

17  
MAIO  
2026  
9H30

# TRAIL DAS MAIAS

CADAVAL | VILA REAL



## DESAFIA-TE

TRAIL

 **13 KM**

18 Maias até 03 de maio

\*Kit atleta, reforço, almoço.

## MEXE-TE

CAMINHADA

 **7 KM**

10 maias até 10 de maio

\*Kit atleta, reforço, almoço.

PONTO DE PARTIDA:  
SEDE GDCR CADAVAL

INSCRIÇÕES:  
[WWW.ACORRER.PT](http://WWW.ACORRER.PT)

ORGANIZAÇÃO



COM APOIO DE



## REGULAMENTO “TRAIL DAS MAIAS”

GRUPO DESPORTIVO CULTURAL E RECREATIVO DO CADAVAL  
CADAVAL , VILA REAL

## Índice

APRESENTAÇÃO .....	2
DISTANCIA, HORA E LOCAL .....	3
INSCRIÇÕES .....	4
PERCURSO.....	5
KIT PARTICIPANTE.....	7
Escalões .....	7
PRÉMIOS.....	8
OUTRAS INFORMAÇÕES .....	8
CONTACTOS.....	11

# APRESENTAÇÃO

## 1. Objetivos

O Trail das Maias, organizado pelo Grupo Desportivo Cultural e Recreativo do Cadaval, tem como principal objetivo promover a **prática de atividade física em contacto com a natureza**, incentivando estilos de vida saudáveis e o gosto pelo desporto ao ar livre. Através deste evento pretende-se também **dar a conhecer as paisagens naturais, trilhos e património da região do Cadaval e do concelho de Murça**, valorizando o território e contribuindo para a sua promoção turística. Paralelamente, o evento visa reforçar o **espírito de convívio, união e participação entre atletas, população local e visitantes**, fomentando os valores do desporto, do respeito pela natureza e da comunidade.

## 2. Tema

O tema “Maias” foi escolhido como forma de celebrar o mês de **maio**, uma altura em que a natureza da região se encontra no seu esplendor. Durante esta época do ano, a paisagem envolvente do Cadaval transforma-se com o **florar da primavera, destacando-se particularmente a presença da giesta**, planta muito característica da região.

Com a sua floração intensa, a giesta cobre montes e vales com uma marcante tonalidade **amarela, criando autênticas manchas de cor na paisagem e proporcionando cenários naturais de grande beleza**. Esta transformação natural torna os trilhos ainda mais especiais, oferecendo aos participantes uma experiência única de contacto com a natureza.

Assim, o nome **Trail das Maias** surge como uma homenagem a esta época do ano e à beleza natural que caracteriza a região, valorizando as paisagens primaveris que tornam este território verdadeiramente singular.

Regulamento: "Trail das Maias"

