

# **VI TRAIL DA FILHÓS – Freguesia de Cabrela**

## **Cabrela, 24 de maio de 2026**

### **REGULAMENTO**

#### **Artigo 1.º**

(Organização/Denominação)

1. A organização deste passeio é da responsabilidade da Junta de Freguesia de Cabrela.
2. É adotada a denominação de "*VI Trail da Filhós*".

#### **Artigo 2.º**

(Objetivos)

1. Promover a prática desportiva e o convívio entre os participantes;
2. Divulgar a natureza e o património cultural da Freguesia de Cabrela, através de percursos maioritariamente inseridos na Rede Natura 2000, incentivando a preservação do meio ambiente;
3. Atrair diversos perfis de corredores, desde atletas regulares que procuram superação pessoal até corredores moderados e iniciantes motivados pelo prazer de correr.

#### **Artigo 3.º**

(Data e local)

1. O "*VI Trail da Filhós*" realiza-se no dia 24 de maio de 2026, a partida terá lugar às 09h00, no Largo Dr. Pascoal Coelho, em Cabrela.

#### **Artigo 4.º**

(Programa)

1. O programa referente ao "*VI Trilho da Filhós*" será o seguinte:

07:30H - Abertura do Secretariado para acreditação dos participantes

08:30H – Aquecimento conjunto

08:50h – Briefing

09:00H – Partida Trail 17 Km's  
09:10H – Partida Trail 10 Km's  
09:15H – Partida Caminhada 7 Km's  
12:00H – Entrega dos prémios

### **Artigo 5.º**

(Percursos e condições de realização)

1. O percurso decorrerá predominantemente por trilhos, caminhos rurais públicos e estradas municipais da Freguesia de Cabrela, estando aberto à passagem de veículos.
2. Será composto por 3 percursos distintos:
  - 2.1.**Percurso 1:** aproximadamente 17 Km, de dificuldade média, devidamente sinalizado com placas e fitas;
  - 2.2.**Percurso 2:** aproximadamente 10 Km, de dificuldade média, marcado com placas e fitas;
  - 2.3.**Percurso 3 (Caminhada):** aproximadamente 7 Km, assinalado com placas e fitas;
3. À organização reserva-se o direito de realizar ajustes no percurso, incluindo o aumento da quilometragem prevista, caso sejam identificadas necessidades técnicas, logísticas ou de segurança que justifiquem a alteração. No caso de alterações significativas, os participantes serão informados previamente através dos canais oficiais do evento e *email*.
4. Os participantes deverão estar preparados para eventuais mudanças e comprometem-se a seguir as orientações da organização durante a prova.
5. A prova deverá ser concluída até às 12h. Os participantes que não finalizarem dentro deste horário poderão ser desclassificados ou orientados a interromper a participação, garantindo a segurança e a boa organização do evento.

### **Artigo 6.º**

(Participantes)

1. A participação é aberta a pessoas de ambos os sexos.
2. Participantes menores de 18 anos:

2.1.Só podem inscrever-se no *Trail de 10 Km*.

2.2.A inscrição exige a autorização dos pais ou encarregado de educação/tutor, através da assinatura do termo de responsabilidade.

2.3.A falta do documento implica a recusa da entrega de dorsal e exclusão do evento.

3. Os participantes devem respeitar os horários estabelecidos, garantindo o bom funcionamento do evento, desde a confirmação da inscrição até à partida.

4. A inscrição implica a aceitação total e incondicional do presente regulamento.

5. É obrigatório respeitar os percursos definidos pela organização.

6. Os participantes devem estar conscientes das exigências físicas do percurso e devidamente preparados para completá-la.

7. O dorsal é pessoal e intransmissível, tem o número do atleta, devendo:

7.1.Ser usado à frente do corpo, preferencialmente, à altura do peito, com a parte inferior solta para o controlo.

7.2.Em caso de perda do dorsal durante a prova, o participante deve informar a organização nos postos de controlo para registo da passagem e substituído o dorsal.

