



FAROL ADVENTURE TRAIL

FLORES | AZORES

25.04 2026



REGULAMENTO





REGULAMENTO DE PROVA

1. Descrição

O Farol Adventure Trail – Flores Azores (FAT) é um evento desportivo organizado pelo Atlético Clube Fajã Grande em conjunto com o Município de Lajes das Flores, que será aberto a participantes de todas as nacionalidades e nível competitivo.

Esta prova é uma verdadeira imersão na beleza inigualável da ilha das Flores nos Açores, onde os participantes percorrerão trilhos deslumbrantes que os transportarão para um tempo antigo, em que os habitantes locais utilizavam os caminhos tradicionais para se deslocarem entre as freguesias e os seus campos de cultivo. O Farol Adventure Trail contém uma prova de Farol a Farol, ligando o Farol do Albarnaz ao Farol da Ponta das Lajes. Com as diversas provas, os participantes passarão por todas as freguesias do concelho, explorando a rica diversidade de paisagens e locais únicos da ilha. Ao longo do percurso, serão desafiados por trilhos de pé posto e inclinações acentuadas, típicas da região, enquanto desfrutam de pontos icónicos, como a Cascata do Poço do Bacalhau, as Cascatas do Poço do Ferreiro ou a Rocha dos Bordões, dos miradouros de tirar a respiração e o contacto íntimo com a natureza exuberante, onde o som das águas a cair será uma constante. Esta experiência será uma das mais memoráveis e exigentes para os participantes, testando o seu físico enquanto exploram um dos mais belos recantos do arquipélago

A terceira edição do FAT, decorrerá no dia 25 de abril de 2026 contando com três provas de trail run, de 36km, 18km, 09km respectivamente e uma caminhada de 09km.

2. Provas

O Farol Adventure Trail – Flores Azores (FAT), é um evento desportivo certificado pela **Internacional Trail Run Association (ITRA)**, pela **UTMB world series**, pela **Associação Trail Running Portugal (ATRP)** e integra o **Circuito de Trail São Miguel da Associação de Atletismo de São Miguel e calendário Regional dos Açores**.

É um evento composto pelas seguintes atividades, com passagem por diversos tipos de terrenos (terra, pedra, relva, lama, ribeiras, etc) e desníveis, tendo como meta a zona junto ao Farol da Ponta das Lajes.

- **FAT36** – prova de 36km, com [partida do Farol do Albarnaz, Freguesia de Ponta Delgada, Santa Cruz das Flores;](#)
- **FAT18** – prova de 18km, com [partida Largo do Rossio, Freguesia da Fajãzinha, Lajes das Flores;](#)
- **FAT09 e FAT09c** – prova e caminhada de 09km, com [partida junto à Igreja Paroquial de São Caetano, Freguesia da Lomba.](#)

3. Idade mínima de participação nas diferentes provas

A idade mínima de participação é a seguinte: **FAT36** 20 anos de idade, e **FAT18** 18 anos de idade, **FAT09** 16 anos de idade. Considerar a idade a 30 de setembro de 2026.

A caminhada, **FAT09c**, não requer idade mínima de participação, desde que acompanhados por um responsável maior de idade e que tenham as devidas condições para realizar o percurso em segurança.

Todos os participantes com idade inferior a 18 anos, só poderão participar mediante a apresentação da declaração de autorização de participação de menores, devidamente preenchida e assinada a entregar no Secretariado do evento aquando do levantamento do kit.

[Declaração de autorização de participação de menores,
disponível para download AQUI](#)

4. Inscrições

4.1. Condições Gerais e Termos de Responsabilidade

O participante inscrito em qualquer uma das provas do **FAT2026**, declara que:

- 4.1.a.** Aceita participar voluntariamente e sob a sua própria responsabilidade na competição. Por conseguinte, concordam em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e outros participantes qualquer responsabilidade para

