



## NORMAS DE PARTICIPAÇÃO

### Trail do Chicharo – Alvaiázere 2025

O **Trail do Chicharo – Alvaiázere 2025**, sob organização da Câmara Municipal de Alvaiázere pretende afirmar-se como uma prova de desporto e lazer, com carácter competitivo, na vertente de corrida [Trail Running], a realizar por percursos e trilhos envolventes ao Município de Alvaiázere. A 8ª. edição realiza-se no dia 5 de outubro de 2025. É categorizado por duas distâncias cronometradas [na vertente de Trail] e uma não cronometrada [Caminhada], de acordo com as seguintes distâncias: **Trail curto** – aproximadamente 19 quilómetros; **Mini-trail** – aproximadamente 13 quilómetros e **Caminhada** de Natureza não competitiva com a extensão aproximada de 10 quilómetros.

No dia 5 de outubro é o dia das duas provas de carácter competitivo e da prova de carácter não competitivo.

A prova é aberta a diferentes escalões, promove convívio, saúde e bem-estar dos participantes em associação à prática do desporto de natureza.

## Índice

- 1. Condições de Participação**
- 2. Prova**
- 3. Inscrições**
- 4. Categorias e Prémios**
- 5. Contactos**

## 1. Condições de Participação

### 1.1. Idade Mínima de Participação

Para participar nas provas das categorias Trail Curto e Mini-trail do **Trail do Chicharo – Alvaiázere 2025** os participantes deverão ter como idade mínima obrigatória 18 anos e 16 anos, respectivamente. Apenas na Caminhada os menores de 16 anos serão admitidos desde que acompanhados por um adulto responsável pela sua participação.

### 1.2. Inscrição Regularizada

A inscrição no **Trail do Chicharo - Alvaiázere** implica a aceitação por parte do participante das regras e normas de prova. A inscrição é feita através do website [queroir.pt](http://queroir.pt), e de acordo com o preenchimento de um formulário de inscrição e validada após a confirmação do pagamento do valor correspondente à opção de participação de cada participante, estando à disposição o pagamento por via de referência multibanco.

### 1.3. Condições Físicas

Os participantes devem gozar de boa saúde e encontrarem-se com uma preparação física e psíquica apta a esforços entre os 10 e os 19 quilómetros, de acordo com as categorias da prova, estando por isso aptos à conclusão da mesma. A organização não se responsabiliza por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela participação dos atletas, à excepção do que se encontra coberto pelo seguro de prova, pelo que se aconselham os participantes a avaliarem a sua condição física pelas vias médicas adequadas. Não é aconselhada a participação de crianças menores de 8 anos na Caminhada.

### 1.4. Ajuda Externa/Assistência Pessoal

Apenas será permitida ajuda externa ou assistência pessoal dos participantes nos postos de controlo/abastecimento da prova, sendo expressamente proibido qualquer apoio fora desses locais, devidamente assinalados, à excepção de assistentes pertencentes à organização da prova, equipa médica ou de bombeiros disponível.

### 1.5. Uso de Dorsal

Nas categorias Trail Curto e Mini-trail é obrigatório o uso do dorsal sempre perfeitamente visível, na frente do atleta (peito ou abdómen) ao longo de toda a prova, sendo o mesmo impreterivelmente considerado válido para a atribuição de classificação final e acesso dos participantes aos postos de abastecimento da prova. Os participantes da caminhada, ainda

que não dispendo de classificação final, deverão igualmente fazer-se acompanhar ao longo de todo o percurso do dorsal atribuído a cada participante no secretariado da prova.

### 1.6. Regras de Conduta Desportiva

Em situações de emergência os participantes deverão informar a organização junto do posto de controlo ou do posto de abastecimento mais próximo, ou através do número de telefone da organização disponibilizado a cada participante. A organização reserva-se ao direito de excluir participantes que não zelem pelo bom funcionamento da prova através de comportamentos éticos e de uma conduta desportiva adequada.

