviso de Segurança | Por razões médicas, a organização pode retirar de prova qualquer atleta sem condições físicas/psicológicas para continuar. Se o atleta recusar parar, assume integral e exclusivamente todos os riscos e responsabilidades decorrentes da sua decisão.

2.10. Responsabilidades do atleta

- **Aceitação do Regulamento** | O ato de inscrição na prova implica a aceitação plena, sem restrições e sem reservas de todas as disposições constantes do presente regulamento.
- **Declaração de Aptidão Física** | Os participantes (atletas e caminheiros) declaram expressamente que se encontram em perfeitas condições de saúde e com a preparação física e psicológica adequada às exigências e ao esforço exigido pelo evento.
- **Isenção e Termo de Responsabilidade:**
 - Os participantes assumem inteira e exclusiva responsabilidade por todos os atos ou omissões suscetíveis de causar danos materiais, morais ou de qualquer outra natureza a si próprios, a terceiros ou a bens.
 - A organização, entidades parceiras e colaboradores declinam qualquer responsabilidade civil ou criminal decorrente de acidentes, atos de negligência, roubos, furtos ou extravios de objetos e valores pessoais durante o evento.
- **Política de Reembolso** | Não haverá lugar ao reembolso do valor da taxa de inscrição em caso de desistência por parte do atleta, ou em situação de cancelamento/suspensão do evento por razões de força maior ou alheias à vontade da organização.
- **Alterações ao Regulamento** | A organização reserva-se o direito de atualizar ou alterar o presente regulamento a qualquer momento e sem aviso prévio, devendo os participantes consultar regularmente a versão atualizada no sítio web oficial: <https://fazteaostrilhos.pt>

2.11. Seguros | Assistência Médica e Emergência

- **Seguro Desportivo**

- **Ativação:** A apólice de seguro é ativada mediante solicitação expressa do próprio atleta junto da seguradora.
 - **Despesas Médicas:** O atleta é responsável por liquidar previamente todos os custos decorrentes da assistência ou tratamento. O reembolso dessas despesas será efetuado diretamente pela seguradora ao atleta, sujeito às coberturas e limites da apólice.
 - **Franquia:** A franquia contratualmente fixada é deduzida ao valor a reembolsar e é da exclusiva responsabilidade do atleta. A Organização não efetua, em caso algum, o pagamento, reembolso ou compensação do valor correspondente à franquia.
- **Serviço de Apoio Paramédico** | A prova contará com assistência paramédica durante todo o decorrer do evento.
 - **Autoridade Médica** | A equipa de resgate/paramédica tem autonomia e autoridade para **retirar de prova** qualquer participante que considere sem aptidão física ou clínica para prosseguir em segurança.
 - **Procedimento de Pedido de Socorro** | Em caso de necessidade de assistência médica para si ou para terceiros, o atleta deve:
 - Informar os elementos do staff no Posto de Abastecimento e Controlo (PAC) mais próximo;
 - Solicitar apoio a qualquer elemento da Organização ao longo do percurso;
 - Contactar os números de emergência da Organização impressos no dorsal;
 - Contactar o **112** (Número Nacional de Emergência) em situações graves.
 - **Veículos de Emergência no Percurso** | Existirão equipas de emergência posicionadas estrategicamente. Sempre que um veículo de resgate circule no percurso em marcha de emergência (devidamente assinalada), os participantes são **estritamente obrigados a dar prioridade e facilitar a sua passagem**.

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição (local, página web, meio de pagamento)

Exclusividade do Canal | As inscrições realizam-se **única e exclusivamente por via eletrónica**, através do sítio web <https://calceteiros.fazteaostrilhos.pt> Não serão aceites inscrições submetidas por qualquer outro meio ou plataforma.

Procedimento e Suporte | O participante deve seguir as instruções indicadas durante o processo de inscrição online. Em caso de dúvida ou anomalia técnica, deverá contactar a plataforma através do e-mail: geral@acorrer.pt.

Confirmação e Validação | A inscrição só é considerada **efetiva e válida após a confirmação do respetivo pagamento**.



Aceitação de Termos | A submissão da inscrição pressupõe o conhecimento e a aceitação integral do presente regulamento por parte do participante.

