

XV TRILHOS DE CASAÍNHO

Casaínho - Loures

16 DE NOVEMBRO DE 2025



REGULAMENTO

ORGANIZAÇÃO



APOIO



1. Condições Gerais	03
1.1. Idade participação nas provas	03
1.2. Inscrição regularizada	03
1.3. Condições Físicas	03
1.4. Definição possibilidade ajuda externa	03
1.5. Colocação do dorsal	03
1.6. Regras conduta desportiva	04
2. Prova	04
2.1. Apresentação da prova / organização	04
2.2. Programa	04
2.3. Metodologia de controlo de tempos	05
2.4. Abastecimentos Controlo (PAC) Altimetria	05
2.5. Tempo Limite	06
2.6. Material obrigatório e recomendado	06
2.7. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário	07
2.8. Penalizações / desqualificações	07
2.9. Responsabilidades do atleta	08
2.10. Seguro desportivo	08
3. Inscrições	09
3.1. Processo inscrição (local, página web, transferência bancária)	09
3.2. Valores e períodos de inscrição	09
3.3. Secretariado da prova / levantamento dorsais / horários e locais	10
3.4. Alterações de dados/distâncias	11
4. Categorias (escalões etários) Prémios	11
4.1. Data, local e horário da entrega de prémios	11
4.2. Categorias (escalões etários) e classificações	11
5. Outras Informações	13
5.1. Como chegar	13
5.2. Onde ficar	13
5.3. Banhos	13
5.4. Estacionamento	13
6. Responsabilidade ambiental	13
7. Direitos de imagem	13
8. Diversos	14
9. Casos Omissos	14

1. Condições gerais



1.1. Idade de participação nas provas

XV Trilhos de Casaínhos – 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 Curto destina-se a atletas maiores de 18 anos. O Trail Experience destina-se a atletas maiores de 16 anos. A participação na caminhada é aberta a todos. No entanto, a participação de menores de 16 anos requer o acompanhamento de um tutor legal, podendo ser solicitada a entrega de um termo de responsabilidade devidamente assinado.

1.2. Inscrição regularizada

A participação nas provas implica que o atleta tenha a sua **inscrição validada dentro dos prazos estipulados** e aceite integralmente todas as normas deste regulamento. É também obrigatório o cumprimento das orientações da organização, bem como das regras de conduta desportiva, baseadas no respeito por todos os atletas, voluntários, organização e pelo meio ambiente.

"Deixa apenas a tua pegada, coleciona boas recordações."

1.3. Condições físicas

É imprescindível que o atleta apresente uma condição física compatível com as exigências da prova, que envolvem não apenas a distância e a quilometragem a percorrer, mas também a duração do esforço e as dificuldades inerentes ao terreno dos trilhos, incluindo pisos irregulares e desníveis acentuados (positivos e negativos).

As condições meteorológicas poderão sofrer alterações súbitas, expondo os participantes a situações adversas como calor extremo, frio intenso, vento forte, nevoeiro denso ou precipitação severa. Deste modo, é essencial que cada atleta tenha capacidade de autogestão do esforço físico e mental, sobretudo em circunstâncias extremas em que o apoio da organização possa não ser imediato.

O atleta deve estar preparado para lidar autonomamente com situações comuns em provas de montanha, como pequenas lesões, indisposições gástricas, entre outras. A participação no evento pressupõe que o atleta tenha plena consciência de que a responsabilidade pela gestão de dificuldades é exclusivamente sua — a organização não assumirá o papel de resolução de problemas individuais.

1.4. Definição possibilidade de ajuda externa

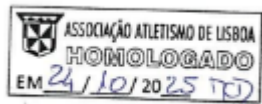
A assistência aos atletas por parte de elementos externos à organização **é permitida apenas nos postos de abastecimento oficiais**.

Conforme mencionado no ponto 1.3, é da responsabilidade do atleta conhecer as suas necessidades e estar preparado para enfrentar eventuais imprevistos ao longo da prova. Nas distâncias competitivas (Trail Curto e Trail Experience), **não é permitido o apoio entre atletas**, nomeadamente no transporte de alimentos, bastões ou outro tipo de equipamento.

