



**ASSOCIAÇÃO DISTRITAL
DE ATLETISMO DE LEIRIA**



Regulamento

Circuito de Trail ADAL – Derovo - Fullprotein

2026-2027



Para: Participantes / Atletas

1. Organização

a) A organização do Circuito de Trail ADAL – Derovo - Fullprotein é da ADAL, em conjunto com os clubes filiados organizadores das provas constantes do Circuito de Trail da ADAL.

2. Participação

A participação no Circuito de Trail ADAL – Derovo - Fullprotein é restrita aos atletas que cumpram os seguintes critérios:

- a) Estejam filiados na FPA através da ADAL, época 2026/2027;
- b) Cumpram com as categorias de idade e distâncias máximas permitidas, segundo os quadros competitivos da FPA.
- c) Cumpram o presente regulamento sem prejuízo do regulamento próprio de cada prova, que deve ser consultado junto das respetivas organizações.

3. Inscrições

- a) As inscrições nas provas do Circuito de Trail ADAL – Derovo - Fullprotein serão efetuadas de acordo com os regulamentos dos respetivos eventos.
- b) Desconto permanente de 1 € no preço de inscrição, para atletas filiados na ADAL;
- c) O dorsal antes de qualquer evento terá que ser testado junta da firma Recorde Pessoal;
- d) Após a publicação da lista de atletas filiados inscritos, por parte da Organização da prova, os atletas dispõem de três dias para apresentar reclamações referentes a esta lista à Organização da prova.

Um atletismo de todos e para todos





4. Provas

- a) Conforme adaptação Nacional e ITRA da categorização de provas para os Circuitos de Trail Running, as competições de Trail Jovem até 15k, as competições de Trail Sprint, incluirão provas com menos de 26km, as competições de Trail incluirão provas entre os 26km e os 45km, as de Trail Ultra entre os 45k e os 85k e as de Trail Endurance com mais de 85k.

As provas que integram a competição dos Circuitos de Trail ADAL – Derovo - Fullprotein são as seguintes:

Circuito Trail Jovem – Derovo – Fullprotein 2026/2027

Nº	Data	Prova	Local
1	10-11/10/2026	11º Trail da Ladeia - Solarshop	Alvorge
2	21/11/2026	Trail Kids Carreiros do Pastor Arrimalano *	Arrimal
2	05/12/2026	Trail da Amizade MTA - Jovem	Santiago da Guarda
3	31/07/2027	LUT 15k - Jovem	Porto de Mós

CDTJ – Campeonato Distrital de Trail Jovem

Circuito Trail Sprint – Derovo – Fullprotein 2026/2027

Nº	Data	Prova	Local
1	11/10/2026	11º Trail da Ladeia - Solarshop	Alvorge
2	22/11/2026	Trail Carreiros do Pastor Arrimalano	Arrimal
3	05/12/2026	X-Mas Night Trail	Leiria
4	17/01/2027	Trail Off-Road da Barreira	Barreira - Leiria
5	31/01/2027	Trilhos da Mata	Mata-Milagres
6	07/02/2027	Trail Manuelino	Abiul - Pombal
7	21/03/2027	Trilhos da Lapa	Mendiga
8	04/04/2027	Cross/Trail A-do-Barbas	A-do-Barbas -
9	11/04/2027	Trail do Forno dos Anios	Arrabal
10	23/05/2027	Trail Pinheiro Manso	Carangueieira
11	31/07/2027	LUT 20k	Porto de Mós
12	16/09/2027	Côdeas Trail	Coucineira

***CDTS – Campeonato Distrital de Trail Sprint**

Um atletismo de todos e para todos



Circuito Trail – Deroovo – Fullprotein 2025/2026

Nº	Data	Prova	Local
1	11/10/2027	11º Trail da Ladeia - Solarshop	Alvorge
2	06/12/2026	Trail da amizade TLA 32km	Santiago da Guarda
3	07/02/2027	Trail Manuelino	Abiul - Pombal
4	21/02/2027	Terras do Ancião Ultra Trail	Ansião
5	11/04/2027	5º Trail do Bairro dos Anjos	Arrabal
6	31/07/2027	LUT 30k	Porto de Mós

***CDT – Campeonato Distrital de Trail**

Circuito Trail Ultra– Deroovo – Fullprotein 2025/2026

Nº	Data	Prova	Local
1	06/12/2026	Trail da amizade UTA 52km	Santiago da Guarda
2	20/02/2027	Terras do Ancião Ultra Trail	Ansião
3	31/07/2027	LUT 60k	Porto de Mós

***CDTU – Campeonato Distrital de Trail Ultra**

Campeonatos Nacionais

A participação é exclusiva para atletas filiados na FPA via ADAL, com a situação regularizada na corrente época desportiva.

Apuramento por Mérito Desportivo

Apuram-se os 10 primeiros da classificação geral e os 3 primeiros de cada escalão, por género, da respetiva categoria de cada Campeonato Regional da respetiva época.