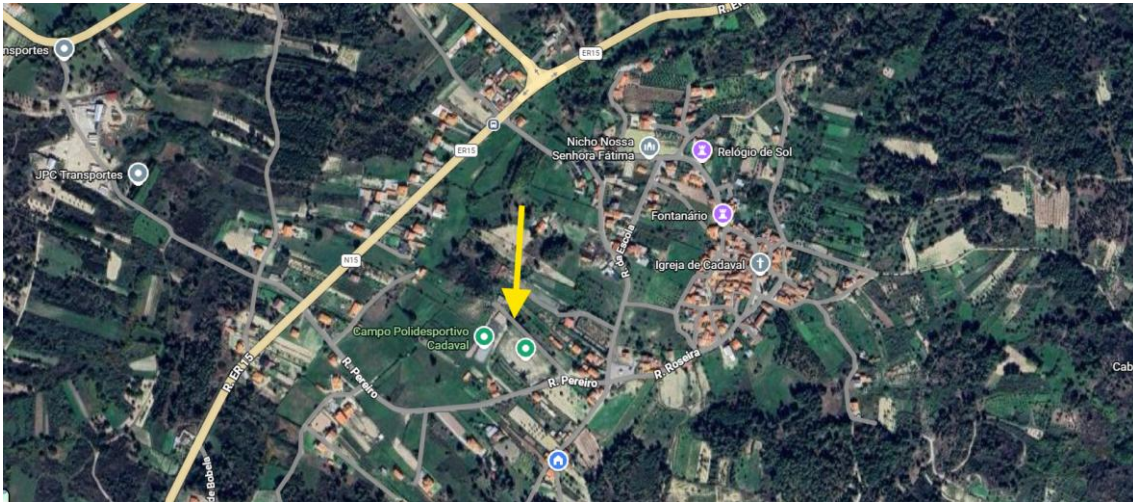
## DISTÂNCIA, HORA E LOCAL

**Partida e chegada:** Sede Grupo Desportivo Cultural e Recreativo do Cadaval

**Local:** Rua Campo de Futebol, 5090-051 Cadaval

**Longitude:** -7.487800

**Latitude:** 41.394913



**Data:** 17 de maio de 2026

**Horário:**

	Distância	Hora Partida
Trail	13 KM	9h30
Caminhada	7 KM	9H40

## INSCRIÇÕES

1. A inscrição é efetuada exclusivamente pelo formulário criado para o efeito e disponibilizado pelo organizador;
  - Trail, Caminhada – [www.acorrer.pt](http://www.acorrer.pt)
2. Cada participante deverá inscrever-se uma única vez no site com os seus dados pessoais;
3. A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro;
4. Efetuado o pagamento, receberá a confirmação de participação no evento por e-mail;
5. O pagamento é efetuado através da plataforma para o efeito;
6. O valor pago para participação num evento não é reembolsável; no entanto, o participante pode ceder o seu pagamento a outra inscrição desde que comunique até à data e hora de fecho das inscrições. Após essa data não será possível fazer alterações;
7. Fecho de inscrições dia 10/05/2026 às 00:00h;
8. Caso o organizador seja forçado, por razões alheias à sua vontade, a proceder ao adiamento do evento, nomeadamente por condições climáticas, ambientais, de segurança ou recomendadas por organismos oficiais (Proteção Civil, Guarda Nacional Republicana, Polícia de Segurança Pública, Ministério da Administração Interna, Ministério da Saúde, etc.), transitam automaticamente para nova data possível todas as inscrições, não havendo lugar a reembolso;
9. No trail a idade mínima para participação é de 15 anos, com a devida autorização, por escrito, do encarregado de educação, devendo apresentar um termo de responsabilidade devidamente assinado pelo representante legal, autorizando a participação e assumindo toda a responsabilidade no decorrer do evento;
10. A inscrição implica a aceitação do disposto no regulamento.
11. O valor da inscrição é:

	Trail	Caminhada
<b>Até 03 de maio</b>	18€	10€
<b>De 04 a 10 de maio</b>	20€	

## PERCURSO

O percurso do **Trail das Maias** proporcionará aos participantes uma experiência única, combinando desporto, natureza e património histórico. O trajeto terá passagem pelo centro da aldeia do Cadaval, permitindo aos atletas percorrer algumas das suas ruas mais emblemáticas e pontos de interesse, como o conhecido **Relógio de Sol**.

Ao longo do percurso, os participantes poderão desfrutar de magníficas paisagens naturais, com trilhos que acompanham o **Rio Tinhela**, proporcionando momentos de grande beleza e contacto direto com a natureza envolvente.

A prova passará ainda por diversos locais de grande valor histórico e cultural, como a **Calçada Romana e o Castelo dos Mouros**, testemunhos da história da região.

O trajeto inclui também a passagem por alguns dos locais mais icónicos da aldeia, como o **Cabeço dos Honrados** e a **Laja Gorda**, ponto de onde é possível contemplar uma vista panorâmica deslumbrante sobre a paisagem envolvente.

Este percurso pretende, assim, dar a conhecer aos participantes o melhor que o Cadaval tem para oferecer, aliando a exigência do trail running à descoberta do património natural e histórico da região.