A utilização de ajuda externa ou entre atletas, fora das condições permitidas, implica a desclassificação imediata.

1.5. Colocação do dorsal

O dorsal é **pessoal e intransmissível**.



Deve ser colocado em local **bem visível** para a organização e entidades colaboradoras, durante toda a prova. O incumprimento desta norma pode resultar na desclassificação do atleta.

Recomenda-se a utilização de um porta-dorsal ou, em alternativa, a fixação com alfinetes — ambos os meios devem ser providenciados pelo próprio atleta.

Em caso de desistência, o atleta deverá **entregar o dorsal** no PAC (Posto de Abastecimento e Controlo) mais próximo ou na meta, informando a organização da sua decisão.

1.6. Regras de conduta desportiva

Será considerado comportamento inadequado qualquer atitude que contrarie o espírito desportivo do evento, incluindo o uso de linguagem ofensiva, agressões verbais ou físicas, ou qualquer conduta desrespeitosa.

Qualquer ato grave será reportado às autoridades competentes.

2. Prova

2.1. Apresentação da Prova | Organização

Os **Trilhos de Casaínhos**, com existência comprovada desde **2009**, são atualmente considerados a prova de trail mais antiga **em território do distrito de Lisboa**, destacando-se por forte tradição, percurso desafiante e ambiente acolhedor.

O **XV Trilhos de Casaínhos** realiza-se no dia **16 de novembro de 2025**, sendo um evento desportivo de carácter simultaneamente **lúdico e competitivo**, com o objetivo de **promover a prática desportiva**, nomeadamente a modalidade de **trail running**, bem como de **divulgar o património natural e cultural das localidades envolvidas**.

A organização está a cargo da **Associação FAZ-TE AOS TRILHOS!**, integrando-se esta edição nas **comemorações do 450.º aniversário da Freguesia de Fanhões**. O evento conta com o importante apoio da **Junta de Freguesia de Fanhões**, do **Sporting Clube de Casaínhos** e dos **Bombeiros Voluntários de Fanhões**.

O percurso atravessa **loais de grande beleza paisagística e ambiental**, situados surpreendentemente **próximos da capital**, oferecendo aos participantes uma experiência única em plena natureza. A organização reserva-se o direito de **ajustar os percursos previamente definidos**, caso as condições de segurança o justifiquem.

Toda a informação e comunicação oficial do evento será disponibilizada no site da organização:
<https://fazteaostrilhos.pt>

2.2. Programa dos XV Trilhos de Casaínhos

15 de novembro | Sábado

15H00 – 19H00 | Abertura do Secretariado para entrega do kit de atleta



Campo de Futebol do [Sporting Clube de Casainhos](#)

16 de novembro | Domingo

07H30 – 09H30 | Reabertura do Secretariado para entrega do kit de atleta



Campo de Futebol do [Sporting Clube de Casainhos](#)

10H00 | Partida do Trail Curto (18km)

10H15 | Partida do Trail Experience (10km)

10H30 | Partida da Caminhada (10km)



 Partidas e chegadas no Campo de Futebol do [Sporting Clube de Casainhos](#)

12H30 – 15H00 | Almoço-convívio (para atletas e acompanhantes previamente inscritos).

Delicie-se com uma fantástica feijoada.

13H30 | Cerimónia de entrega de Prémios.

15H00 | Encerramento do Evento.

2.3. Metodologia de controlo de tempos

Nas provas de **Trail Curto** e **Trail Experience**, o controlo de tempos será efetuado por sistema eletrónico, através de **chip incluído no dorsal**. A **Caminhada** não terá cronometragem.

O dorsal/chip é **pessoal e intransmissível**, devendo ser utilizado de forma **bem visível**, preferencialmente na parte frontal do tronco (altura do peito), e **mostrado à organização sempre que solicitado**. A não observância destas normas poderá resultar em **desclassificação**.

É recomendada a utilização de **porta-dorsal** ou **alfinetes**, sendo da responsabilidade do atleta providenciar estes acessórios.