- com os mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, dos seus colaboradores e participantes;
- 4.1.b.** Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, deverá cumprir com as regras de trânsito, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento;
 - 4.1.c.** Tem as condições físicas e psicológicas adequadas às características da prova, que junta em simultâneo distância, desnível, temperatura, humidade, etc;
 - 4.1.d.** Está ciente das contraindicações médicas que a presente prova possa despoletar, e conseqüentemente liberta a Organização de qualquer responsabilidade por qualquer problema médico que possa surgir durante o evento devido a negligência da sua parte;
 - 4.1.e.** É recomendável que todos os participantes realizem um exame médico desportivo que ateste a sua aptidão para a realização deste tipo de atividade física. Em qualquer momento, a organização reserva-se no direito de, se assim o entender, afastar um participante caso este apresente algum sinal de patologia que coloque em causa a sua saúde e bem-estar, e/ou de terceiros;
 - 4.1.f.** Em caso de um participante não poder participar e/ou as condições climatéricas não permitirem a realização do evento ou seu cancelamento, a organização não será obrigada a devolver o valor das inscrições, assim como o reembolso aos patrocinadores;
 - 4.1.g.** Concorda com o tratamento dos seus dados pessoais conforme mencionado na Proteção de Dados;
 - 4.1.h.** Toma conhecimento de que receberá da Organização, comunicações que são essenciais para a sua participação no evento e para a sua segurança, seja por correspondência, e-mail, mensagens ou quaisquer outros serviços de comunicação eletrónica;
 - 4.1.i.** Autoriza a utilização de imagens e vídeos, capturados durante o evento, para fins de divulgação e promoção do mesmo, sem qualquer ônus ou restrição de tempo;
 - 4.1.j.** Com efeito, ao clicar no campo de confirmação da inscrição, expressa o seu respetivo acordo relativamente às condições, termos e regras de inscrição e participação nas provas, em conformidade com o previsto no presente regulamento.

4.2. Como fazer

4.2.a. As inscrições são realizadas através da plataforma [numa ligação existente para o efeito.](#)

4.2.b. A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, salientando-se a importância da exatidão dos mesmos para efeitos de seguro.

4.3. O que inclui a inscrição regularizada / Kit de Prova

4.3.a. Dorsal/Peitoral;

4.3.b. T-shirt da prova;

4.3.c. Acesso aos postos de abastecimento durante e no fim das provas.

4.3.d. Seguro de acidentes pessoal e de responsabilidade civil;

4.3.e. Prémio finisher para quem concluir a prova;

4.3.f. Jantar de convívio ([confirme a sua presença - AQUI](#));

4.3.g. A caminhada - FAT09c não terá controlo de tempos e respetiva classificação;

4.3.h. Solo Duro ([mediante disponibilidade e reserva - AQUI](#));

4.3.i. Transportes para a partida da respetiva prova ([mediante disponibilidade e reserva - AQUI](#))

4.4. Períodos de inscrição e valores

Prova/Fase	Fase 1 até 31/12 de 2025	Fase 2 01/01 a 01/04 de 2026
FAT36	25€	30€
FAT18	20€	25€
FAT09 FAT09c	15€	20€
<p>Refeição dos acompanhantes do participante: 15€ por pessoa <i>(com idade igual ou maior que 12 anos)</i> Reserva obrigatória, até dia 01 de abril Pagamento por transferência bancária (enviar comprovativo para: faroladventuretrail.azores@gmail.com) Atlético Clube Fajã Grande: PT50 003507140000507043045</p>		

4.4.a. Após a data-limite, as inscrições que não possuem o pagamento confirmado serão atualizadas para o valor monetário da fase seguinte;

4.5. Requisitos das Inscrições

4.5.a. A inscrição fica regularizada após a liquidação do pagamento nos prazos estabelecidos e implica aceitar todas as informações e Termo de Responsabilidade constantes do presente regulamento. Não será necessário o envio de comprovativo de pagamento;

4.5.b. As inscrições são limitadas a **250 participantes** no total das quatro provas;

4.5.b.1. O número de inscrições disponíveis por prova são: **FAT36:** aproximadamente 90 participantes; **FAT18:** aproximadamente 90 participantes; **FAT09:** aproximadamente 40 participantes e **FAT09c:** aproximadamente 30 participantes;