3.2. Valores e períodos de inscrição:

Prova	Até 15 SET	De 16 SET a 27 DEZ	De 28 DEZ a 8 MAR
TRAIL LONGO 31KM – 1300D+	15€	19€	24€
TRAIL SPRINT 17KM – 700 D+	13€	15€	19€
TRAIL EXPERIENCE 10 KM - 400D+	12€	13€	14€
CAMINHADA 10KM – 400D+	11€	12€	13€
Extras:			
T-shirt Técnica <i>pedidos até 28 fevereiro</i>	6€		
Hoodie <i>pedidos até 28 fevereiro</i>	25€		
Almoço atleta (*)	9€		
Almoço acompanhante (*)	9€		

(*) Os almoços dos atletas e acompanhantes deverão ser adquiridos no momento da inscrição. No dia da prova poderão igualmente ser adquiridas senhas de almoço para acompanhantes mediante a disponibilidade existente. O almoço é uma **fabulosa feijoada de javali**.

A inscrição inclui:

- Dorsal com Chip incluído (CAMINHADA não terá chip, apenas dorsal);
- Seguro de acidentes pessoais;
- Serviço de proteção e socorro;
- Apoio logístico e técnico
- Abastecimentos líquidos e sólidos;
- Prémio finalista;
- Banhos possíveis no Parque Municipal de Montachique;
- *Chão Duro* mediante pedido prévio à Organização;
- Tratamento VIP por parte de um staff de luxo, animado até ao último minuto do evento!;
- Outras ofertas e serviços que a organização venha a conseguir angariar.



O valor dos almoços reverterá integralmente para a Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Fanhões.

Atenção:

Encerramento de Inscrições | As inscrições encerram impreterivelmente às **23h59 do dia 8 de março de 2027**, não sendo admitidas inscrições de última hora ou no próprio dia do evento.

Caducidade dos Pagamentos | Por razões operacionais e de gestão de vagas, as referências de pagamento geradas no último período de inscrições (de 28 de dezembro de 2026 a 8 de março de 2027) **caducam simultaneamente às 23h59 do dia 8 de março de 2027**.

Carácter Pessoal das Inscrições | As inscrições são estritamente pessoais e intransmissíveis.

Política de Cancelamento e Reembolsos:

- **Força Maior e Fenómenos Naturais** | O valor da inscrição não será devolvido na eventualidade de suspensão, interrupção ou cancelamento da prova motivados por catástrofes naturais, incêndios ou por determinação/diretiva das forças de segurança, proteção civil e órgãos de socorro.
- **Cancelamento Imputável à Organização** | Havendo anulação do evento por motivos comprovadamente imputáveis à organização, o participante terá direito ao reembolso do valor pago, deduzido do montante referente às despesas e encargos administrativos já incorridos pela organização.

3.3. Secretariado da prova / levantamento dorsais / horários e locais

Sábado, 13 de março

15H00 – 18H00 | Levantamento de dorsais (Antigas instalações dos Bombeiros Voluntários de Fanhões) para entrega de dorsais (<https://maps.app.goo.gl/kLZ91JmGEXWN8fDx7>)

Domingo, 14 de março

07H00 – 09H30 | Levantamento de dorsais (Antigas instalações dos Bombeiros Voluntários de Fanhões) para entrega de dorsais. (<https://maps.app.goo.gl/kLZ91JmGEXWN8fDx7>).

Regras de Levantamento do Dorsal:

A entrega do dorsal e do Kit de Atleta é efetuada ao próprio participante, mediante a apresentação de documento oficial de identificação e a indicação do número de dorsal atribuído (de consulta prévia obrigatória).

Levantamento Coletivo (Equipas):

De forma a otimizar o fluxo e evitar constrangimentos no dia do evento, solicita-se que o levantamento de dorsais por equipas seja realizado preferencialmente no sábado. O representante nomeado pela equipa deverá apresentar o seu documento de identificação e fornecer o contacto telefónico para registo da entrega em bloco.

3.4. Alterações de dados | distâncias

- Os participantes podem solicitar a retificação ou alteração dos dados da sua inscrição até às **23h59 do dia 8 de março de 2027**, através do e-mail oficial: geral@acorrer.pt
- **Exceção** | Não são permitidas alterações ao tamanho da t-shirt/camisola após a formalização inicial da inscrição.

- **Upgrade (Mudança para distância maior)** | É permitida mediante o pagamento prévio do valor da diferença entre as taxas de inscrição em vigor à data do pedido.
- **Downgrade (Mudança para distância menor)** | É permitida, contudo **não haverá lugar à devolução ou reembolso** de qualquer diferença do valor pago.

4. Categorias e Prémios

4.1. Data, local e hora entrega de prémios

A cerimónia de entrega de prémios decorrerá no dia 14 de março, pelas 13H30, junto ao Monumento do Calceteiro, em Fanhões.