2.4. Abastecimentos | Controlo (PAC) | Altimetria

A prova realiza-se em **regime de semi-autonomia**, o que implica que cada atleta deve transportar consigo uma quantidade **mínima de líquidos e alimentos**, suficientes para garantir a sua segurança e bem-estar **entre os postos de abastecimento**.

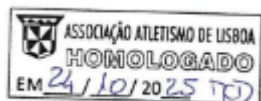
O vestuário deve ser adaptável a **variações climáticas adversas** que possam ocorrer ao longo do percurso.

PACs | TRAIL CURTO

DISTÂNCIA	ALTIMETRIA	PAC 1	PAC 2	PAC 3
		Líquidos e sólidos	Líquidos e sólidos	Líquidos e Sólidos
TRAIL CURTO – 18 KM	910 D+ aprox.	9 km	13 km	META

PACs | TRAIL EXPERIENCE E CAMINHADA

DISTÂNCIA	ALTIMETRIA	PAC 1	PAC 2
		Líquidos e sólidos	Líquidos e sólidos
TRAIL EXPERIENCE – 10 KM	380 D+	6 km	META
CAMINHADA – 10 KM	380 D+	6 km	META



Os **PAC** (Pontos de Abastecimento e Controlo) são locais **obrigatórios de passagem**, onde os participantes poderão **repor líquidos e alimentos**, e onde poderá ser efetuado o **controlo da sua passagem**.

A **não passagem por um ou mais PAC** poderá resultar na **desclassificação** do atleta. Para além dos PAC previamente identificados, poderão existir **PAC surpresa**, cujo objetivo será exclusivamente o controlo de passagem.

Em todos os PAC será disponibilizado **abastecimento sólido e líquido**.

Atenção: por razões ambientais, **não serão fornecidos copos**, pelo que cada atleta deverá trazer o seu **recipiente reutilizável**, mantendo-o consigo durante toda a prova.

Nota: As **distâncias e altimetrias anunciadas** estão sujeitas a **ajustes**, por motivos de segurança ou por necessidade de adaptação do percurso.

2.5. Tempo Limite

O atleta que decida abandonar a prova **deverá informar obrigatoriamente a organização**, comunicando o seu **número de dorsal**. O dorsal deverá ser entregue à organização **no PAC (Ponto de Abastecimento e Controlo) mais próximo**, na **meta**, no **secretariado da prova** ou **junto da equipa de cronometragem**.

Os tempos máximos para conclusão das provas são os seguintes:

- ✓ **Trail Curto (18 km):** 3h30 (limite até às 13h30)
- ✓ **Trail Experience (10 km):** 3h15 (limite até às 13h30)
- ✓ **Caminhada (10 km):** 3h00 (limite até às 13h30)

A organização poderá aplicar **barramentos ao longo do percurso**, com base no **rácio entre o tempo decorrido e a distância percorrida**, sempre com o objetivo de garantir a segurança de todos os participantes e o bom funcionamento logístico do evento.

2.6. Material Obrigatório e Recomendado

A obrigatoriedade de determinado material tem como principal finalidade **assegurar a segurança dos participantes**. Será realizada uma **verificação do material antes da partida** de cada distância e, pontualmente, poderão ocorrer verificações nos PAC e à chegada.

Material Obrigatório

Todos os participantes deverão ter consigo os seguintes itens:

- ✓ Dorsal (visível durante toda a prova);
- ✓ Telemóvel com bateria suficiente;
- ✓ **Copo ou recipiente reutilizável para líquidos;**
- ✓ Apito;
- ✓ Manta sobrevivência;

- ✓ Boa disposição!



Por cada item obrigatório em falta, será aplicada uma **penalização de 15 minutos** no tempo final do atleta.

Material recomendado

- ✓ Corta-vento ou impermeável;
- ✓ Mínimo de 1000 ml água;
- ✓ Reserva alimentar adequada;
- ✓ Dispositivo com capacidade de navegação por coordenadas e altimetria (GPS ou similar).

A qualquer momento, e em função das condições meteorológicas ou outras circunstâncias relevantes, a organização **poderá tornar obrigatório parte ou a totalidade do material recomendado**, bem como **acrescentar outros itens essenciais à segurança**.