4.5.b.2. A Organização reserva-se ao direito de alterar o número de vagas, para satisfazer os seus compromissos perante associados e organizadores do **FAT** e para com os parceiros oficiais do evento;

4.5.b.3. A Organização reserva-se ainda ao direito de reduzir o número de vagas por razões de segurança ou por qualquer outro motivo que possa afetar o bom funcionamento da prova. Todas as alterações serão anunciadas, com a devida antecedência, no website oficial e redes sociais do evento;

4.5.c. As inscrições são pessoais e intransmissíveis;

4.5.d. Cada prova encerra inscrições ao atingir o respetivo limite de vagas ou, no máximo, até **01 de abril de 2026**. O esgotar de uma prova não impede inscrições nas restantes que ainda tenham vagas disponíveis.

4.5.e. Todas as inscrições sem confirmação de pagamento até ao dia 01 de abril de 2026 poderão não ser consideradas. Cabe à organização avaliar a possibilidade de criar um prazo extra de inscrições e decidir em função das vagas e condições;

4.5.f. Existindo a possibilidade de inscrições depois do dia **01 de abril de 2026**, estas têm um custo adicional de 5€ e a organização não se compromete a ter disponível o tamanho de t-shirt pretendido;

- 4.5.g.** A organização não se vê no dever de devolver o dinheiro da inscrição aos participantes já confirmados e que não possam comparecer no dia do evento;
- 4.5.h.** Caso o participante solicite alteração de inscrição para uma prova com uma distância superior, haverá lugar ao pagamento do diferencial, nos valores referenciados no ponto **4.3**. Se pretender alterar para uma prova de distância inferior, o eventual valor da diferença de montante da inscrição não será restituído;
- 4.5.i.** O envio de kits e/ou prémios não levantados junto da organização até ao dia **04 de maio de 2026**, poderão ser enviados por correio, mediante análise da situação e após pagamento dos custos de envio por parte do participante, por transferência bancária, antes do envio;
- 4.5.j.** Todos os kits não recolhidos, serão guardados durante 1 mês. Após esse prazo, a organização reserva-se o direito de dar um destino aos mesmos, nomeadamente através de doação a instituições locais, utilização para fins promocionais ou, em último recurso, eliminação, caso incluam produtos perecíveis ou personalizados sem possibilidade de reutilização.
- 4.5.k.** Todos os pedidos de informação deverão ser solicitados para o email: faroladventuretrail.azores@gmail.com ou telemóvel: **918182186**.

5. Dorsal

O dorsal do participante é pessoal e intransmissível e deve ser usado, preferencialmente, à frente do corpo e deverá ser transportado nesta posição ao longo de todo o percurso da prova. Consequentemente, caso o participante não tenha o seu dorsal em algum dos pontos de controlo ou à chegada, não será classificado;

Não é permitida qualquer alteração do dorsal, sob pena de desclassificação. Deve ser garantida a integridade do dorsal, caso o dorsal seja rasgado poderá não ser possível a sua identificação, e o participante não será classificado;

Em caso de desistência, o participante deve comunicar de imediato à organização (contacto: 918182186).

6. Prémios e Escalões

6.1. Prémios

Para as provas **FAT09**, **FAT18** e **FAT36** – prémios para os três primeiros da classificação geral individual e por escalão (de acordo com o **quadro 6.3.**), tanto para os femininos como para os masculinos. Prémios para as três primeiras equipas (a classificação coletiva é mista).

6.2. Classificação Coletiva

6.2.a. As equipas são formadas por um nº mínimo de 3 elementos (sem distinção de escalão ou género);

6.2.b. Com base na classificação geral, são atribuídos pontos correspondentes à classificação obtida por cada participante;

6.2.c. Para a pontuação de cada equipa, somam-se os lugares dos 3 melhores classificados;

6.2.d. Vence a equipa que obtiver menos pontos;

6.2.e. Em caso de empate, declara-se vencedora a equipa que em primeiro lugar feche a classificação coletiva.