Previsão de datas para os Campeonatos Nacionais:

1ª quinzena de março: Campeonato Nacional de Trail Sprint

1ª quinzena de maio: Campeonato Nacional de Trail

2ª quinzena de junho: Campeonato Nacional de Trail Ultra

Um atletismo de todos e para todos



5. Pontuação

- a) Por cada prova, serão atribuídos pontos pela classificação geral masculina e feminina, conforme tabela 1:
- b) Existirá igualmente classificação coletiva (M/F), que será encontrada aplicando a tabela 2:

TABELA 1

Classif.	Pontos	Classif.	Pontos	Classif.	Pontos
1º	100	16º	30	31º	15
2º	90	17º	29	32º	14
3º	80	18º	28	33º	13
4º	70	19º	27	34º	12
5º	65	20º	26	35º	11
6º	60	21º	25	36º	10
7º	55	22º	24	37º	9
8º	50	23º	23	38º	8
9º	45	24º	22	39º	7
10º	40	25º	21	40º	6
11º	35	26º	20	41º	5
12º	34	27º	19	42º	4
13º	33	28º	18	43º	3
14º	32	29º	17	44º	2
15º	31	30º	16	45º e seg.	1

TABELA 2

Classificação	Pontos
1º	15
2º	13
3º	11
4º	9
5º	8
6º	7
7º	6
8º	5
9º	4
10º	3
11º	2
12º	1

- c) As provas Campeonato Distrital, terão uma majoração de 50% na pontuação. O 1º classificado terá uma pontuação de 150 pontos, o 2º terá 135 pontos, o 3º terá 120 pontos até ao 45º e seguintes que terão 1,5 pontos

Um atletismo de todos e para todos



1. A partir da equipa classificada em 12.º lugar, todas as equipas serão pontuadas com 1 ponto.
2. A classificação coletiva (M/F) determina-se em dois passos: primeiro, e com base na classificação geral absoluta (M/F) (sem distinção de escalão), somam-se os lugares dos três (3) primeiros classificados de cada equipa, três (3) primeiras classificadas, no caso das equipas femininas; seguidamente, ordenam-se as equipas (M/F) por ordem crescente de pontos obtidos na operação anterior, após o que se aplica a tabela de pontuação acima descrita para as equipas.
3. Em caso de empate na classificação por equipa, o critério de desempate será a equipa que fechar em primeiro lugar..
4. Exemplo:
 - Equipa A: $5.º + 6.º + 7.º = 18$ – 1.º lugar (15 pontos)
 - Equipa B: $3.º + 4.º + 13.º = 20$ – 2.º lugar (13 pontos)
 - Equipa C: $1.º + 2.º + 20.º = 23$ – 3.º lugar (11 pontos)

6. Divulgação dos resultados e classificações

- a) Os resultados provisórios das classificações de cada prova Circuito de Trail ADAL – Deroovo - Fullprotein serão publicados pela Organização no website do evento e/ou na sua página de Facebook, pela ADAL nas plataformas ao seu dispor e no website <https://www.recordepessoal.pt/paginaInicial>. As atualizações da classificação do Circuito de Trail ADAL – Deroovo - Fullprotein, geral absoluta, por género, por escalão e por equipas, serão atualizadas logo que se encontrem oficializadas.
- b) Após a publicação das classificações dos atletas inscritos no Circuito de Trail ADAL – Deroovo - Fullprotein, os atletas dispõem de sete dias para apresentar à Organização da prova reclamações referentes às classificações.

7. Classificações finais

- a) Circuito de Trail ADAL – Deroovo - Fullprotein – Individual (finisher):

Por género (M/F), por escalão e equipas, cada atleta e cada equipa vai obter a melhor pontuação referente referente a +50% da totalidade das provas do Circuito de Trail ADAL nas diferentes categorias.

Na classificação (geral individual e equipas) e por escalão (considerando a idade do atleta a 30 de setembro da corrente época), os critérios de desempate serão:

1. maior pontuação nos três melhores resultados (classificação individual e por equipas);
2. maior pontuação nos dois melhores resultados (classificação individual e por equipas);
3. confronto direto (classificação individual e por equipas);
4. maior idade (classificação individual).

Um atletismo de todos e para todos



Os escalões devem estar de acordo com a categorização da FPA para o Trail e são os seguintes para os géneros M/F;

Sub23 - 18/22
Seniores - 23/34
M35 - 35/39
M40 - 40/44
M45 - 45/49
M50 - 50/54
M55 - 55/59
M60 - 60/64
M65 - 65 ou mais anos

8. Prémios

- a) Prémios individuais: serão premiados os três primeiros classificados masculinos e femininos da classificação final de todos os escalões etários em vigor na FPA para a área do Trail.
- b) Prémios coletivos: serão premiadas as três primeiras equipas (M/F) com melhor classificação final.

9. Comunicação

- a) Considera-se como meio oficial de comunicação e informação sobre o Circuito de Trail ADAL – Derovo - Fullprotein o seu website (www.adal.pt), página de Facebook, @adatletismoleiria, e <https://www.recordepessoal.pt/paginaInicial>. Os atletas devem consultar periodicamente os websites para se manterem atualizados sobre possíveis alterações no Circuito de Trail ADAL – Derovo - Fullprotein e respetivo regulamento.

10. Alterações

- a) A ADAL reserva-se o direito de proceder às alterações que considere convenientes no formato e composição do Circuito de Trail ADAL – Derovo – Fullprotein.
- b) As distâncias e as datas dos eventos, podem sofrer alterações.

Reg.V01/2026-2027

O Técnico Distrital da ADAL
Miguel Saraiva

Um atletismo de todos e para todos