Estas alterações serão **comunicadas por email até 24 horas antes do evento** e publicadas no **site oficial**: <https://fazteaostrilhos.pt>

2.7. Informação sobre o percurso e passagem em locais com tráfego rodoviário

O percurso estará devidamente sinalizado com **fitas laranja, placas e setas direcionais**, especialmente nas mudanças de direção ou em pontos que se justifique reforço de orientação. Sempre que necessário, a organização colocará **voluntários em locais estratégicos**, com o objetivo de prestar apoio e garantir a segurança dos participantes.

Os atletas devem seguir **exclusivamente pelos caminhos sinalizados**. Caso deixem de visualizar as marcações, deverão **regressar até ao último ponto devidamente sinalizado**. Em caso de dúvida ou ausência de marcações, deverão contactar de imediato a organização, **utilizando o número de contacto impresso no dorsal**.

O percurso desenvolver-se-á **maioritariamente por trilhos, estradões e caminhos de terra batida**, sendo o **asfalto residual**.

A organização implementará um sistema de segurança ao longo do trajeto. No entanto, devido à **impossibilidade de realizar o corte total do tráfego rodoviário**, os atletas deverão **cumprir rigorosamente as regras de trânsito** nas estradas e atravessamentos. De igual modo, deverão respeitar **propriedades privadas** eventualmente atravessadas e o meio ambiente.

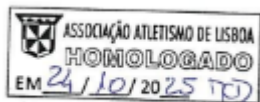
Qualquer **dano causado ou comportamento desrespeitoso** (trânsito, propriedade ou ambiente) será da inteira responsabilidade do atleta.

2.8. Penalizações / desqualificações

A conduta dos atletas deverá estar em conformidade com o presente regulamento, respeitando os princípios do **fair play**, o **ambiente**, os **restantes participantes** e a **legislação em vigor**.

Motivos de desclassificação:

- ✓ Desrespeito pelas instruções da organização;
- ✓ Falsificação de dados na inscrição;



- ✓ Manifestação de **mau estado físico ou psíquico** (a organização reserva-se o direito de impedir a continuação em prova caso o atleta não reúna condições de segurança para prosseguir);
- ✓ Não cumprimento integral do percurso;
- ✓ Ignorar ou alterar a sinalética;
- ✓ Prejudicar intencionalmente outros atletas (ex: empurrões, obstruções);
- ✓ Não levar o dorsal visível, ocultar patrocinadores ou desrespeitar orientações da organização;
- ✓ Utilização indevida do chip ou dorsal (ex: chip de outro atleta, mais de um dorsal ou chip);
- ✓ Dispersão de lixo no percurso;
- ✓ Falha de passagem por um PAC;
- ✓ Ultrapassagem da barreira horária estabelecida;
- ✓ Recusa em apresentar o dorsal ou material obrigatório quando solicitado;
- ✓ Falta de qualquer item do material obrigatório (ver penalizações em 2.6);
- ✓ Remoção ou alteração de sinalização do percurso;
- ✓ Não prestar auxílio a outro atleta em situação de emergência;
- ✓ Receber apoio externo fora dos pontos oficiais de abastecimento;
- ✓ Ser acompanhado por veículos motorizados não autorizados.

Situações omissas serão analisadas e decididas pela organização, caso a caso.

2.9. Responsabilidades do atleta

A inscrição implica a **aceitação integral deste regulamento**. Cada participante assume responsabilidade pelas suas ações, isentando a organização de quaisquer danos materiais, físicos, morais ou outros, que possam decorrer da sua participação.

A organização **declina qualquer responsabilidade** por acidentes, negligência, perdas ou furtos de bens pessoais.

Ao inscrever-se, o participante reconhece que se trata de uma prova fisicamente exigente e que se encontra em **condições físicas adequadas** para o esforço requerido.

Não haverá lugar a reembolsos em caso de desistência ou cancelamento do evento por motivos alheios à organização

A organização reserva-se o direito de **alterar este regulamento a qualquer momento**, sendo da responsabilidade dos participantes consultar periodicamente o site oficial: <https://fazteaostrilhos.pt>.

