



Época 2025 / 2026

PARECER Nº 16 / 2025/2026

Nome da Competição: III TRAIL ROTA DAS ESTEVAS

Organização: GRUPO DESPORTIVO DO SERRANO

Local da Realização: ALTE - LOULÉ

Data da Realização: 29 de Março de 2026

PARECER TÉCNICO

Face ao regulamento apresentado e que se anexa, depois de devidamente analisado, a Associação de Atletismo do Algarve, concede o parecer favorável à realização do evento acima referido, pelo que o organizador se obriga a realizá-lo de acordo com o estabelecido no Regulamento.

O evento cumpre as condições regulamentares que permitem a sua realização, não obstante a garantia de presença da assistência médica necessária e das forças de segurança (no caso da sua realização ou passagem pela via publica).

A organização, compromete-se na contratação de Seguro de Responsabilidade Civil e Desportivos obrigatórios por lei.

Data: 19 de Dezembro de 2025

Atualizado a 19 de Janeiro de 2026

Direção Técnica Regional

Associação de Atletismo do Algarve

REGULAMENTO GERAL DA PROVA

III TRAIL ROTA DAS ESTEVAS

1. Condições de participação

1.1 Idade permitida de participação nos diferentes percursos

- Trail (T) 36 Km: > = 18 anos;
- Trail Sprint (TS) 20 Km: > = 18 anos;
- Mini Trail 11 Km: > = 16 anos;
- Caminhada 7 Km: > = 14 anos;

A inscrição de menores no Mini Trail, Caminhada e TS só serão aceites desde que acompanhadas de termo de responsabilidade / declaração assinada pelo encarregado de educação acompanhada de cópia de documento de identificação do responsável.

Todas as distâncias terão limite máximo de idade de 75 anos.

1.2. Inscrição regularizada

A inscrição será feita através do site: www.acorrer.pt

1.3. Condições físicas

Para participar é indispensável:

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado fisicamente e mentalmente.
- Ter adquirido, antes do evento, capacidades reais de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas.
- Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro e chuva.
- Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc; - Estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas.
- Aconselhamos os atletas que efetuem exames médicos de rotina a fim de saberem como estão as suas condições físicas e psicológicas.

1.4. Possibilidade de ajuda externa

Durante o evento apenas é permitida a entreajuda entre os participantes, não será permitida qualquer ajuda externa aos atletas, excepto em caso de emergência ou nos locais de abastecimento.

1.5. Colocação dorsal

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado de forma bem visível.

Não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação.

O dorsal dispõe de números de telemóveis referentes a números de emergência e da organização.

1.6. Regras de conduta desportiva

O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas as modalidades, serão alvo de advertência, expulsão ou desqualificação.

2. Prova

2.1 Apresentação da prova / Organização

O Evento “**III Trail Rota das Estevas**” é uma prova de Trail Running organizada pelo Grupo Desportivo Serrano, em colaboração com a Câmara Municipal de Loulé e Junta Freguesia de Alte, que será realizada por trilhos e caminhos do concelho de Loulé, no dia 29 Março de 2026

Os percursos têm as seguintes distâncias aproximadamente:

- Trail de 36 Km, com partida e chegada na sede do Grupo Desportivo Serrano;
- Trail Sprint de 20 Km, com partida e chegada na sede do Grupo Desportivo Serrano;
- Mini Trail de 11 Km com partida e chegada na sede do Grupo Desportivo Serrano;
- Caminhada de 7 Km, com partida e chegada na sede do Grupo Desportivo Serrano;

2.2.– Programa/ horários

27 e 28 de Março 2026

10h00 as 22h00 – Levantamento de dorsais na loja Decathlon Albufeira

29 de Março 2026

06h45 – Abertura do Secretariado (Sede do Grupo Desportivo Serrano)

08h45 – Fecho do Secretariado

07h50 – Briefing / Controlo Zero

08h00 – Início Trail (T)

08h20 – Briefing / Controlo Zero

08h30 – Início Sprint (TS)

08h50 – Briefing Mini Trail

09h00 – Início Mini Trail

09h05 – Briefing Caminhada

09h10 – Início Caminhada

12h30 – Entrega de Prémios (horário sujeito a alterações)

2.3. Distância e altimetria

- Trail, distância de 36 Km; D+ 1860;
- Trail Sprint, distância de 20 Km; D+ 960;
- Mini Trail: distância 11 Km; D+ 460;
- Caminhada: distância 7 Km; D+ 130;

As distâncias e perfis altimétricos dos percursos podem sofrer ligeiras alterações; estas informações serão anunciadas na página oficial de Instagram da prova, em data próxima do evento.