6.3. Escalões

Os escalões **são conforme o regulamento de competições da ATRP**, mas no evento só serão premiados com troféu os escalões conforme tabela abaixo:

Escalões Etários					
FAT09		FAT18		FAT36	
Feminino	Masculino	Feminino	Masculino	Feminino	Masculino
≥ de 16 anos		Seniores 18-34 anos		Seniores 20-34 anos	
		Veteranos I 35 - 44 anos		Veteranos I 35 - 44 anos	
		Veteranos II 45 a 54 anos		Veteranos II 45 a 54 anos	
		Veteranos III mais de 55 anos		Veteranos III mais de 55 anos	

7. Programa / Horários

Dia	Hora	Descrição	Informações	
até 31/12 de 2025		Fase 1 - inscrições	Plataforma https://acorrer.pt/	
01/01 a 01/04 de 2026		Fase 2 - inscrições		
24/04	14h00 às 16h30 e 18h00 às 20h00	Levantamento Kits de Prova	A definir	
	19h00	Briefing Farol Adventure Trail		
25/05	06h15	Transfer para a partida FAT36	Farol da Ponta das Lajes, Antiga Rádio Naval	
	08h00	Início da prova FAT36	Farol do Albarnaz, Ponta Delgada	
	08h30	Transfer para a partida FAT18	Farol da Ponta das Lajes, Antiga Rádio Naval	
	10h00	Início da prova FAT18	Largo do Rossio, Fajãzinha	
	10h15	Transfer para a partida FAT09 e FAT09c	Farol da Ponta das Lajes, Antiga Rádio Naval	
	11h30	Início da prova FAT09 e FAT09c	Largo da Igreja de São Caetano, Lomba	
	16h00	Fecho da META	Jantar	Farol da Ponta das Lajes, Antiga Rádio Naval
18h00	Cerimónia entrega de prémios			

7.1. Por razões de força maior, os horários e locais podem ser alterados;

7.2. Os transportes serão apenas para os participantes das provas, que **[tenham solicitado - Reserva Aqui](#)**

8. Material obrigatório/recomendado e verificações de material

Durante a competição, os participantes devem fazer-se acompanhar de todo o material obrigatório e todo aquele com que iniciaram, durante toda a prova (em caso de necessidade). Em qualquer momento durante a prova, a Organização pode verificar o mesmo. O participante terá de aceitar estes controlos de forma pacífica, sem contestar, sob pena de ser excluído da prova.

Dependendo das condições climatéricas, a Organização pode anunciar qual o material recomendado que poderá passar a ser obrigatório.

8.1. Material Obrigatório/Recomendado

Material obrigatório/recomendado (X/-)	FAT36	FAT18	FAT09	FAT09c
Dorsal	X	X	X	X
Telemóvel funcional	X	X	X	X
Apito	X	X	X	X
Manta térmica (mín. 140cm x 200cm)	X	X	X	X
Depósito(s) de água (0,5 litro capacidade mínima conjugada)	X	X	-	-
Impermeável	X	X	-	-
Mochila ou equipamento similar	-	-	-	-
Bastões	-	-	-	-

9. Apoio/Ajuda Externa

O apoio aos participantes por elementos externos à organização é apenas permitido nos postos de abastecimento. O participante, de acordo com o ponto **4.1.c**, deverá ter noção das suas necessidades durante a prova, assim como a sua capacidade de resolução dos problemas perante situações inesperadas.

10. Postos de abastecimento e controlo de tempo

10.1. Controlo de tempo e postos de abastecimento de prova (distâncias aproximadas).

Postos de abastecimento e controlo de tempo	FAT36	FAT18	FAT09	FAT09c
Fajã Grande (líquidos e sólidos)	15km ->3h00	-	-	-
Fajãzinha (líquidos e sólidos)	18,5km ->4h15	0km	-	-
Mosteiro (líquidos e sólidos)	21,5km ->5h15	3km ->1h30	-	-
Costa do Lajedo (líquidos e sólidos)	27km ->6h30	9km ->3h00	-	-
Fazenda (líquidos e sólidos)	-	-	4,8km -> 2h00	4,8km -> 3h00
META - Farol (líquidos e sólidos)	36km ->8h	18km ->6h00	9km -> 3h30	9km -> 4h30

10.2. Por razões de força maior, as barreiras horárias podem ser alteradas;

10.3. Em diversos pontos dos percursos, poderão existir controlos surpresa, e haverá postos de abastecimento de líquidos e sólidos;

10.4. O não cumprimento das barreiras horárias, leva à desclassificação do participante e a continuação em prova é de total responsabilidade e autonomia do mesmo.