2.10. Seguro desportivo

Nos termos do **Decreto-Lei n.º 10/2009**, todos os participantes estarão abrangidos por **seguro de acidentes pessoais e responsabilidade civil**, cujo custo está incluído no valor da inscrição. O seguro tem uma **franquia de 90€**, a ser suportada pelo atleta segurado.

Este seguro **só será ativado pela organização** mediante pedido do atleta e se a lesão ocorrer no decorrer da prova.

Haverá **assistência pré-hospitalar no local**, prestada pelos **Bombeiros Voluntários de Fanhões**, que acompanharão o evento e poderão determinar a retirada de atletas por motivos de segurança.

Em caso de necessidade de assistência médica, os atletas deverão:

- ✓ Dirigir-se a um PAC;
- ✓ Contactar um elemento da organização;
- ✓ Utilizar o número de emergência impresso no dorsal;
- ✓ Ligar para o 112.

Equipas de emergência estarão estrategicamente distribuídas ao longo do percurso. Caso seja necessário o acesso de veículos de socorro, os atletas deverão **facilitar a passagem de imediato**.

3. Inscrições

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

As inscrições são realizadas **exclusivamente online**, através da seguinte plataforma:
<https://acorrer.pt/eventos/3951/info>

Os participantes deverão **seguir atentamente todas as instruções do processo de inscrição**. Em caso de dúvida ou dificuldade, devem contactar a organização através do email geral@acorrer.pt

A inscrição só será considerada **válida após a confirmação do respetivo pagamento**.

Ao efetuar a inscrição, o participante declara que **leu, compreendeu e aceita integralmente** os termos e condições do presente regulamento.

3.2. Valores e períodos de inscrição:

Prova	ATÉ 3 AGO	4 AGO a 19 OUT.	De 20 OUT. a 9 NOV.
Trail Curto – 18KM	11€	15€	19€
Trail Experience – 10KM	10€	13€	16€
Caminhada – 10KM	9€	9,5€	10€
Extras:			
Almoços atletas e acompanhantes (*) (**)	8,5€		
T-shirt técnica alusiva à prova	5€		
T-shirt algodão alusiva à prova	5€		
Hoodie FAZ-TE AOS TRILHOS! Edição TRILHOS Casaínhos	20€		

(*) almoço composto por feijoada, 1 pão, 1 bebida (imperial ou água)

(**) Os **almoços dos atletas e dos acompanhantes** deverão ser adquiridos no momento da inscrição. No **dia da prova**, será ainda possível adquirir **senhas de almoço para acompanhantes**, **sujeito à disponibilidade existente**. O almoço será uma **deliciosa feijoada**, confeccionada com especial dedicação para este evento. Além do almoço principal, **estarão disponíveis outras iguarias para aquisição no local, no dia da prova**.

A inscrição na prova inclui:

- ✓ Seguro de acidentes pessoal;
- ✓ Serviço de proteção e socorro durante o evento;
- ✓ Abastecimentos líquidos e sólidos ao longo do percurso;
- ✓ Prémio finalista;
- ✓ Tratamento VIP por parte do melhor staff do mundo! E arredores!
- ✓ Outras ofertas e serviços que a organização venha a angariar.



Nota solidária: O valor angariado com os almoços reverterá, na íntegra, para a Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Fanhões.

Atenção:

- **Não haverá inscrições de última hora.** As inscrições encerram impreterivelmente às **23h59 do dia 9 de novembro**. A referência de pagamento gerada no **último período de inscrições (de 20 de outubro a 9 de novembro)** caducará também às **23h59 do dia 9 de novembro**.
- Em caso de **incêndio, catástrofe natural** ou **decisões das autoridades** (forças de segurança, proteção civil, etc.) que obriguem à interrupção ou cancelamento da prova, **não haverá lugar à devolução do valor da inscrição**
- Só haverá **direito a reembolso** se a prova for anulada por motivos imputáveis à organização. Mesmo nesse caso, o valor devolvido será correspondente à diferença entre o montante pago e os gastos já realizados.
- As inscrições são pessoais e intransmissíveis.

