



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 63 SOBRE PROVA DE ATLETISMO

Nome da Prova: Trail da Raposa 2026

Organização: Centro Recreavo da Golpilheira

Local da Realização: Golpilheira

Data da Realização: 24 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: 7 de maio de 2026



A Direção da ADAL
(Miguel Saraiva)

Regulamento TRAIL DA RAPOSA CRG

Organização

O Centro Recreativo da Golpilheira irá organizar o “Trail da Raposa” no dia 24 de maio 2026 com o apoio da Equipa de Veteranos de Futebol, Junta de Freguesia da Golpilheira e Município da Batalha no âmbito de promover o desporto na Natureza e dar a conhecer alguns locais da zona.

Apresentação da prova

A prova denominada Trail da Raposa é organizada pelo CR da Golpilheira e conta com o apoio técnico da Equipa de veteranos de Futebol do CR da Golpilheira e da Empresa Recorde Pessoal.

Será realizado a 24 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.

O local de partida e meta é no largo do CR Golpilheira

Secretariado é localizado no interior do Bar do (CR Golpilheira)

O evento é composto por duas provas: Trail Sprint com cerca de 17km (K17) e Mini Trail cerca de 10km (K10).

Em paralelo e sem cariz competitivo haverá uma caminhada com cerca de 8km.

Programa do evento

Dia 23-05-2025 (Sábado)

17H00 => Abertura do secretariado (Bar CR Golpilheira)

Morada: Estrada do Baçairo 234, 2440-234 Golpilheira, Portugal

Localização: 39.685014, -8.820457

20H00 => Fecho do secretariado (Bar CR Golpilheira)

Dia 24-05-2025 (Domingo)

07H30 H => Abertura de secretariado (Bar CR Golpilheira)



Morada: Estrada do Baçairo 234, 2440-234 Golpilheira, Portugal

Localização: 39.685014, -8.820457

08H30 => Fecho de secretariado K17 (Bar CR Golpilheira)

08H40 => Abertura da BOX K17

08H45 => Briefing na zona de partida

09H00 => Início da prova K17

09H00 => Fecho de secretariado K10 + Caminhada (Bar CR Golpilheira)

09H10 => Abertura da BOX K10

09H15 => Briefing na zona de partida

09H30 => Início da prova K10

09H35 => Início da caminhada k8

12H30 => Cerimónia de entrega de prémios das distâncias K17 e K10

13H00 => Início do almoço (Junto da Meta no parque CR Golpilheira)

Localização: 39.685014, -8.820457

Distância / altimetria:

K10: distância aproximada de 10 km altimetria Aprox 220d+/220d- (Dificuldade Media)

K17: distância aproximada de 17 km e altimetria Aprox 300d+/300d- (Dificuldade Media)

Caminhada: distância aproximada de 8 Km e altimetria Aprox 150d+/150d- (Dificuldade Baixa)

Mapa / perfil / descrição percurso:

Disponibilizado antes em formato GXP

Tempo limite:

O tempo limite no K10 é de 3 horas

O tempo limite no K17 é de 5 horas



Material Recomendado:

Para as provas K10 e K17:

- Roupa e calçado confortável adequado à prática de trail

Material Obrigatório:

- Depósito de água/garrafa/flask/copo
- Telemóvel funcional, apito, manta térmica
- Cartão de cidadão para levantamento do dorsal

Inscrições:

Só serão aceites inscrições feitas através da plataforma designada para o efeito na página www.recordepessoal.pt, onde deverão seguir as instruções que o processo for indicando, em caso de dúvida deverão contactar geral@recordepessoal.pt.

K10 - limite 200 inscrições.

K17 - limite 200 inscrições.

Caminhada - Ilimitadas.

Taxas de inscrição:**Trail : K10**

12€ Sem almoço e Com Seguro

15€ Com almoço e seguro

Almoço no dia sem reserva prévia, acresce 5 €

Trail : K17

15€ Sem almoço e Com Seguro

18€ Com almoço e Com seguro

Almoço no dia sem reserva prévia, acresce 5 €



Caminhada da Raposa

K8

Caminhada 8€

Caminhada com almoço 11€

Almoço no dia sem reserva prévia, acresce 5 €

Data limite para as inscrições - 15 de Maio 2025

Abastecimentos:

Abastecimentos: K17 2- Líquidos e 1- Sólido

Abastecimentos: K10 1- Líquidos e 1- Sólido

(A organização terá o cuidado dependendo das condições climatéricas de fazer mais algum abastecimento líquido durante a prova caso seja necessário)

Almoço:

1 Sandes / 1 Bebida

Incluído na inscrição das provas K10 e K17:

Dorsal personalizado c/ chip integrado (provas de trail)

Seguro acidentes pessoais e responsabilidade civil

Abastecimentos

Banhos*

T-shirt técnica alusiva ao evento

Medalha Finisher

Prémios 1º 2º 3º Escalão



Incluído na inscrição da caminhada:

Seguro acidentes pessoais e responsabilidade civil

Abastecimento

Banhos*

T-shirt técnica alusiva ao evento

Medalha Participação

* Os atletas do 1º Trail da Raposa (CR Golpilheira) terão direito a banho no final da prova, nos balneários do Pavilhão Gimnodesportivo junto à meta.

Prémios e Escalões

No Trail Sprint 17km e MiniTrail 10km

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 2026



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.

Avisos importantes: O evento decorre com gestão de estradas (passagens) por parte da organização, sendo que é obrigatório o atleta cumprir o código da estrada durante o evento na íntegra.