2.4. Tempo limite

As provas terão os seguintes tempos limites para conclusão:

- Trail: tempo máximo 06H00;
- Trail Sprint: tempo máximo 04H00;
- Mini trail/Caminhada: sem limite de tempo

Por motivos de segurança serão aplicadas as barreiras horárias seguintes, a partir das quais os atletas não poderão prosseguir em provas caso não atinjam os pontos definidos antes da hora determinada:

- Trail: Ao Km 19 às 03H30 de prova.

Os atletas podem fazer o percurso a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem o limite estipulado.

2.5. Metodologia de controlo de tempos

O controlo de tempos será feito através de chip incluído no dorsal e da responsabilidade da Empresa Acorrer

Na caminhada não haverá controlo de tempos.

2.6. Postos de controlo

Haverá postos de controle no percurso do Trail e do Trail Sprint. É obrigatória a passagem dos concorrentes pelos postos de apoio e controlo que se situam no seu percurso.

2.7. Locais de abastecimento

A organização disponibiliza a todos os atletas abastecimentos líquidos e sólidos de forma a satisfazer as necessidades consoante as distâncias que vai percorrer.

- Trail 36Km:
 - 5 Abastecimentos (km8, km19, km22, km28, Meta)
- Trail Sprint 20 km
 - 3 Abastecimentos (km8, km16, Meta)
- Mini Trail 11km
 - 2 Abastecimentos (km7, Meta)
- Caminhada 7Km
 - 2 Abastecimento (km4, Meta)

*Cada atleta, ao deixar cada posto de abastecimento, é responsável por ter a quantidade de bebida e comida necessária para alcançar o próximo abastecimento.

2.8. Material obrigatório /Recomendado

No controle “0” os atletas do T, TS e MT terão de apresentar o material obrigatório que irá transportar durante a prova.

Durante a prova elementos da organização podem solicitar a verificação do material obrigatório.

TRAIL

- Dorsal (pessoal, intransmissível e visível)
- Telemóvel carregado;
- Apito
- Manta térmica
- Reservatório de líquidos com capacidade mínima de 0,5L.
- **Recipiente para consumo de bebidas (não haverá copos nos abastecimentos)**

TRAIL SPRINT, MINI TRAIL / CAMINHADA

- Dorsal (pessoal, intransmissível e visível)
- Telemóvel carregado;
- Apito
- Manta térmica.
- Reservatório de líquidos com capacidade mínima de 0,5L.
- **Recipiente para consumo de bebidas (não haverá copos nos abastecimentos)**

2.9. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário.

Como será impossível realizar corte de tráfego rodoviário nas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito na cidade e estradas de uso público, devendo ainda respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

2.10. Penalizações / desclassificações

Os Atletas que não cumprirem as normas constantes no regulamento serão impedidos de participar se a infração respeitar a procedimentos prévios á partida e desclassificados se a infração respeitar a atos que ocorram durante a prova.

As penalizações a aplicar serão decididas pela organização em função da gravidade da infração. Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados.

Penalizações:

- Não leve o seu dorsal bem visível (10 minutos)
- Perda do Dorsal (30 minutos)

Desclassificações:

- Atletas que não cumpram a totalidade do percurso
- Deteriore ou suje o meio ambiente
- Ignore as indicações de algum responsável da Organização
- Tenha alguma conduta Antidesportiva
- Receba qualquer assistência vinda do exterior fora dos postos de abastecimento
- Organização poderá desclassificar o atleta que não tenha material obrigatório

2.11. Seguro desportivo

Todos os atletas participantes estarão cobertos por seguro desportivo de acordo com a lei em vigor. Os atletas filiados na Associação de Atletismo do Algarve têm seguro desportivo da FPA.

A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro (24h após o encerramento da prova).

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição

As inscrições terão que ser efetuadas online no site: www.acorrer.pt

3.2. Valores e tipo de inscrições:

As inscrições irão decorrer nos seguintes períodos, divididos em duas (2) fases de inscrições, em que cada fase terá um valor de inscrição diferente

- Desconto de 3€ em cada uma das fases para todos os atletas filiados na Associação de Atletismo do Algarve do T / TS.

1º Fase: Até 8 Março

T 36 km - 25 €

TS 20 km - 19 €

Mini Trail - 11km – 17€

Caminhada - 7km – 11€ - 16€ (com t-shirt)

2º Fase de 9 Março até 23 Março

T 36 km - 28 €

TC 20 km - 23 €

Mini Trail - 11km - 20€

Caminhada - 10km – 12€ - 17€ (com t-shirt)

3.3. Número limite de inscrições

TL 150 atletas

TS 250 atletas

MINI TRAIL / CAMINHADA sem limite

Para quem quiser haverá almoço para atletas e acompanhantes mediante pagamento de 5€ adicionais

3.4. Data limite das inscrições

A data limite para inscrição no evento será 23 Março de 2026, data a partir da qual não serão permitidas mais inscrições.