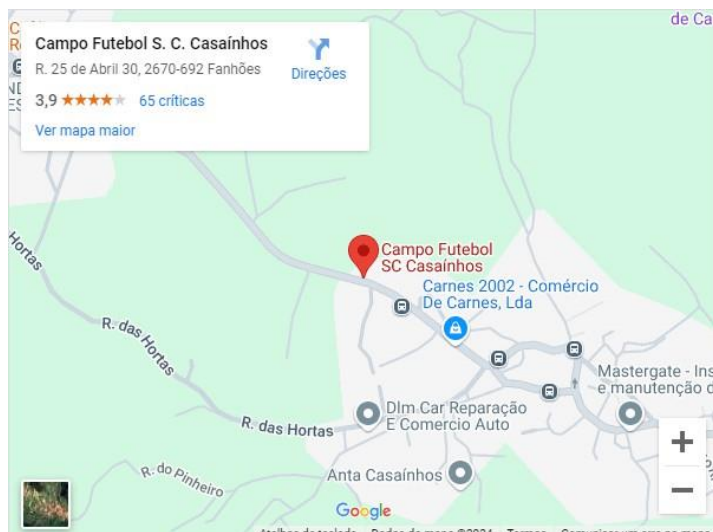
3.3. Secretariado da prova / levantamento dorsais / horários e locais

CROQUI DA ZONA DO EVENTO:



15H00 – 19H00 | Abertura do Secretariado para entrega do kit de atleta

 Campo de Futebol do [Sporting Clube de Casainhos](#)



16 de novembro | Domingo

07H30 – 09H30 | Reabertura do Secretariado para entrega do kit de atleta

 Campo de Futebol do [Sporting Clube de Casainhos](#)

Os dorsais serão entregues unicamente ao próprio, mediante apresentação de documento de identificação e indicação do número de dorsal, que deverá ser previamente consultado.

A entrega de dorsais em bloco (equipas), deverá ocorrer, preferencialmente no **sábado** e será feita a um representante mandatado da equipa, que deverá apresentar o seu documento de identificação e indicar o seu número de contacto telefónico.

3.4. Alterações de dados/distâncias

Os participantes poderão solicitar alterações aos dados da sua inscrição até ao dia **9 de novembro de 2025**, através de contacto direto com a organização, via e-mail: casainhos@fazteaostrilhos.pt. **Não será possível alterar os tamanhos das t-shirts ou dos hoodies** após a inscrição.

Não há lugar a reembolsos em caso de alteração para uma distância inferior.

No caso de alteração para uma distância superior (**upgrade**), o participante deverá pagar a diferença de valor correspondente.

4. Categorias (escalões etários) e Prémios

4.1. Data, local e horário da entrega de prémios

A cerimónia de entrega de prémios terá lugar no dia **16 de novembro de 2025**, às **13h30**, integrada no **almoço-convívio** do evento.

4.2. Categorias (escalões etários) e classificações:

A classificação do **Trail Curto (18 km)** e do **Trail Experience (10 km)** será determinada pelo tempo total de prova de cada atleta, com eventual dedução de penalizações, caso aplicável. Serão atribuídas **classificações individuais** e **por equipas**, tanto no setor **masculino** como no **feminino**, nas seguintes vertentes:

- ✓ **Classificação Geral**
- ✓ **Classificação por Escalões Etários**

✓ **Classificação Coletiva por Equipas**

A **Caminhada (10 km)** tem carácter exclusivamente lúdico, não competitivo, pelo que **não haverá lugar a classificações nem prémios**.

Os escalões etários são automaticamente definidos com base na **data de nascimento indicada no momento da inscrição**, considerando a idade do participante à data do evento: **16 de novembro de 2025**:

MASCULINO	FEMININO
M Júnior 18 a 19 anos	F Júnior 18 a 19 anos
M Sub 23 20 a 22 anos	M 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

Os **três primeiros classificados da classificação geral** (masculina e feminina) e os **três primeiros de cada escalão etário** subirão ao pódio para receber os respetivos troféus.