## 2. Prova

### 2.1. Apresentação da Prova

Sob organização da Câmara Municipal de Alvaiázere, realiza-se a 5 de outubro de 2025 a 8ª. edição do **Trail do Chicharo - Alvaiázere**, uma prova de Trail Running que percorrerá percursos e trilhos, inseridos na Serra e Concelho de Alvaiázere.

### 2.2. Programa

Sexta-feira, 3/10/2025 – tenda junto às velharias – recinto do evento – parque multiusos

14h00 – Abertura do Secretariado - Levantamento de Dorsais

21h00 – Encerramento do Secretariado

Sábado, 04/10/2025 - tenda junto às velharias – recinto do evento – parque multiusos

14h00 – Abertura do Secretariado - Levantamento de Dorsais

21h00 – Encerramento do Secretariado

Domingo, 05/10/2025 – Parque multiusos

07h30 – Abertura do Secretariado - Levantamento de Dorsais

08h40 – Início do Controlo Zero | Trail Longo

09h00 – Partida | Trail Longo

09h05 – Início do Controlo Zero | Trail Curto

09h30 – Partida | Trail Curto

09h35 – Aquecimento | Caminhada

09h45 – Partida da | Caminhada

12h15 – Entrega de Prémios | Trail Curto

13h00 – Entrega de Prémios |Trail Longo

15H00 – Encerramento do Secretariado

*\* Programa sujeito a alterações.*

### 2.3. Distâncias/Altimetria/Tempo Limite

Trail Curto – 19 km

(Informação mais detalhada brevemente disponível)

Trail Curto – 13 km

(Informação mais detalhada brevemente disponível)

Caminhada – 10 km

(Informação mais detalhada brevemente disponível)

Todas as distâncias têm um tempo limite de execução, definido de acordo com as possíveis paragens para abastecimento, descanso, etc., por parte dos participantes.

### 2.4. Metodologia de Controlo de Tempos

A cronometragem das provas das categorias Trail Curto e Mini-trail, será realizada com recurso a tecnologia digital, através do controlo de passagem de um chip transportado por cada atleta, desde a partida à meta, cruzando ainda os diferentes postos de controlo. Paralelamente, serão ainda registadas manualmente as passagens dos participantes nos postos de controlo e na meta, pela numeração dos dorsais. Não existirá cronometragem nem classificações para os participantes da Caminhada.

### 2.5. Postos de Controlo

Ambas as provas das categorias Trail Curto e Mini-trail terão controlos de passagem intermédios, que garantirão a execução da totalidade do percurso por parte dos participantes. A falta de registo de passagem dos participantes nos postos de controlo implica a não atribuição de classificação.

### 2.6. Postos de Abastecimento

Ao longo do percurso os participantes terão à sua disposição Postos de Abastecimento de sólidos e líquidos. Não serão distribuídas garrafas de água aos participantes, pelo que os

mesmos deverão estar munidos do seu próprio reservatório. Mais informamos, que, aplicando uma política ecológica responsável, não serão disponibilizados copos de plástico, devendo cada participante fazer-se acompanhar do seu próprio copo. O percurso do Trail curto e Mini-trail contemplará 1 postos de abastecimento de sólidos e líquidos e 2 líquidos, enquanto na Caminhada estará disponível 1 posto de abastecimento de sólidos e líquidos e 1 de líquidos. Para além destes referidos haverá um abastecimento comum na META (sólidos e líquidos).

## 2.7. **Material Obrigatório Trail Longo/ Trail Curto/Caminhada**

- Roupa e Calçado confortável adequado à prática de Trail;
- Telemóvel com bateria e saldo suficientes para durante a prova;
- Soft Flask/Copo.

## **Passagem de Locais com Tráfego Rodoviário**

Informamos que não haverá corte de trânsito rodoviário durante o decorrer da prova. Os participantes deverão obedecer às regras de trânsito e tomar as devidas precauções nos locais de circulação rodoviária. A organização garante a presença de membros nos pontos de passagem com circulação rodoviária com maior afluência de trânsito.

