



TTOT BROTAS

TRAIL . POR TERRAS DE OUTRORA

15 de março 2026

associação cultural
lagartos
brotas - alentejo - portugal



1. Condições de participação

1.1. Idade de participação

Restrições de Idade

As provas competitivas do TTOT “Trail Por Terras de Outrora” estão sujeitas às seguintes restrições etárias:

- Trail Curto: idade mínima de 16 anos;
- Trail Sprint: idade mínima de 18 anos;

A Caminhada é aberta a todas as idades; no entanto, os participantes com menos de 10 anos deverão estar acompanhados por um responsável.

1.2. Inscrição regularizada

Para participar na prova, o atleta deve ter a sua inscrição devidamente regularizada dentro do prazo estabelecido após a inscrição inicial e aceitar integralmente todas as normas constantes do presente regulamento.

1.3. Condições Físicas

A participação nesta prova exige condição física adequada às suas características, que envolvem elevado grau de dificuldade, incluindo:

- Percursos com desníveis acentuados e terreno técnico e sinuoso;
- Distância considerável e longa duração até à conclusão;
- Exposição a condições adversas, sem garantia de auxílio ou resgate imediato.

O atleta deve possuir capacidade de autogestão do esforço físico e mental, bem como saber lidar com situações adversas, como pequenas lesões, indisposições gástricas ou outros contratempos comuns em atividades realizadas na natureza.

1.4. Possibilidade de Ajuda Externa

É permitida assistência pessoal externa aos participantes, desde que:

- Ocorra exclusivamente nas zonas de abastecimento;
- Não interfira com o desempenho ou segurança de outros atletas.

Considera-se ajuda externa qualquer forma de apoio ao atleta, incluindo fornecimento de alimentação, primeiros socorros ou ações similares. No entanto, não é permitido qualquer tipo de auxílio que facilite o transporte, reduza o esforço físico ou proporcione vantagem indevida na progressão do percurso.

1.5. Colocação do Dorsal

O dorsal é pessoal e intransmissível. Deve ser colocado em local visível para a equipa organizadora e demais entidades envolvidas no evento. Em caso de desistência, o atleta deve comunicar à organização no secretariado da prova e devolver o dorsal, formalizando assim a sua desistência.

1.6. Conduta Desportiva

Qualquer comportamento inadequado, uso de linguagem ofensiva ou agressão, seja verbal ou de outra natureza, será comunicado às autoridades competentes sempre que a situação o justificar.

2. Prova

2.1. Apresentação da Prova e Organização

O TTOT “Trilhos Por Terras de Outrora” é organizado pela Associação Cultural “Os Lagartos”, contando ainda com a colaboração da Associação de Caça e Pesca de Brotas, Sport Clube Brotense, Junta de Freguesia de Brotas, Câmara Municipal de Mora e de mais alguns patrocinadores.

2.2. Modalidades e Percursos

O TTOT “Trail Por Terras de Outrora” é uma prova de Trail Running (corrida pedestre em meio natural), oferecendo três opções:

- Trail Sprint (TS): 22 km - Único percurso que conta para a classificação do campeonato regional de Trail Sprint, de acordo com a AAE – Associação de Atletismo de Évora
- Trail Curto (TC): 15 km
- Caminhada Recreativa: 10 km (sem carácter competitivo)

Percurso circular com partida e chegada no mesmo local, com desnível, zonas técnicas, misto de single track, linhas de água e estradão nas ligações. A prova terá início e término na Aldeia de Brotas, percorrendo trilhos, estradões, caminhos florestais, incluindo passagem por ribeiros e locais de interesse histórico.

O evento tem como objetivos principais a promoção turística e ambiental da região, bem como a divulgação do desporto em meio natural. A prova decorre predominantemente em meio rural, em caminhos e trilhos de terra batida.

