



ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE LERIA

Estádio Municipal de Leiria – Apartado 552

Ec Marrazes - 2416- 904 Leiria

Telef. 244 827 580 Fax 244 812 972

E-mail: assleiria@adal.pt

www.adal.pt

ÉPOCA 2025 / 2026 PARECER Nº 48 SOBRE PROVA DE ATLETISMO

Nome da Prova: Trilhos do Alecrim 2026

Organização: Grupo Recreativo e Desportivo de Serro Ventoso

Local da Realização: Serro Ventoso

Data da Realização: 3 de maio de 2026

PARECER:

Face ao regulamento apresentado e que se anexa, depois de devidamente analisado, a Associação Distrital de Atletismo de Leiria concede o **parecer favorável** à realização da prova acima referida, pelo que o Organizador se obriga a realizá-la de acordo com o estabelecido no Regulamento.

Caso já se encontre divulgado o Regulamento do evento, deve substituir o mesmo pelo Regulamento agora aprovado em todos os meios de divulgação e plataforma de inscrições.

NOTA:

Compromete-se igualmente a garantir a presença da assistência médica necessária, das forças de segurança e da contratação dos Seguros de Responsabilidade Civil e Desportivos obrigatórios por lei.

Data: 23 de março de 2026



A Direção da ADAL
(Miguel Saraiya)

Regulamento “Trilhos do Alecrim”

O **Grupo Recreativo e Desportivo de Serro Ventoso** irá organizar os “**Trilhos do Alecrim**” no dia **3 de Maio 2026** com o apoio técnico dos **Trilhos do Castelejo** no âmbito de promover o desporto na Natureza e dar a conhecer os locais emblemáticos desta região. Esta edição irá contar para o **Troféu Trail Porto de Mós 2026**

Condições de participação:

– Trilhos do Alecrim K10 e K20

– Inscrição regularizada

- A inscrição numa das provas do evento Trilhos do Alecrim implica compreender e aceitar sem reservas o regulamento.
- Fazer corretamente a inscrição em www.recordepessoal.pt
- Fazer o pagamento da respetiva taxa de inscrição.

– Condição física

- Os participantes devem estar conscientes da distância e das particularidades da prova em que vão participar e estarem suficientemente treinados para concluírem a mesma.
- Terem adquirido antes da mesma a capacidade de autossuficiência em montanha que permita a gestão dos problemas induzidos por este tipo de prova, nomeadamente em termos de alterações climáticas, autonomia entre dois postos de abastecimento quer alimentar quer vestuário.
- Saber gerir e enfrentar problemas físicos e mentais resultantes da fadiga, problemas digestivos, musculares, etc.
- Ter consciência de que o papel da organização não é o de ajudar o participante a ultrapassar estes problemas.

– Ajuda externa

- Apenas será permitida a ajuda externa por 2 elementos (no máximo) devidamente credenciados e somente nos locais indicados pela organização.

– Colocação de dorsal

- O dorsal, número de atleta, é pessoal e intransmissível, e deve ser colocado á frente do corpo de preferência a altura do peito, sempre visível. O atleta que não estiver nesta condição é advertido e penalizado com 30 minutos.
- Em caso de desistência ou desclassificação o atleta deve entregar o dorsal a um elemento da organização que após a conclusão da prova o pode devolver caso seja solicitado.

– Regras de conduta desportiva

- O comportamento inadequado ou o recurso a linguagem ofensiva, agressão verbal ou física será advertido com desqualificação e/ou expulsão da prova e/ou de eventos futuros.
 - A prova Trilhos do Alecrim é organizada com total respeito pela natureza e promove acima de tudo o fair-play.
 - É fundamental que o participante ajude qualquer pessoa em perigo e alerte o organizador.
- O organizador pode excluir qualquer atleta que condicione a gestão e o bom funcionamento da prova mesmo antes do seu início. Caso isso ocorra não há direito a reembolso.

A prova

– Apresentação da prova.