11. Desclassificações / Penalizações:

11.1. Os participantes que não se fizerem acompanhar pelo material obrigatório e/ou que iniciaram a prova, terão uma penalização de 15 minutos por cada item em falta.

11.2. Será desclassificado todo aquele que:

11.2.a. Não cumpra o presente regulamento;

11.2.b. Não preste assistência a um participante que esteja a necessitar de ajuda;

11.2.c. Não complete a totalidade do percurso;

- 11.2.d.** Receber ajuda externa fora das áreas definidas pela Organização;
- 11.2.e.** Deteriore ou suje o meio por onde passa;
- 11.2.f.** Não cumpra as barreiras horárias;
- 11.2.g.** Ignore as indicações da organização;
- 11.2.h.** Tenha uma conduta antidesportiva;
- 11.2.i.** A organização poderá não aceitar, em futuras edições, a inscrição de participantes que sejam abrangidos por alguma das duas últimas alíneas.

12. Seguro de Prova

Os participantes estarão automaticamente segurados, de acordo com o Decreto Lei nº10/2009, de 12 de janeiro.

Todas as ocorrências devem ser comunicadas à Organização após o final do evento, ou para o e-mail: faroladventuretrail.azores@gmail.com até às 20h00 do dia em que realizaram as provas de Trail e Caminhada.

13. WC's e Local para Banhos

Os participantes poderão utilizar os Wc's e Chuveiros do [Pavilhão Municipal de Lajes das Flores](#)

14. Transportes e Parques de Estacionamento

Serão disponibilizados transportes desde a Meta (Farol de Lajes) até as partidas das provas, mediante reserva junto da organização.

Junto à zona da Meta existem diversos parques de estacionamento:

- [Parque de estacionamento do Pavilhão Municipal de Lajes](#)
- [Parque de estacionamento da Creche Arco-íris](#)
- [Parque de estacionamento junto ao Museu Municipal de Lajes](#)
- [Parque de estacionamento junto ao Museu Municipal de Lajes 2](#)
- [Parque de estacionamento junto à Câmara Municipal de Lajes](#)

15. Informações

15.1. Como chegar

A Ilha das Flores apresenta ligações regulares de avião, dispondo de um aeroporto, sendo a via aérea a forma principal de chegada. Só existem voos para a ilha das Flores operados pela SATA Air Açores normalmente com escalas na ilha de São Miguel, Faial, ou Terceira.

Quem nos visita, poderá recorrer ao serviço de táxi, aluguer de automóvel ou aos transportes prestados por operadores de animação turística, para melhor descobrir os diversos encantos da Ilha das Flores. Mais informações [aqui](#).

15.2. Onde ficar

O concelho de Lajes dispõe de diversos alojamentos, consulte os mesmos [aqui](#). Participantes que pretendam usufruir do solo duro, devem preencher o formulário:

- [Formulário pedido de solo duro](#)

ou contactar:

- 918 182 186
- 960 084 837
- faroladventuretrail.azores@gmail.com

16. Direitos de Imagem e Publicidade

A aceitação do presente Regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza a utilização da sua imagem para a difusão da prova em todas as suas formas de comunicação (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, cartazes, meios de comunicação social, etc) e que estas possam ser utilizadas de forma intemporal em qualquer ação publicitária, com o único fim de promoção e divulgação do evento presente e futuros. Cede também todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte dos participantes, a receber qualquer compensação económica.