## 2.9. **Desclassificações**

Ao aceitarem as presentes NORMAS, os participantes encontram-se obrigados a:

- Possuir dorsal visível durante a prova;
- Passarem nos Postos de Controlo ao longo dos percursos;
- Respeitar o meio ambiente, protegendo-o e mantendo-o limpo;
- Prestar auxílio a outros participantes sempre que necessário;
- Completar o percurso para o qual se inscreveram;
- Respeitar todos os elementos da organização e as suas indicações;
- Não interferir na marcação do percurso durante as provas.

No caso de incumprimento do acima exposto, bem como de utilização de meios ilícitos para obter vantagem em relação a outros participantes, o participante em causa será automaticamente desclassificado, sem direito à devolução do valor de inscrição.

## 2.10. **Seguro desportivo**

Todos os participantes no Trail do Chícharo – Alvaiázere 2025, bem como os elementos da

organização e os seus colaboradores estão devidamente cobertos por um seguro de acidentes pessoais e de responsabilidade civil durante a vigência do evento, conforme previsto na lei.

### **3. Inscrições**

#### **3.1. Processo de Inscrição**

A inscrição é feita através do site (<http://www.queroir.pt>), de acordo com o preenchimento de um formulário de inscrição que solicitará a cada participante a inserção de dados válidos tais como: Nome, Data de Nascimento, Sexo, Número de Identificação Fiscal, E-mail, Telefone, Equipa/Clube, tamanho da t-shirt, prova em que se inscreve. Os dados recolhidos serão utilizados para efeitos de seguro de acidentes pessoais, inscrição, controlo de prova, envio de certificado, divulgação de resultados e promoção do evento nas redes sociais e/ou site do Município. A inscrição é validada após a confirmação do pagamento do valor correspondente à opção de participação de cada participante, estando à disposição o pagamento por via de referência multibanco com validade até 48 horas após o registo da inscrição por parte do participante. Terminado o prazo e caso o pagamento não se encontre realizado, a inscrição será anulada.

#### **3.2. Proteção de dados**

Os dados pessoais dos participantes indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora e receção de inscrições (queroir) para efeitos de processamento no evento nomeadamente, seguradora, lista de inscritos, notícias e classificação.

Para efeitos de inscrição serão solicitados os seguintes dados pessoais, conforme estipulado com a entidade recetora de inscrições: nome, data de nascimento, NIF, género, e-mail, contacto, contacto de emergência, equipa, e tamanho da t-shirt.

Os dados dos participantes no trail curto e no trail longo serão divulgados para efeito de classificação.

Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para [desporto@cm-alvaiazere.pt](mailto:desporto@cm-alvaiazere.pt).

#### **3.3. Direitos de imagem e publicidade**

A entidade organizadora reserva-se o direito exclusivo da exploração da imagem do evento e dos registos audiovisuais e/ou fotográficos, assim como os registos jornalísticos do

evento.

### **3.4. Política de Privacidade**

Porque a proteção de dados pessoais merece a nossa maior atenção, o Município de Alvaiázere estabeleceu uma [Política de Privacidade e de Proteção de Dados Pessoais](#) e nomeou um **Encarregado de Proteção de Dados (DPO/EPD)**, o qual, para qualquer esclarecimento ou exercício dos seus direitos, poderá contactar através do endereço de correio eletrónico [dpo@cm-alvaiazere.pt](mailto:dpo@cm-alvaiazere.pt), através do número de telefone 236 650 600, ou por correio postal para o endereço Praça do Município, 3250-100 Alvaiázere.

Consultar a mesma através do Link: <https://www.cm-alvaiazere.pt/pages/1120>

### **3.5. Valores e Períodos de Inscrição**

#### Trail curto – 19 Km

- De 10/07/2025 a 29/09/2025: 13,00€

#### Mini-trail – 13Km

- De 10/07/2025 a 29/09/2025: 11,00€

#### Caminhada – 10Km

- De 10/07/2025 a 29/09/2025: 10,00€

### **3.6. A Inscrição inclui**

Dorsal, T-shirt, Abastecimentos, Prémio Finisher, Massagens, Banhos Quentes, Reforço final no Abastecimento de Meta e outros brindes que a organização venha a angariar.

### **3.7. Condições de Devolução do Valor de Inscrição**

Não serão devolvidas as taxas de inscrição, seja qual for o motivo/data de pedido de devolução.