2.3. Programa

Inscrições

-  Abertura: 25 de novembro, 00:00
-  Encerramento: 9 de março, 23:59

Abertura do secretariado

 17 Dia 14 de março (Sábado) – Escola de Brotas

 Local: Escola de Brotas

-  16h00 – 19h30

 17 Dia 15 de março (Domingo)

 Local: Escola de Brotas

-  07h30 – 09h35

Partidas

 Horário	 Evento	 Local
09h00	Trail Sprint– 22 km	Escola de Brotas
09h30	Trail Curto– 15 km	Escola de Brotas
09h45	Caminhada – 10 km	Escola de Brotas

Pós-Prova

12h00: Almoço & Animação Musical 

14h00: Cerimónia de Entrega de Prémios 

- Trail Sprint 22 km
- Trail Curto 15 km

Dicas para Participantes

- Chegue cedo para levantamento do dorsal 
- Leve água e protetor solar  
- Aproveite a animação musical enquanto aguarda a entrega de prémios 

2.4. Distância e altimetria

PERCURSOS

DISTÂNCIAS/ALTIMETRIAS

Distância	Telemóvel
TS 22Km	600 D+
TC 15Km	400 D+
CAMINHADA	300 D+

2.5. Mapa / Perfil Altimétrico / Descrição do Percurso

Consulte o ponto 2.1. e mais informações nas redes sociais oficiais do evento.

Os percursos do TTOT “Trail Por Terras de Outora” incluem passagens por locais de interesse histórico da freguesia de Brotas, antigos caminhos utilizados pelas populações locais, trilhos de animais, estradas florestais, ribeiras, entre outros.

É importante salientar que as provas não são totalmente fechadas ao trânsito. Assim, os participantes devem estar atentos à presença de veículos, animais, pessoas e bicicletas ao longo do percurso. Recomenda-se especial cuidado ao atravessar estradas florestais, estradas nacionais ou municipais.

A organização poderá disponibilizar percursos alternativos para situações imprevistas. Reserva-se ainda o direito de alterar o percurso e a localização dos postos de controlo ou abastecimento a qualquer momento, sem aviso prévio.

2.6. Tempo Limite

Os participantes que se retirarem da prova devem informar a organização, comunicando o seu número de dorsal. Caso contrário, poderão ser impedidos de participar em edições futuras.

Os tempos limite para conclusão das distâncias são:

- **Trail Sprint 22 km** – 4h30
 - **Trail Curto 15 km** – 3h30
 - **Caminhada 10 km** – 5h
-

2.7. Controlo de Tempos

O controlo de tempos será realizado através de um chip integrado no dorsal do atleta. A cronometragem será realizada de forma contínua, iniciando com o sinal de partida e para efeitos de classificação, terminará quando o atleta passar a linha de meta.

2.8. Locais de abastecimento

POSTOS ABASTECIMENTO

Identificação	TS 22Km	TC 15Km	CAMINHADA
PA 1	Km 6	Km 6	Km 4
PA 2	Km 12	Km 12	Km 8
PA 3	Km 18	-	-
PA 4 (meta)	Km 22	Km 15	Km 10

Os membros da organização serão responsáveis por garantir o bom funcionamento dos pontos de abastecimento e o cumprimento de todas as normas de segurança.

As distâncias entre abastecimentos poderão ser alteradas consoante algum imprevisto que possa surgir no percurso até ao dia da prova. Qualquer alteração que possa surgir relativamente aos abastecimentos, será comunicada antes do início da prova.

As diversas provas do evento decorrerão em regime semi autónomo, sendo essencial que cada atleta esteja preparado com quantidade mínima de calorias e líquidos suficientes para suprir as suas necessidades entre os abastecimentos.

Informamos que os líquidos serão fornecidos em copos plásticos, sendo expressamente proibido o transporte destes durante os percursos. Todos os copos devem ser descartados imediatamente pelos atletas nos recipientes indicados após o uso. Recomendamos, ainda, que cada atleta utilize seus próprios recipientes, caso considere mais adequado, para garantir uma hidratação mais prática e segura durante a prova. Todos os participantes devem seguir rigorosamente as orientações da organização.