7.3.Sempre que solicitado pela organização, os atletas são obrigados a mostrar o dorsal para efeitos de controlo e ou passagem.

8. Os participantes devem respeitar o meio ambiente, evitando a poluição e não deixando lixo nos locais de passagem e imediações.

9. Serão entregues prémios aos 3 primeiros pelas seguintes categorias:

#### **10 Kms – Masculino e Feminino**

| <b>Trail 10 Kms</b> |                                 |
|---------------------|---------------------------------|
| Escalões            | Masculinos/Femininos<br>(idade) |
| Sub 23              | 16 aos 22                       |
| Sénior              | 23 a 39 anos                    |

|               |              |
|---------------|--------------|
| Veteranos I   | 40 a 49 anos |
| Veteranos II  | 50 a 59 anos |
| Veteranos III | Mais de 60   |

### **17 Kms – Masculino e Feminino**

| Trail 17 Kms  |                              |
|---------------|------------------------------|
| Escalões      | Masculinos/Femininos (idade) |
| Sénior        | 18 a 39 anos                 |
| Veteranos I   | 40 a 49 anos                 |
| Veteranos II  | 50 a 59 anos                 |
| Veteranos III | Mais de 60                   |

**Nota:** Para efeitos de classificação dos atletas será considerado o ano de nascimento do(a) atleta, ou seja, considera-se a idade que o(a) atleta terá a 31 de dezembro de 2026.

10.ECOsorteio (1 noite no alojamento local Casa das Letras, Bed&Books, em época baixa).

11.Prémio para a equipa com mais inscrições (Caminhada, Trail de 10 Km's e Trail de 17 Km's);

Prémio para a equipa com mais inscrições (Trail de 10 Km's e Trail de 17 Km's);

Prémio para a equipa com mais inscrições Femininas (Trail de 10 Km's e Trail de 17 Km's).

### **Artigo 7.º**

### (Inscrições)

1. As inscrições deverão ser efetuadas em [www.acorrer.pt](http://www.acorrer.pt), até ao dia 18 de maio de 2026.
2. A organização reserva-se o direito de antecipar a data limite de inscrição, caso considere necessário, informando os participantes através dos canais oficiais do evento.
3. Não será efetuada devolução do valor da inscrição em caso de desistência por parte do participante.

### **Artigo 8.º**

#### (Seguro)

1. Os participantes estão abrangidos pela apólice de acidentes pessoais contratualizada pela Junta de Freguesia de Cabrela.
2. A responsabilidade por qualquer acidente ou incidente ocorrido durante o percurso recai sobre o participante, em todas as situações que excedam as coberturas previstas no seguro.
3. As coberturas do seguro aplicam-se exclusivamente em caso de acidente, não abrangendo outros tipos de incidentes ou danos pessoais e materiais.

### **Artigo 9.º**

#### (Cedência dos Direitos de imagem)

1. Os participantes autorizam, de forma gratuita e incondicional, à organização do evento a cedência dos direitos de utilização da sua imagem, tal como captada nas filmagens e fotografias durante o evento. Esta autorização abrange a reprodução da imagem, sem que haja direito a qualquer compensação económica por parte do participante.

### **Artigo 10.º**

#### (Proteção de Dados)

1. Ao procederem à inscrição, os participantes autorizam a publicação dos seus dados pessoais necessários para o desenrolar do evento, incluindo a divulgação nas listas oficiais, em meios de comunicação ou na internet, bem como o uso desses dados para o envio de informações relativas ao evento.

2. Ao inscrever-se, o participante autoriza a Organização e a ACORRER a comunicarem com ele através de sms e email com os seguintes fins: informações sobre dados de pagamento; informações relativas aos dados de participante; informações sobre a prova.

### **Artigo 11.º**

(Integração de lacunas)

1. Os casos omissos e as dúvidas existentes neste Regulamento serão resolvidos/as pela organização.

**Cabrela, 21 de janeiro de 2026**  
**O Presidente,**  
**Edgar Carriço**