- A prova denominada Trilhos do Alecrim é organizada pelo GRD Serro Ventoso e conta com o apoio técnico dos Trilhos do Castelejo
- Será realizado a 3 de maio de 2026 independentemente das condições climatéricas do dia desde que o organizador entenda que não há riscos acrescidos pelas mesmas para este tipo de eventos.
- Contará para o Troféu Trail Porto de Mós
- O local de partida e meta é na sede do GRD de Serro Ventoso (onde funcionará o secretariado)
- O evento é composto por duas provas: Mini Trail com cerca de 11km (K10) e Trail Curto com cerca de 21km (K20)
- Em paralelo e não competitivo haverá uma caminhada com cerca de 10km.

– Programa do evento

Dia 03-05-2025 (Sábado)

Localização:

<https://maps.app.goo.gl/TSJGTNRhLQXYZZQC6>

- 14H00 => Abertura do secretariado (GDR Serro Ventoso)
- 18H00 => Fecho do secretariado (GDR Serro Ventoso)

Dia 04-05-2025 (Domingo)

Localização:

<https://maps.app.goo.gl/jsg72SoEYcWbTxSt8>

- 07H00 => Abertura de secretariado (Campo de futebol GDR Serro Ventoso)
- 08H55 => Fecho de secretariado K20 (Campo de futebol GDR Serro Ventoso)
- 09H00 => Início da prova K20
- 09H25=> Fecho de secretariado K10 + Caminhada (Campo de futebol GDR Serro Ventoso)
- 09H30 => Início da prova K10
- 09H35 => Início da caminhada
- 12H30 => Cerimónia de entrega de prémios
- 13H00 => Início do almoço (Sede GDR Serro Ventoso)

(Sede GDR Serro Ventoso) <https://maps.app.goo.gl/TSJGTNRhLQXYZZQC6>

– Distância / altimetria

- K10: distância aproximada de 12 km e altimetria 450d+/450d-
- K20: distância aproximada de 20 km e altimetria 900d+/900d-
- Caminhada: distância aproximada de 10 Km e altimetria 300d+/300d-

– Mapa / perfil / descrição percurso

- Disponível na web na página oficial no facebook.

– Tempo limite

- O tempo limite no K10 é de 3 horas
- O tempo limite no K20 é de 5 horas

– Metodologia e controlo tempos

- Será utilizado um sistema eletrónico de controlo de tempos, no dorsal, que registará a passagem dos atletas. A perda ou danificação do mesmo pode provocar a desclassificação do atleta por não ser possível fazer o registo de passagem.

– Postos de controlo e abastecimento / marcações

- A marcação do percurso é da responsabilidade da organização.
- Serão usadas fitas novas a mostrar no briefing antes do início das provas.
- Serão usadas sempre que necessário placas de viragem e de sinalização de perigos ou atravessamento de estradas.
- Os postos de abastecimento e controlo serão assinalados com antecedência.
- Não serão fornecidas as bebidas em recipientes. O atleta deve transportar o seu próprio recipiente.

– Material obrigatório

Para as provas K10 e K20:

- Copo ou outro recipiente para bebidas (a organização não disponibiliza copos nos abastecimentos).
- Telemóvel funcional.
- Apito.
- Manta Térmica.

(Penalização de 15 minutos para quem não fizer acompanhar de um ou mais itens acima referidos).

– Tráfego Rodoviário

Estará montado um dispositivo de segurança ao longo do percurso, contudo as provas decorrem em **regime de estrada aberta**, no qual os atletas devem ter a especial atenção ao atravessar estradas ou caminhos públicos, devendo respeitar as regras de trânsito.

– Penalizações

- Falta de um ou mais itens material obrigatório, desclassificação.
- Falta de controlo num ou mais pontos, desclassificação.
- Não completar o percurso, desclassificação.
- Deteriore o meio ambiente, desclassificação.
- Falta de dorsal, desclassificação.
- Dorsal não visível, 30 minutos por cada aviso.
- Ignorar as indicações da organização, desclassificação.
- Conduta antidesportiva, desclassificação.
- Não prestar assistência a atleta em dificuldade, desclassificação e erradicação de futuros eventos.

A desclassificação cessa a responsabilidade da organização perante o atleta.

– Responsabilidade perante o participante.

- O participante declara que cumpre com todas as condições do presente regulamento e assume por sua livre e espontânea vontade os riscos e suas consequências decorrentes da participação na

prova, sejam eles danos físicos, morais, materiais ou de qualquer natureza. Fica a organização e todos os envolvidos isentos de outras responsabilidades que não as obrigatórias por Lei.