3.5. Devolução do valor da inscrição

Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada previamente por motivos imputáveis à Organização. As inscrições são pessoais e intransmissíveis. Os dorsais serão entregues individualmente ou a responsável de equipa para levantamento coletivo, deverão apresentar o CC/BI no momento de recolha dos mesmos.

3.6. Material incluído com a inscrição

- Dorsal;
- T-Shirt do evento;
- Brinde Final;
- Gola
- Seguro de acidentes pessoais;
- Abastecimentos;
- 1 bebida;
- 1 bifana;
- Banhos;
- Outros brindes que a organização consiga angariar.

3.7. Política de cancelamento da prova

O cancelamento da prova pode ocorrer devido a fatores externos á organização, nomeadamente:

- a) Indicação da Direção Geral de Saúde,
- b) Catástrofes naturais, manifestações, impossibilidade de usar as vias de circulação de trânsito, impossibilidade de usar telecomunicações, restrições do governo, nova legislação.
- b) Nestes casos, a organização reserva-se no direito de 60 dias seguintes à data prevista para a realização da prova, emitir um parecer acerca das ações a serem tomadas resultantes da gravidade do cancelamento.

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

3.8. Categorias

CATEGORIAS ESCALÕES		
IDADES	MASCULINO	FEMININO
<23 ANOS	SUB 23	SUB 23
23 – 34 ANOS	SENIORES	SENIORES
35 – 39 ANOS	M35	F35
40 – 44 ANOS	M40	F40
45 – 49 ANOS	M45	F45
50 – 54 ANOS	M50	F50
55 – 59 ANOS	M55	F55
60 – 64 ANOS	M60	F60
65 – 69 ANOS	M65	F65
MAIS 70 ANOS	M70	F70

- Nota: para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerada a idade que o atleta terá a 30 de setembro 2026.Ex: um atleta que faz 40 anos entre 01 de outubro 2025 e 30 de setembro 2026 será classificado no escalão M40.

3.9. Prémios

-Os 3 primeiros classificados na Geral e de cada escalão Masculino / Feminino (T/ TS) têm direito a prémios concedidos pela organização.

-Serão atribuídos prémios também para as 3 primeiras equipas nos T/ TS.

-Mini Trail prémios para os 3º primeiros M/F.

-A classificação por equipas será pelo sistema de pontos, a equipa com menor número de pontos será a vencedora (Exemplo de pontos a atribuir: 1º Class.— 1 Ponto; 2ºClass. - 2 Pts). Para a Classificação por equipas contam os 3 primeiros atletas de cada equipa a terminar. Em caso de empate pontual, a equipa com o atleta melhor classificado vence.

4.Haverá segmentos Strava cronometrados devidamente assinalados.

-Obrigatório ter aplicação strava e prova carrega na aplicação ate a hora de entrega dos prémios.

-Haverá prémios para o primeiro Masculino e Feminino de cada segmento.

-Será dada mais informação sobre os segmentos e prémios nas redes sociais da prova mais perto do evento

5. Marcação do percurso

A marcação principal será constituída por fita pendurada em elementos naturais. A cor da fita será anunciada no momento da partida.

Para além da fita sinalizadora serão utilizadas outras sinaléticas como setas impressas, cal a cortar as estradas e informações diversas para além de indicações por colaboradores da Organização em atravessamento de estradas e outros locais.

Os concorrentes obrigam-se a percorrer todo o trilho sinalizado o mais perto possível das marcações não devendo atalhar nos pontos em que eventualmente tal seja possível. O não acatamento desta norma pode levar à desclassificação se no entender da organização da prova tal for feito com a intenção de diminuir a distância percorrida ou de diminuir as naturais dificuldades técnicas do percurso.

No caso de um concorrente percorrer alguma parte do percurso sem sinalização deverá voltar atrás pelo caminho que seguiu e procurar o caminho sinalizado.

6. Responsabilidade ambiental

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.

7. Direitos de imagem

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza aos organizadores da prova a gravação total ou parcial da sua participação na mesma, pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a imagem do atleta para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, internet, cartazes, meios de comunicação social, etc.) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

8. Casos omissos

Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pela Organização, de cujas decisões não haverá recurso.

Contactos e Informações da Organização

Telefs:

E-mail – trailrotadasestevas@gmail.com

Página – www.gdserrano.pt

9. Diversos

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 ainda pode ser alterado de modo a que fique mais completa a informação.

Organização Trail Rota das Estevas
Grupo Desportivo Serrano
19 de Janeiro 2026