4.2. Categorias etárias | Escalões

Os escalões etários são definidos automaticamente em função dos dados disponibilizados pelos participantes no ato da inscrição, e tendo como referência a idade que o atleta terá a 14 de março de 2027:

MASCULINO	FEMININO
M Sub 18 16 a 17 anos	F Sub 18 16 a 17 anos
M Sub 20 18 a 19 anos	F Sub 20 18 a 19 anos
M Sub 23 20 a 22 anos	F Sub 23 20 a 22 anos
M Seniores 23 a 34 anos	F Seniores 23 a 34 anos
M 35 35 a 39 anos	F 35 35 a 39 anos
M 40 40 a 44 anos	F 40 40 a 44 anos
M 45 45 a 49 anos	F 45 45 a 49 anos
M 50 50 a 54 anos	F 50 50 a 54 anos
M 55 55 a 59 anos	F 55 55 a 59 anos
M 60 60 a 64 anos	F 60 60 a 64 anos
M 65 65 a 69 anos	F 65 65 a 69 anos
M 70 Mais de 70 anos	F 70 Mais de 70 anos

Na CAMINHADA não haverá lugar a divisão por escalões.

4.3. Prémios | Reclamações | Cerimónia Protocolar

Prémios

- Todos os atletas que cortem a linha de meta terão direito a *prémio finisher*, incluindo CAMINHADA;

- No que concerne ao **Circuito de Trail** e ao **Campeonato Regional de Trail Longo**, escalões, classificações e prémios serão atribuídos pela Associação de Atletismo de Lisboa, de acordo com o definido pelo Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo. Qualquer questão ou dúvida que possa surgir, deverá ser colocada diretamente à AAL: lisboa@fpatletismo.org
- Serão entregues prémios aos três (3) primeiros classificados da Geral Masculina e Geral Feminina do TRAIL LONGO, TRAIL SPRINT e TRAIL EXPERIENCE;
- Serão entregues prémios aos três (3) primeiros classificados de cada um dos escalões do TRAIL LONGO, TRAIL SPRINT e TRAIL EXPERIENCE;
- Serão entregues prémios às três (3) primeiras equipas do TRAIL LONGO, TRAIL SPRINT e TRAIL EXPERIENCE. Para o efeito, pontuam os 3 melhores atletas, independentemente do género;
- Será entregue um prémio (1) à equipa com mais participantes na junção dos atletas das 5 provas (incluindo a CAMINHADA). Em caso de empate, o desempate será feito pelo maior número de atletas femininas. O segundo desempate far-se-á pela melhor classificação individual.
- Na CAMINHADA não haverá lugar a classificação.

Apresentação de Reclamações:

- Quaisquer reclamações ou protestos referentes às classificações provisórias devem ser dirigidos por escrito à Organização no prazo máximo de **30 minutos após a chegada do último participante** da respetiva distância.
- A Organização analisará os recursos apresentados, cabendo-lhe deliberar soberanamente sobre as reclamações antes da homologação e publicação dos resultados oficiais.

Cerimónia Protocolar | Prémios:

- A receção de qualquer prémio ou troféu fica estritamente condicionada à presença do atleta premiado na respetiva cerimónia de pódio.
- O não comparecimento do atleta no momento protocolar determina a perda irrevogável do direito ao prémio.
- Não são admitidas representações por terceiros nem remessas postais do material não recolhido, com exceção de situações excecionais de força maior devidamente justificadas e autorizadas pela Organização antes da cerimónia.

5. Informações

5.1. Como chegar

Local de partida: Bombeiros Voluntários de Fanhões - R. Manuel D'Almeida Rodrigues Manta, 2670-739 Fanhões. (<https://maps.app.goo.gl/TGKnqgnCoTPZz7d59>)

5.2. Onde ficar

Mediante aviso prévio, será disponibilizado chão duro no edifício da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Fanhões.

5.3. Locais a visitar

Poderá visitar o património histórico de Fanhões destacando-se a Anta e a Fonte de Casaínhos e a Igreja Matriz, o Coreto e o Chafariz de Fanhões. Poderá ainda visitar alguns dos Fortes que integram as Linhas de Torres: Reduto de Ribas e Forte do Mosqueiro.

Teremos no local da prova, uma feirinha de artesanato, onde atletas e famílias poderão passar agradáveis momentos.