- **Trail 13km**

### Trail Das Maias - 13K

Rota de corrida em trilho

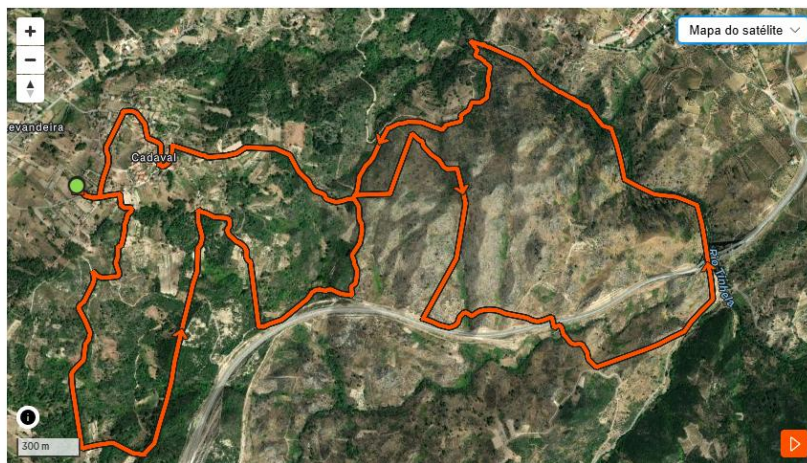
★ Guardado Editar

#### Detalhes

📍 13,38 km ⚡ 538 m

🕒 2:10:47

Rota e elevação



- **Caminhada 7Km**

### Trail Das Maias - caminhada 7k

Trilho de caminhada

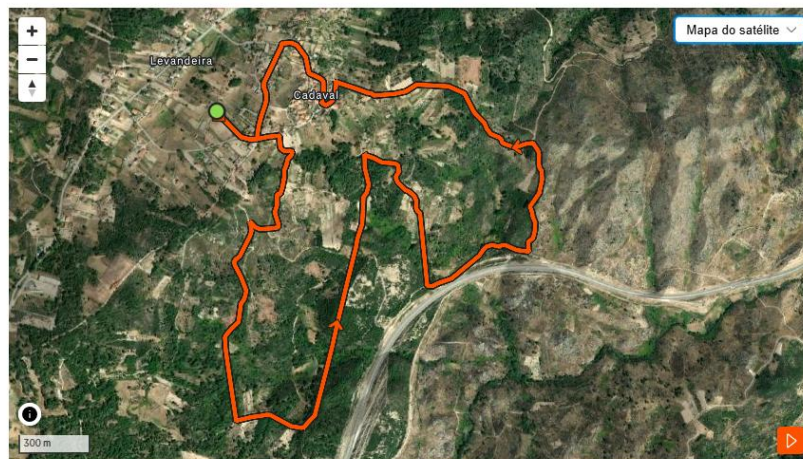
★ Guardado Editar

#### Detalhes

📍 6,87 km ⚡ 196 m

🕒 1:29:42

Rota e elevação



## KIT PARTICIPANTE

<b>KIT Trail</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• T-shirt técnica unissexo</li> <li>• Dorsal</li> <li>• Sistema cronometragem de chip (10kms)</li> <li>• Seguro</li> <li>• Medalha finisher</li> <li>• Ofertas patrocinadores</li> </ul>
<b>KIT Caminhada</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• T-shirt técnica unissexo</li> <li>• Ofertas patrocinadores</li> <li>• Seguro</li> </ul>
<b>Observações</b>	<p>Para levantamento do kit será necessário:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cartão cidadão</li> <li>• Comprovativo inscrição</li> </ul>

## Escalões

Os escalões vão ser determinados dada a idade do atleta à data da realização da prova.

Escalão	Faixa etária
Juniores e Seniores	15 a 29 anos de idade
Veteranos I	30 a 39 anos de idade
Veteranos II	40 a 49 anos de idade
Veteranos III	50 a 59 anos de idade
Veteranos IV	+60 anos de idade

## PRÉMIOS

Serão premiados os seguintes atletas:

- **Classificação Geral:** Troféu para os três primeiros lugares da classificação geral
- **Classificação por Escalão:** Medalha para os três primeiros lugares de cada escalão, escalão masculino e feminino.
- **Equipa mais numerosa**
- **Melhor classificado do concelho de Murça**
- **Atleta mais velho a participar**

## OUTRAS INFORMAÇÕES

### Abastecimentos/Almoço

O Trail 13 km terá dois abastecimentos líquidos, um aos 5 km e outro aos 11 km. Abastecimento sólido no final.

A Caminhada terá abastecimento líquido aos 5 km e sólido no final.

A organização tem à disposição dos atletas, do trail e da caminhada, almoço incluído no final.

### Duração

A Corrida e Caminhada terão a duração máxima de 3:30 horas.