17. Proteção de Dados

Todo o participante, ao formalizar a sua inscrição, autoriza a publicação dos seus dados pessoais necessários ao desenrolar da prova, seja as listas oficiais, em meios de comunicação e/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 utilizados 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, e está consciente que estes farão parte de um ficheiro, do qual a organização será responsável.

18. Contactos

Para qualquer esclarecimento de dúvidas, outras questões ou reclamações, os contactos são:

- 918 182 186
- 960 084 837
- faroladventuretrail.azores@gmail.com

19. Omissões

Os casos omissos serão resolvidos pela Organização que aplicará as soluções recomendadas pelos regulamentos gerais que regem a modalidade.

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições encontradas no dia do evento, assim como à suspensão da prova se as condições não permitirem o seu desenvolvimento em segurança.

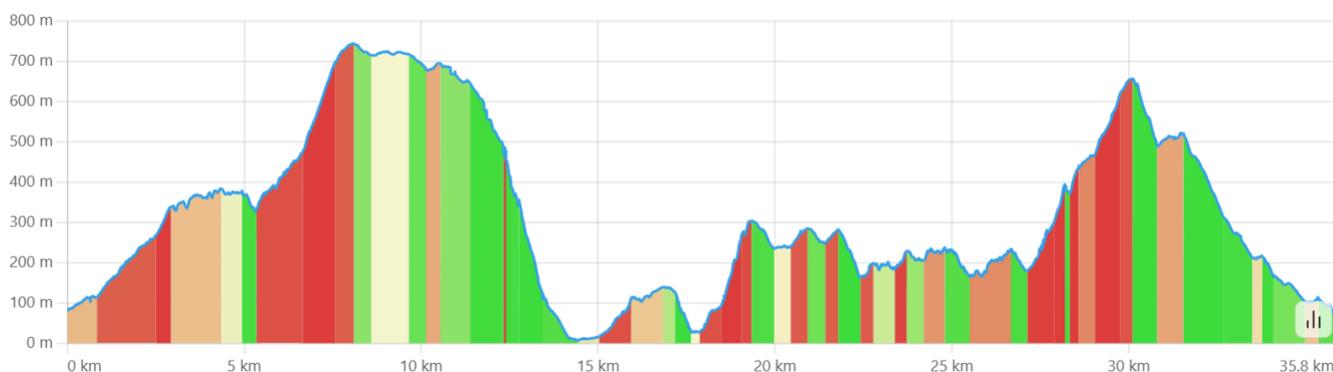
Este regulamento poderá ainda ser alterado de modo a que fique mais completa a informação.

ANEXO I

1. FAT36: [Download do ficheiro FAT36-GPX AQUI](#)

Hora de Partida	Local de Partida	Distância	Desnível +	Desnível -	Tempo limite
08h00	Farol do Albarnaz, Ponta Delgada	35,8 km	1899m	1907m	08horas

Distâncias correspondem a um valor aproximado, poderão não coincidir com todos os GPS.