5.4. Onde estacionar

Locais aconselhados | A identificação dos parques e zonas recomendadas para estacionamento será oportunamente divulgada no **Guia do Atleta** e nas plataformas oficiais da prova.

Recomendações e Mobilidade:

- Recomenda-se vivamente a **partilha de transporte** | **boleias** (*carpooling*) entre participantes, visando minorar o impacto ambiental e o fluxo de trânsito na localidade.
- Apela-se aos participantes para que se desloquem para o local com a **devida antecedência**, garantindo tempo suficiente para o estacionamento, levantamento do Kit de Atleta e entrada na caixa de partida sem constrangimentos.

6. Compromisso Ambiental e Gestão de Resíduos

Responsabilidade do Participante | Cada atleta é integral e exclusivamente responsável pela recolha e transporte de todos os resíduos resultantes do seu consumo ao longo da prova, incluindo invólucros, embalagens e restos alimentares (orgânicos ou inorgânicos, independentemente de serem biodegradáveis).

Locais de Deposição | A eliminação de resíduos deve ser efetuada **exclusivamente nos recipientes e contentores disponibilizados nos Postos de Abastecimento e Controlo (PAC)** ou na zona de Chegada/Meta.

"Deixa apenas a tua pegada, leva contigo as boas recordações".

Penalização | O abandono deliberado de lixo ou embalagens fora dos locais assinalados constitui uma infração grave, sujeita à **desclassificação imediata** do atleta, nos termos do regime disciplinar do presente regulamento.

7. Direitos de imagem

Autorização de Captação de imagens | Ao formalizar a sua inscrição, o participante cede de forma expressa, gratuita e sem limitação temporal ou territorial, o direito de recolha e captação da sua imagem, voz e som durante a participação no evento.

Utilização e Canais de Divulgação | A Organização fica autorizada a utilizar, reproduzir e publicar as fotografias, recolhas audiovisuais e gravações efetuadas em qualquer suporte de comunicação ou canal promocional (incluindo redes sociais, plataformas digitais, televisão, rádio, imprensa escrita, cartazes e materiais publicitários do evento e seus parceiros).

Cedência de Direitos | O participante cede integralmente os direitos de exploração comercial e promocional das referidas imagens à Organização, declarando renúncia expressa a qualquer compensação financeira, indemnização ou reivindicação de direitos de autor.

8. Diversos

Dever de Assistência e Solidariedade:

É obrigação moral e regulamentar de todos os participantes prestar auxílio imediato a qualquer participante que se encontre vítima de acidente ou em situação de emergência, bem como informar de imediato o posto de controlo/emergência mais próximo.

Respeito pelo Código da Estrada:

Nos troços que coincidam com a via pública ou em cruzamentos e atravessamentos de estrada, os participantes estão **estritamente obrigados a cumprir as regras do Código da Estrada**, devendo circular com extrema precaução, uma vez que o trânsito rodoviário pode não estar totalmente cortado.

Alterações, Suspensão e Força Maior:

A Organização reserva-se o direito de efetuar, a qualquer momento, as modificações que considere necessárias nos percursos, horários ou localização de postos de abastecimento, em função de condições operacionais ou de segurança.

A prova poderá ser suspensa, encurtada ou cancelada por motivos de força maior, instabilidade meteorológica grave ou por decisão/diretiva das autoridades de proteção civil e forças de segurança.

9. Casos Omissos

Resolução de Omissões | Todas as dúvidas de interpretação, situações não previstas ou casos omissos no presente regulamento serão analisados e soberanamente decididos pela Organização do evento.

Inapelabilidade das Decisões | Das deliberações e decisões tomadas pela Organização relativamente aos casos omissos ou recursos apresentados, não haverá lugar a qualquer tipo de apelo ou recurso.

Para mais informações:

Plataforma de inscrições:

LINK: <https://calceteiros.fazteaostrilhos.pt>

Email: geral@acorrer.pt

Organização da prova:

Email: mail@fazteaostrilhos.pt

Site: <https://calceteiros.fazteaostrilhos.pt>

Circuito de Trail da AAL | Trail Jovem | Campeonato Regional Trail Longo

Email: lisboa@fpatletismo.org

**JUNTOS, VAMOS CONTINUAR A RECOLHER MOMENTOS E A CONSTRUIR
UMA CALÇADA DE BOAS MEMÓRIAS**

Versão 1: 14/08/2026

Versão2: 13/10/2022 (Campeonato Regional Trail Longo e Circuito de Trail da AAL, Trail Jovem)