– Seguros

- Todos os atletas estarão seguros com um seguro contratualizado para a prova.
- A organização contratualiza também um seguro de responsabilidade civil para o evento.

Inscrição

– Inscrições através de formulário específico:

- Disponível na website, www.recordepessoal.pt.

K10 - limite 200 inscrições.

K20 - limite 200 inscrições.

Caminhada - Ilimitadas.

Data limite para as inscrições - 26 de Abril 2025

– Taxas de inscrição:

Trail :

K10

- 15€ s/almoço c/seguro
- 20€ C/almoço e seguro

K20

- 16€ s/almoço
- 23€ c/almoço e seguro

Só almoço no dia 10€

TokAndar domingo 03

- Caminhada Gratuita, mas com inscrição obrigatória.
- Caminhada com reforço 8€
- Caminhada c/reforço e almoço 13€

Só Almoço no dia 10€

– Condições devolução inscrição:

- No caso comprovado por atestado/declaração médica da impossibilidade de participação do atleta até 30 dias antes da realização da prova será devolvida 50% do valor da inscrição, após essa data e até ao dia limite das inscrições será devolvida 25% do valor da inscrição.

– Incluído na inscrição das provas K10 e K20:

- Dorsal
- Seguro acidentes pessoais e responsabilidade civil
- Abastecimentos

- Banhos
- T-shirt

– **Incluído na inscrição da caminhada:**

- Seguro acidentes pessoais e responsabilidade civil
- Abastecimento
- Banhos
- Lembrança

– **Secretariado**

- Local: O secretariado funcionará na sede do G.D.R. de Serro Ventoso (rua principal n.94 Serro Ventoso).
- Horários: Consultar ponto 2.2. do presente regulamento.

– **Abastecimentos**

- Os locais de abastecimentos serão divulgados na página do oficial no facebook.

Prêmios e Escalões

– **No Trail Curto 20km**

- Troféu para os 3 primeiros da Geral Masculina e Geral Feminina.
- Troféu para as 3 melhores equipas.
- Classificação por escalões conforme a seguinte tabela

Masculino / Feminino

- M/F Juniores
- M/F Sub-23
- M/F-Seniores
- Veteranos M35/F35
- Veteranos M40/F40
- Veteranos M45/F45
- Veteranos M50/F50
- Veteranos M55/F55
- Veteranos M60/F60
- Veteranos M65/F65

Idade até dia 30 de Setembro 2025

- **No Trail Curto 10km**

- Troféu para os 5 primeiros da Geral Masculina e Geral Feminina.

Classificação Coletiva

A classificação por equipas será estabelecida com base nos QUATRO melhores resultados individuais obtidos nos vários escalões.

Para uma equipa pontuar numa prova, terá de ser formada no mínimo por quatro elementos inscritos com o mesmo nome de equipa. A inscrição de cada atleta terá de ser feita com o nome de equipa escrito de forma rigorosamente igual (letras, números, símbolos, acentos, hífen, espaços etc.). Se na inscrição do atleta existir diferença no nome da equipa, não será contabilizada essa classificação.

– A cerimónia de pódio será realizada às 12H30.

– Reclamação de classificação

- As reclamações da classificação devem ser feitas até 15 minutos antes da cerimónia de pódio.

Informações

– Como chegar

- Norte, A1 saída Leiria, IC2 até São Jorge, direção Porto de Mós. A entrada da vila seguir direção Serro Ventoso / Santarém por 5k.

- Sul, A1 saída Aveiras, IC2 até Pedreiras, Seguir à direita direção Porto de Mós. À entrada da vila seguir direção Serro Ventoso / Santarém por 5k.

– Dormida

Existe a possibilidade de dormida em solo duro mediante solicitação atempada

– Visitar

- Nas proximidades pode visitar a Ecopista, o Castelo Porto de Mós, as Grutas, a Fornea

- Tem ainda no concelho percursos pedestres que estão acessíveis todo o ano

- Num raio de 20/30k pode visitar Fátima, Batalha, Nazaré.

– Casos omissos

- Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pela comissão organizadora, de cujas decisões não haverá recurso.

Mais informações/esclarecimentos através de email: geral@recordepessoal.pt