2.9. Material obrigatório e recomendado

MATERIAIS OBRIGATÓRIOS/RECOMENDADOS

Material Obrigatório	Telemóvel	Apito	Reservatório de Água	Casaco Impermeável
TS 22Km	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório	Recomendado
TC 15Km	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório	Recomendado
CAMINHADA	Obrigatório	Recomendado	Recomendado	Recomendado

Poderá haver verificação obrigatória do material, sendo aplicada uma penalização de 10 MINUTOS ao tempo final do atleta por cada item em falta.

Independentemente das condições climatéricas, os participantes devem considerar este material como o seu Kit de Sobrevivência, sendo fortemente recomendado que acompanhe sempre os atletas.

2.10. Informação sobre passagem por locais com tráfego rodoviário

A organização assegurará a presença de um sistema de segurança ao longo de todo o percurso. No entanto, em alguns pontos será impossível interromper o tráfego rodoviário. Nesses casos, os participantes deverão respeitar rigorosamente as regras de trânsito aplicáveis em estradas de uso público, bem como preservar o meio envolvente ao percurso.

Além disso, os participantes devem estar cientes de que os percursos atravessam propriedades privadas. Qualquer dano ou prejuízo causado por desrespeito a estas normas será de exclusiva responsabilidade dos participantes em causa, que poderão ser obrigados a reparar ou indemnizar os prejuízos resultantes.

A prova tem troços com passagem de tráfego rodoviário que serão devidamente assegurados por elementos da organização e se possível também será assegurada por Agentes da Guarda Nacional Republicana para que nada interfira com a prova.

2.11. Desqualificações

Será desclassificado qualquer participante que:

- Não cumpra o regulamento da prova;
- Não complete a totalidade do percurso;
- Deteriore ou suje o meio ambiente ao longo do percurso;
- Não mantenha o dorsal visível durante toda a prova;
- Ignore as instruções da organização;
- Adote conduta antidesportiva.

Os participantes que infringirem as duas últimas regras poderão ter sua inscrição em futuras edições da prova negada.

2.12. Responsabilidades dos participantes

A inscrição na prova implica aceitação integral do presente regulamento. Cada participante é responsável por todas as ações que possam causar danos materiais, morais ou de qualquer outra natureza a si mesmo ou a terceiros.

A organização, bem como quaisquer pessoas envolvidas na realização da prova, não se responsabilizam por acidentes, negligência, roubo de objetos ou valores, ou quaisquer incidentes ocorridos durante o evento.

2.13. Seguro desportivo

A organização manterá os seguros obrigatórios por lei para todos os atletas. No entanto, qualquer acidente ou incidente que ultrapasse a cobertura do seguro será de responsabilidade do participante.

A organização não se responsabiliza por despesas relacionadas a sinistros que não tenham sido comunicados em tempo hábil para a ativação do seguro. Eventuais franquias do seguro, se existentes, serão de inteira responsabilidade do participante.

2.14. Marcação do percurso

O percurso será sinalizado principalmente com fitas suspensas em elementos naturais à altura dos olhos, cuja cor será informada no momento da largada. Além das fitas, serão utilizados outros sinais, como setas impressas, marcações em estradas e orientações fornecidas por colaboradores da organização em locais críticos, como atravessamentos de vias e cursos de água.

Os participantes devem seguir o percurso sinalizado, mantendo-se o mais próximo possível das marcações, não sendo permitido atalhar. O descumprimento desta norma poderá resultar em desclassificação, caso a organização considere que houve intenção de reduzir a distância ou a dificuldade técnica do percurso.

Caso um participante se desvie do percurso sinalizado, deverá retornar pelo caminho percorrido e retomar o trajeto correto.

3. Inscrições

A inscrição é realizada *online* através do site www.acorrer.pt.

