

REGULAMENTO – CADA QUILOMETRO CONTA

Artigo 1.º – Organização

O evento CADA QUILOMETRO CONTA organizado por Ricardo Silva, com o apoio da Junta de Freguesia de Vila Verde da Raia, Câmara Municipal de Chaves e restantes parceiros institucionais e patrocinadores.

Este é um evento solidário, cuja receita líquida das inscrições reverte na totalidade para:

Liga Portuguesa Contra o Cancro

Operação Nariz Vermelho

O objetivo é promover a prática desportiva, valorizar o património natural e cultural de Vila Verde da Raia e apoiar duas instituições de referência nacional.

Artigo 2.º – Data e Local

Data:

18 de outubro de 2026

Local da partida e chegada:

Vila Verde da Raia – Chaves

Artigo 3.º – Programa

07h00 Abertura do Secretariado

08h00 Encerramento do Secretariado para os 35 km e 25 km

08h30 Partida Trail 35 km

08h30 Partida Trail 25 km

09h00 Encerramento do Secretariado dos 10 km

09h30 Partida Trail 10 km

09h35 Partida Caminhada 10 km

13h30 Entrega de prémios (hora indicativa)

Artigo 4.º – Distâncias

Trail Longo 35 km

Trail Curto 25 km

Mini Trail 10 km

Caminhada 10 km

Todos os percursos decorrerão por caminhos rurais, trilhos, zonas florestais e locais emblemáticos da freguesia de Vila Verde da Raia.

Artigo 5.º – Participação

Podem participar todos os atletas com idade igual ou superior a:

18 anos para os 35 km

18 anos para os 25 km

16 anos para os 10 km (com autorização)

A caminhada está aberta a todas as idades.

Os menores deverão ser acompanhados por um adulto.

Artigo 6.º – Inscrição

A inscrição inclui:

- ✓ Dorsal
- ✓ Seguro de acidentes pessoais
- ✓ Kit do atleta
- ✓ Abastecimentos
- ✓ Assistência médica
- ✓ Banhos
- ✓ Brindes dos patrocinadores
- ✓ Almoço

Artigo 7.º – Material Recomendado

Telemóvel carregado

Reservatório de água

Copo reutilizável

Manta térmica (35 km)

Apito (35 km)

Artigo 8.º – Abastecimentos

Existirão vários abastecimentos distribuídos pelos percursos.

Os participantes deverão respeitar as zonas de abastecimento e manter os locais limpos.

Artigo 9.º – Tempo Limite

35 km – 7 horas

25 km – 5 horas

10 km – 3 horas

A organização poderá alterar estes tempos por motivos de segurança.

Artigo 10.º – Classificações

Existirá classificação geral masculina e feminina para:

35 km

25 km

10 km

A caminhada não terá qualquer classificação.

Artigo 11.º – Troféus e Prémios

Serão atribuídos troféus e prémios aos seguintes classificados:

Trail 35 km

Classificação Geral Masculina

□ 1.º Classificado – Troféu + Prémio

□ 2.º Classificado – Troféu + Prémio

□ 3.º Classificado – Troféu + Prémio

Classificação Geral Feminina

□ 1.ª Classificada – Troféu + Prémio

☐ 2.ª Classificada – Troféu + Prémio

☐ 3.ª Classificada – Troféu + Prémio

Trail 25 km

Classificação Geral Masculina

☐ 1.º Classificado – Troféu + Prémio

☐ 2.º Classificado – Troféu + Prémio

☐ 3.º Classificado – Troféu + Prémio

Classificação Geral Feminina

☐ 1.ª Classificada – Troféu + Prémio

☐ 2.ª Classificada – Troféu + Prémio

☐ 3.ª Classificada – Troféu + Prémio

Trail 10 km

Classificação Geral Masculina

☐ 1.º Classificado – Troféu + Prémio

☐ 2.º Classificado – Troféu + Prémio

☐ 3.º Classificado – Troféu + Prémio

Classificação Geral Feminina

☐ 1.ª Classificada – Troféu + Prémio

☐ 2.ª Classificada – Troféu + Prémio

☐ 3.ª Classificada – Troféu + Prémio

Prémios Especiais

☐ Troféu e Prémio para o atleta masculino mais velho inscrito no evento.

☐ Troféu e Prémio para a atleta feminina mais velha inscrita no evento.

A atribuição destes prémios pretende reconhecer o espírito de participação, superação e incentivo à prática desportiva em todas as idades.

A caminhada de 10 km tem carácter lúdico e não competitivo, não havendo classificação nem atribuição de prémios.

Artigo 12.º – Percurso

O percurso estará totalmente marcado.

É obrigatório seguir toda a sinalização da organização.

Qualquer atleta que abandone o percurso oficial poderá ser desclassificado.

Artigo 13.º – Ambiente

O evento decorre em zonas naturais.

É proibido abandonar lixo.

O incumprimento poderá originar desclassificação.

Artigo 14.º – Segurança

A organização disponibilizará:

Assistência médica

Voluntários

Elementos de apoio

Controlo de percurso

Em caso de condições meteorológicas extremas, a organização poderá alterar ou cancelar qualquer percurso.

Artigo 15.º – Seguro

Todos os participantes estarão abrangidos por seguro de acidentes pessoais.

Qualquer despesa não abrangida pelo seguro será da responsabilidade do participante.

Artigo 16.º – Desistências

Em caso de desistência, o atleta deverá informar imediatamente um elemento da organização.

Nunca deverá abandonar o percurso sem comunicar.

Artigo 17.º – Direitos de Imagem

Ao efetuar a inscrição, o participante autoriza a utilização da sua imagem para fins promocionais relacionados com o evento.

Artigo 18.º – Responsabilidade

Cada participante declara encontrar-se física e clinicamente apto para participar.

Artigo 19.º – Casos Omissos

Todos os casos omissos serão resolvidos pela organização.