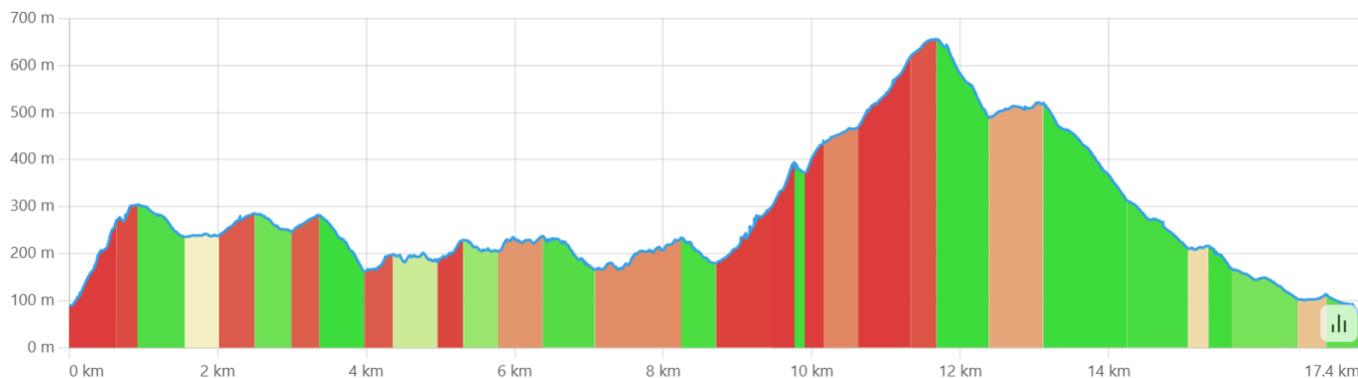
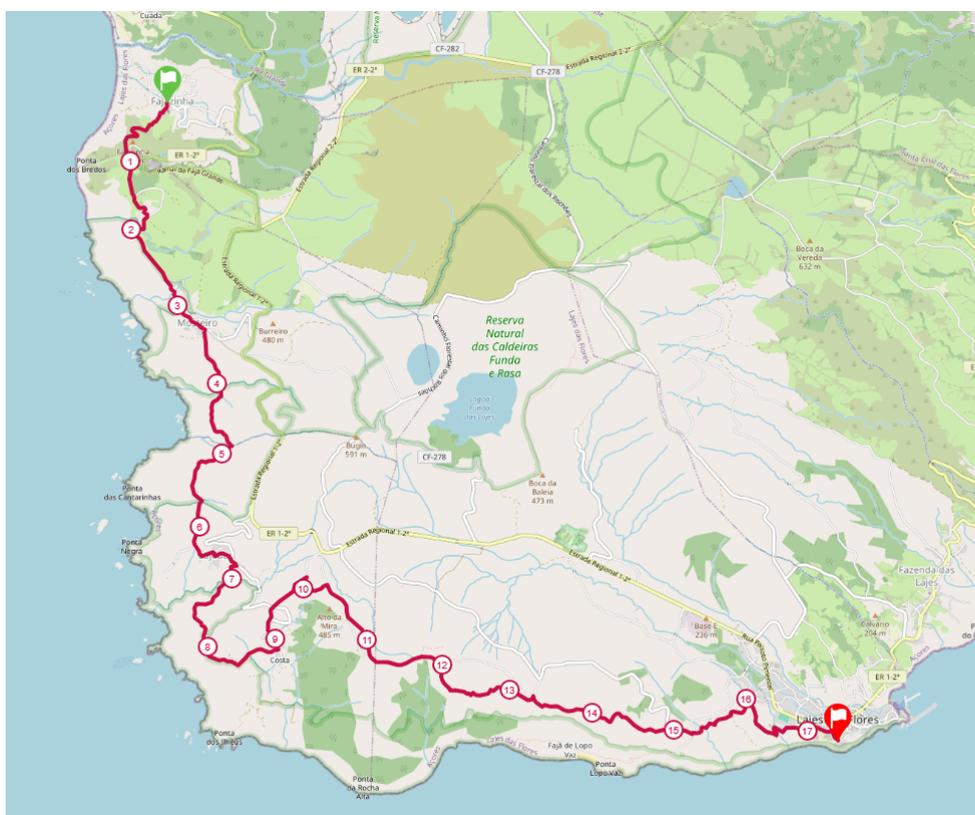


ANEXO II

2. FAT18: [Download do ficheiro FAT18-GPX AQUI](#)

Hora de Partida	Local de Partida	Distância	Desnível +	Desnível -	Tempo limite
10h00	Largo do Rossio, Fajãzinha	17,62 km	1069m	1060m	06h00

Distâncias correspondem a um valor aproximado, poderão não coincidir com todos os GPS.



ANEXO III

3. FAT09 e FAT09c: [Download do ficheiro FAT09 e FAT09c-GPX AQUI](#)

Hora de Partida	Local de Partida	Distância	Desnível +	Desnível -	Tempo limite
11h30	Largo da Igreja de São Caetano, Lomba	8,8km	307 m	425 m	FAT09 - 03h30 FAT09c - 04h30

Distâncias correspondem a um valor aproximado, poderão não coincidir com todos os GPS.