3.1. Valores, períodos de inscrição, vagas

- **Trail Sprint 22Km - 200 vagas**
 - ☐ Até 31 de dezembro – **1ª Fase:** 14 Euros
 - ☐ De 1 de janeiro a 1 de fevereiro – **2ª Fase:** 16 Euros
 - ☐ De 2 de fevereiro a 9 de março – **Última Fase:** 17 Euros
- **Trail Curto 15Km - 300 vagas**
 - ☐ Até 31 de dezembro – **1ª Fase:** 13 Euros
 - ☐ De 1 de janeiro a 1 de fevereiro – **2ª Fase:** 15 Euros
 - ☐ De 2 de fevereiro a 9 de março – **Última Fase:** 16 Euros
- **Caminhada 10Km – 300 vagas**
 - ☐ Até 31 de Dezembro – **1ª Fase:** 10 Euros
 - ☐ De 1 de Janeiro a 1 de fevereiro – **2ª Fase:** 12 Euros
 - ☐ De 2 de Fevereiro a 9 de março – **Última Fase:** 14 Euros

Os números limite de participantes poderão ser alterados se a organização assim o entender.

Para os atletas de Trail, existe também uma licença adicional de filiação por um dia no valor de 2,50€ para os atletas não federados, imposta pela Federação Portuguesa de Atletismo. Este valor corresponde ao custo do seguro obrigatório de participação no evento e serviços administrativos associados ao processo.

3.2. Material incluído com a inscrição

O valor de inscrição inclui:

- Dorsal
- Seguro
- T-shirt alusiva à prova
- Abastecimentos
- Banhos quentes
- Reforço alimentar na meta
- Todas as ofertas que a organização venha ainda a conseguir angariar até à prova.

3.3. Condições devolução do valor inscrição

Em momento nenhum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista da prova, a qualquer tempo. Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser efetuadas no prazo máximo de 6 dias de antecedência à realização da prova. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos/motivos.

No caso de condições climatéricas ou motivos de força maior não permitirem a realização do evento e levarem ao seu cancelamento, as inscrições serão automaticamente transferidas para nova data, ou não havendo nova data, para a edição de 2028, se for pedida a devolução pelo participante será feita a devolução de 70% do valor.

3.4. Troca de titularidade das inscrições

É permitida a troca do titular da inscrição até ao dia 3 de março de 2026. A mesma deve ser solicitada pelo titular da inscrição para o email geral@acorrer.pt. A troca do titular da inscrição pode não permitir a troca do tamanho da camisola.

3.5. Faturas

As faturas serão passadas a todos aqueles que as pretendam, enviando para isso um e-mail a solicitar para ajblagartos@gmail.com.

3.6. Secretariado da prova / horários e locais

O secretariado funcionará nos seguintes dias e horários:

- **14 de março**
16h00 – 19:30 – Escola de Brotas
 - **15 de março**
07h30 – 09h35 – Escola de Brotas (junto à zona de meta)
-

4. Categorias e Prémios

4.1. Data, local e hora entrega de prémios

Os prémios serão entregues às 14h00 no dia da prova junto à zona de Meta.

4.2. Premiação

No que diz respeito à classificação geral serão atribuídos troféus aos 3 primeiros atletas masculinos e femininos no TS 22km e TC 15km. A caminhada não terá direito a classificação.

Haverá classificação e prémios por equipas no TS 22km e TC 15km, para a qual contarão os 3 melhores atletas de cada equipa, independentemente do seu escalão ou sexo, sendo o resultado de cada equipa obtido pela soma dos pontos alcançados na classificação geral, vencendo a equipa que somar menos pontos (pelo seguinte sistema de pontuação: 1º classificado – 1 ponto, 2º classificado – 2 pontos, 3º classificado – 3 pontos, e assim sucessivamente).

Em caso de empate entre duas ou mais equipas, o critério de desempate terá em conta a "equipa que fechar primeiro". Ou seja, a classificação individual do 3º melhor atleta de cada equipa, definirá a ordem pela qual as mesmas serão classificadas.