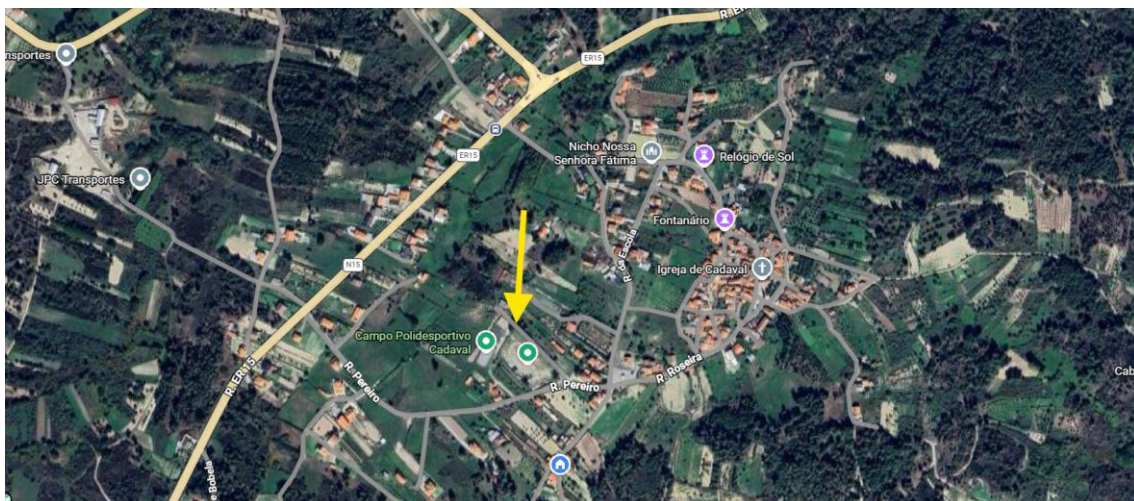
### Secretariado

A abertura do secretariado e entrega do Kit de participante serão no dia do Trail/Caminhada, 17 de maio, entre as 8:30 horas e as 9:20 horas.

**Local:** Rua Campo de Futebol, 5090-051 Cadaval

**Longitude:** -7.487800

**Latitude:** 41.394913



## Seguro

A organização assegura aos participantes inscritos um seguro de acidentes pessoais, conforme previsto no D.L. 10/2009 (Seguro Desportivo Obrigatório). Este seguro apenas será ativo aos participantes que contraíam uma lesão no decorrer da prova e que solicitem à Organização a ativação do mesmo até 24h após o término do evento.

## Participantes

A participação no Trail está aberta a todos os interessados, sem distinção de nacionalidade ou sexo, com idade igual ou superior a 15 anos, com a devida autorização, por escrito, do encarregado de educação, devendo apresentar um termo de responsabilidade devidamente assinado pelo representante legal, autorizando a participação e assumindo toda a responsabilidade no decorrer do evento.

Na Caminhada não existe idade mínima de participação.

## Dorsal

A utilização do dorsal é obrigatória.

O dorsal oficial deve ser colocado na parte frontal da t-shirt. O dorsal é intransmissível.

O não uso dará direito à desqualificação.

## Forças de Segurança e Apoio Médico

O planeamento e controlo do trânsito automóvel são da responsabilidade da GNR, assim como a segurança de todos os participantes.

O apoio médico será prestado a todos os atletas que apresentem uma lesão ou que a organização indique como possível caso de lesão, durante o horário do evento.

## Sistema de Segurança

Sistema de cronometragem com chip.

## Outros

São considerados comportamentos antidesportivos que levem à desqualificação de qualquer atleta que:

- Falsifique qualquer elemento referente à inscrição;
- Não se apresente no local da partida com o dorsal e chip da Corrida;
- Manifeste mau estado físico;
- Utilize o dorsal de outro atleta;
- Dobre ou manipule a publicidade do dorsal;
- Não cumpra a sinalética colocada pela organização e/ou salte barreiras;
- Não cumpra o percurso na totalidade;
- Não respeite as instruções da Organização;
- Manifeste comportamento antidesportivo;
- Não respeite os restantes atletas;
- Corra em cima dos passeios.

## Direitos de imagem

O participante, com ato de inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, à

Organização do evento, os direitos de utilização da sua imagem captada durante o evento.

## Aceitação

Ao inscrever-se, automaticamente aceita o presente regulamento e assume a responsabilidade da participação no evento, estando ciente do seu estado de saúde, sentindo-se fisicamente e psicologicamente apto para participar.

## 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.

**Respeita o trilho: Leva memórias e deixa apenas a tua pegada!**

## 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 de realizar as modificações que considere necessárias, dependendo das diferentes condições, assim como a suspensão da prova, se as condições meteorológicas assim o obrigarem, ou por motivos de força maior.

## CONTACTOS

Plataforma de inscrições:

LINK: <https://acorrer.pt/>

Email: [geral@acorrer.pt](mailto:geral@acorrer.pt)

Organização da prova:

Email: [gdcrcadaval@gmail.com](mailto:gdcrcadaval@gmail.com)

Contacto: Ivo Teixeira 939 044 726 / Bruno Ribeiro 914 434 740



**Que os trilhos nos unam, a natureza nos inspire e as memórias nos façam regressar!**