

REGULAMENTO OFICIAL

Cabrum 360° – Trail e Caminhada

Artigo 1.º – Organização

O evento Cabrum 360° é organizado pela Associação de Valorização e Desenvolvimento Rural do Vale do Cabrum (AVDRVC) e realizar-se-á no dia 10 de junho de 2026, no Vale do Cabrum, abrangendo:

Município de Cinfães (União das Freguesias de Alhões, Bustelo, Galheira e Ramires e Freguesia de Oliveira do Douro)

Município de Resende (União das Freguesias de Freigil e Miomães e Freguesia de São Cipriano)

Artigo 2.º – Natureza do Evento

O Cabrum 360° é um evento de desporto de natureza composto por:

- Trail running (competitivo)
- Caminhada (não competitiva)

Tem como objetivos promover a atividade física, valorizar o território e dinamizar a comunidade local.

Artigo 3.º – Provas

1. Trail Cabrum 360°

Distância: aproximadamente 16 km

Desnível positivo: cerca de 780 m

Tempo limite: 4 horas

Percurso circular, tecnicamente exigente, com três subidas principais

2. Caminhada Cabrum 360°

Distância: aproximadamente 8 km

Desnível positivo: cerca de 450 m

Percurso circular, de dificuldade moderada e carácter não competitivo

Artigo 4.º – Participação

A participação no evento está aberta a todos os interessados.

Ao inscrever-se, o participante declara:

1. Aceitar o presente regulamento
2. Possuir condição física adequada à prova

Artigo 5.º – Participação de Menores

A segurança dos mais novos é prioritária, com regras distintas por prova:

- **Caminhada:** Menores podem participar desde que obrigatoriamente acompanhados por um adulto responsável durante todo o percurso.
- **Trail:** Idade mínima de 16 anos. Requer obrigatoriamente uma autorização escrita do encarregado de educação.

Artigo 6.º – Inscrições e Valores

As inscrições para o Trail são exclusivamente online, enquanto a Caminhada permite inscrição presencial no dia.

Categoria	Sócios	Não Sócios	Observações
Trail	15€	20€	Inclui dorsal e cronometragem.
Caminhada	3€	5€	Caráter não competitivo.
Acompanhantes Trail	3€	5€	Apenas para o almoço convívio.

O que está incluído: Seguro desportivo, abastecimentos, apoio logístico, lembrança do evento e almoço para todos os inscritos.

Artigo 7.º – Secretariado

O secretariado funcionará a partir das 08:00, em local a indicar.

Artigo 8.º – Partidas

- Trail: 09:00
- Caminhada: 09:15

Artigo 9.º – Percursos

Os percursos serão circulares e devidamente sinalizados com:

- Fitas
- Setas direcionais
- Reforço em zonas críticas

Os participantes devem seguir exclusivamente a sinalização oficial.

Artigo 10.º – Abastecimentos

Trail

- Torre da Lagariça
- Baldios de Vila Nova
- Zona de partida/chegada

Caminhada

- Torre da Lagariça
- Zona de partida/chegada

Artigo 11.º – Segurança

A segurança será assegurada por:

- Seguro desportivo
- Equipa de emergência
- Apoio logístico ao longo do percurso

O plano segue as orientações da Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil.

Artigo 12.º – Comportamento e Regras

Todos os participantes devem:

- Respeitar as indicações da organização e dos voluntários
- Cumprir o percurso definido
- Prestar auxílio a outros participantes em caso de necessidade
- Respeitar o meio ambiente e propriedades privadas

Artigo 13.º – Penalizações e Desclassificações

- Poderão ser aplicadas penalizações ou desclassificação nos seguintes casos:
- Abandono do percurso marcado (atalhos)
- Falta de dorsal visível (trail)
- Comportamento antidesportivo ou desrespeito por outros participantes
- Desrespeito pelas indicações da organização
- Abandono de lixo no percurso
- Não cumprimento do tempo limite

A decisão da organização é soberana.

Artigo 14.º – Classificações (Exclusivo Trail)

Apenas a prova de Trail terá fins competitivos, com prémios atribuídos por escalões etários (Masculino e Feminino):

- **Sub-23:** 16 a 22 anos.
- **Seniores:** 23 a 34 anos.
- **M35:** 35 a 44 anos.
- **M45:** 45 a 54 anos.
- **M55+:** Maiores de 55 anos.

Artigo 15.º – Programa

08:00 – Abertura do secretariado

09:00 – Partida do Trail
09:15 – Partida da Caminhada
13:00 – Almoço convívio
14:00 – Entrega de prémios

Artigo 16.º – Apoio Pós-Prova

Estão disponíveis balneários no Pavilhão de Freigil e na Junta de Freguesia de São Cipriano.

Artigo 17.º – Responsabilidade

A organização não se responsabiliza por:

- Acidentes resultantes de negligência
- Danos ou perdas de bens pessoais

Cada participante é responsável pela sua condição física e segurança.

Artigo 18.º – Ambiente

É obrigatório:

- Não abandonar lixo
- Respeitar a fauna, flora e trilhos

O não cumprimento poderá levar à desclassificação.

Artigo 19.º – Direitos de Imagem

A participação implica autorização para utilização de imagem para fins promocionais.

Artigo 20.º – Alterações e Cancelamento

A organização reserva-se o direito de alterar, suspender ou cancelar o evento por motivos de força maior, nomeadamente condições meteorológicas adversas ou indicações das autoridades.

Artigo 21.º – Casos Omissos

Os casos omissos serão resolvidos pela organização.

O presidente da Direção da AVDRVC