Irá também haver classificação segundo os seguintes escalões etários para as provas TS 22km e TC 15km:

Idade e escalões p/ PRÉMIOS	Masculinos	Femininos
Dos 16 aos 17 anos	M Sub 23 (só Trail Curto 15km)	F Sub 23 (só Trail Curto 15km)
Dos 18 aos 22 anos	M Sub 23	F Sub 23
Dos 23 aos 34 anos	M Seniores	F Seniores
Dos 35 aos 39 anos	M35	F35
Dos 40 aos 44 anos	M40	F40
Dos 45 aos 49 anos	M45	F45
Dos 50 aos 54 anos	M50	F50
dos 55 aos 59 anos	M55	F55
+ de 60 anos	M60	F60

Para efeitos de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerada a idade que o atleta terá a 30 de setembro da corrente época competitiva.

5. Informações/serviços disponibilizados

A organização tem ao dispor dos atletas transporte até ao local da chegada em caso de lesão ou desistência, estando condicionados à lotação e disponibilidade dos veículos de transporte.

5.1. Como chegar?

O evento (secretariado, levantamento de dorsais, partida e chegada) realiza-se junto da Escola de Brotas, concelho de Mora.

Ver no Google Maps:

<https://maps.app.goo.gl/kQTUpuosuFFxrPvZA>

5.2. Onde comer?

A organização tem à disposição dos atletas e acompanhantes que o pretendam um almoço, a reservar no momento da inscrição, pelo valor de 5€ para atletas e 7€ para acompanhantes. (Almoço inclui Bifana ou Sandes de Porco no Espeto, Sopa, Bebida).

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-los 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. Apoio e emergência

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem.

9. Casos omissos

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

10. Diversos

Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar as regras de viação nos cruzamentos da estrada.

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova se as condições meteorológicas assim o obrigarem, ou devido a força maior.

11. Contactos/Redes Sociais

Email: ajblagartos@gmail.com

Tel.: 918053290

<https://www.facebook.com/festasdebrotas>

<https://www.instagram.com/festadasbrotas.oficial/>

INFORMAÇÕES E CONSELHOS IMPORTANTES

- É preciso ter a condição física adequada às características desta prova de extrema dureza, que junta ao mesmo tempo alta quilometragem, longa duração, grandes desníveis, exposição ao sol, etc;
- Ao inscrever-se está a concordar na íntegra com o presente regulamento;
- É imprescindível beber em todos os abastecimentos e alimentar-se convenientemente;
- A inscrição é pessoal e intransmissível e é aceite por ordem de chegada;
- A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro;
- Mantenha-se no trilho traçado;
- Preserve a flora e evite perturbar a fauna;
- Não deixe lixo ou outros vestígios de passagem;
- Não faça lume;
- Seja afável com as pessoas que encontre no local;
- A Organização reserva-se o direito de aceitar inscrições de última hora;
- O presente regulamento está sujeito a alterações.

Duche:

Os atletas podem ter acesso ao banho quente após a prova das (11H00 às 16H00) nas instalações do Campo de Jogos António Joaquim Sólido.

Ver no Google Maps:

<https://goo.gl/maps/zK42Q7wXSYPngAAv6>

Serviço de Bar:

Junto da meta estará a funcionar um serviço de bar, com sopas, salgados, e outras iguarias, para quem quiser comprar e comer.

TERMO DE RESPONSABILIDADE

Eu, _____ (nome do tutor), portador do C.C. n.º _____ na qualidade de pai, mãe ou tutor legal de _____ (nome do menor), portador do B.I./C.C. _____ declaro para os devidos efeitos legais, autorizar o menor acima inscrito e com o dorsal _____ a participar neste evento desportivo denominado "TTOT Trail "Por Terras de Outrora", atividade que realizar-se-á no dia 15 de março de 2026, organizado pela Associação de Jovens de Brotas "Os Lagartos", sendo de livre vontade do menor, onde assumo a responsabilidade pelos riscos inerentes à participação do menor.

_____, ____ de _____ de 2026

(Assinatura do tutor)