Todos os atletas que concluíam a sua prova e cruzem a linha de meta terão direito a uma **medalha de finisher** ou item equivalente.

No **Trail Curto** e no **Trail Experience**, serão ainda atribuídos **prémios às três primeiras equipas classificadas**, independentemente do género dos atletas. Para efeitos de classificação coletiva, pontuam os **três atletas com melhor tempo** de cada equipa

Qualquer reclamação relativa às classificações deve ser apresentada por escrito à organização **até 30 minutos após a chegada do último atleta da respetiva distância**.

A organização compromete-se a analisar e responder a todas as reclamações **antes da publicação oficial dos resultados**.

Será atribuído um **prémio surpresa** à **equipa com maior número total de participantes**, contabilizando os atletas inscritos nas **três provas** (Trail Curto, Trail Experience e Caminhada). Em caso de empate, o critério de desempate será:

- ✓ Maior número de **atletas do sexo feminino**;
- ✓ Melhor **classificação individual** entre os atletas da equipa.

5. Outras Informações

5.1. Localização

📍 A base do evento será no Campo de Futebol do [Sporting Clube de Casainhos](#)

Rua 25 de Abril, n.º 30 — 2670-692 Fanhões

5.2. Onde ficar

Mediante pedido prévio, **poderá ser disponibilizado** chão duro **para pernoita (espaço interior para dormir em saco-cama)**. Para garantir esta opção, o pedido deve ser feito com antecedência mínima de 72 horas **através dos contactos da organização**.

5.3. Banhos

Os atletas poderão mudar de roupa e tomar banho nos balneários do Sporting Clube de Casainhos. A organização **não pode garantir água quente para todos os participantes**, mas tudo fará para que esta esteja disponível durante o período pós-prova.

5.4. Estacionamento

Serão disponibilizados alguns lugares de estacionamento dentro do recinto do Sporting Club de Casainhos, respeitando sempre as indicações da Organização. Após o esgotamento destes e tratando-se de uma pequena localidade, os atletas deverão procurar lugar nas **ruas adjacentes**, respeitando sempre:

- ✓ **O** Código da Estrada
- ✓ **Os** acessos a habitações e garagens
- ✓ **O** bem-estar da comunidade local

A organização declina qualquer responsabilidade por **infrações ou danos** causados por estacionamento indevido.

6. Responsabilidade ambiental

Cada atleta é **inteiramente responsável pelos seus resíduos**, sejam eles:

- Invólucros de géis, barras, embalagens
- Resíduos biodegradáveis ou não

Todos os resíduos devem ser transportados até ao **próximo PAC** (posto de abastecimento e controlo) ou até à **linha de meta**.

Lema da prova: *"Deixa apenas a tua pegada. Leva contigo as boas recordações!"*

7. Direitos de imagem

A inscrição na prova implica a **aceitação automática** da captação e utilização de imagens e vídeos dos atletas, pela organização, para efeitos de:

- **Promoção e divulgação** da prova
- **Utilização em redes sociais, imprensa, cartazes, rádio, TV, internet, ou qualquer outro meio de comunicação**

A organização reserva-se o direito de utilizar esses conteúdos **sem necessidade de autorização adicional e sem qualquer compensação financeira** ao atleta.

8. Diversos

Todos os participantes devem **prestar auxílio a qualquer atleta acidentado** e **respeitar as regras de trânsito** nos cruzamentos ou segmentos com tráfego rodoviário.

A organização reserva-se o direito de **ajustar o percurso, horários ou formato da prova** por razões de segurança, condições meteorológicas adversas ou qualquer situação de **força maior**.

9. Casos Omissos

Qualquer situação não prevista neste regulamento será **analisada e decidida pela Comissão Organizadora**, sendo a sua decisão **final e inapelável**.

Para mais informações:

Plataforma de inscrições:

LINK: <https://acorrer.pt/eventos/3951/info>

Email: geral@acorrer.pt

Organização da prova:

Email: casainhos@fazteaostrilhos.pt

Site: <https://fazteaostrilhos.pt>

XV Trilhos de Casaínhos:

A mais antiga prova de Trail do Distrito de Lisboa!