### **3.7. Inscrições EQUIPAS**

10 inscrições – **11ª Oferta**

19 inscrições – **20ª e 21ª Ofertas**

29 inscrições – **30ª, 31ª e 32ª Ofertas**

Outros casos deverão contactar a Organização

## 4. Classificações e Prémios

### 4.1. Categorias

Haverá lugar à atribuição de prémios aos três primeiros classificados das categorias Mini-trail e Trail Curto por escalão/sexo, bem como por equipas\*.

Troféu Alvarge referente ao trail 19Km: Troféu resultante da classificação do Trail do Chícharo em Alvaiázere e o Trail da Ladeia.

\*A classificação por equipas será definida pela obtenção do número de pontos contabilizados pela soma dos três melhores resultados de atletas pertencentes à mesma equipa, na mesma categoria, independentemente do escalão/sexo. A equipa com o menor número de pontos atribuídos será a vencedora. (i.e.: 1.º lugar + 5.º lugar + 10.º lugar = 1 + 5 + 10 = 16 pontos).

### 4.2. Escalões

- Sub-23 Masculinos/Femininos: 18 a 22 anos
- Seniores Masculinos/Femininos (SEM M/SEM F): 23 a 34 anos
- Veteranos Masculinos/Femininos (M35/F35): 35 a 39 anos
- Veteranos Masculinos/Femininos (M40/F40): 40 a 44 anos
- Veteranos Masculinos/Femininos (M45/F45): 45 a 49 anos
- Veteranos Masculinos/Femininos (M50/F50): 50 a 54 anos
- Veteranos Masculinos/Femininos (M55/F55): 55 a 59 anos
- Veteranos Masculinos/Femininos (M60/F60): + de 60 anos

**Nota: Idade no Dia de Prova**

### 4.3. Prémios

Trail Curto e Mini-trail

- Troféus aos 3 primeiros classificados da Geral (Masculinos e Femininos)
- Troféus aos 3 primeiros classificados de cada Escalão (Masculinos e Femininos)
- Troféus para as 3 primeiras Equipas
- Troféu Alvarge – Trail 19KM (Trail do Chícharo e Trail da Ladeia) 1º, 2º e 3º Geral M/F;
- Não haverá lugar para a atribuição de prémios aos participantes da Caminhada.

## 5. Contactos

**Organização** - Câmara Municipal de Alvaiázere

[desporto@cm-alvaiazere.pt](mailto:desporto@cm-alvaiazere.pt)

António Gonçalves / [antonio.goncalves@cm-alvaiazere.pt](mailto:antonio.goncalves@cm-alvaiazere.pt) / +351 915 698 733

Luis Simão / [luis.simao@cm-alvaiazere.pt](mailto:luis.simao@cm-alvaiazere.pt) / +351 915 698 669

Ricardo Fernandes / [ricardo.fernandes@cm-alvaiazere.pt](mailto:ricardo.fernandes@cm-alvaiazere.pt) / +351 916 088 447

Aprovado pela Câmara Municipal de Alvaiázere em reunião de 23 de julho de 2025.

O Presidente da Câmara Municipal,



---

(João Paulo Carvalho Guerreiro)

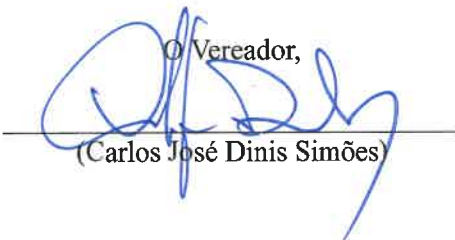
O Vice-presidente da Câmara Municipal,



---

(Flávio Gabriel da Silva Craveiro)

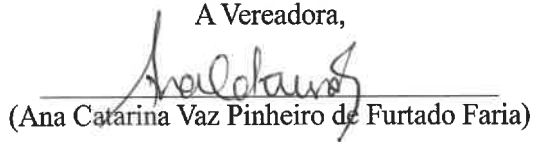
O Vereador,



---

(Carlos José Dinis Simões)

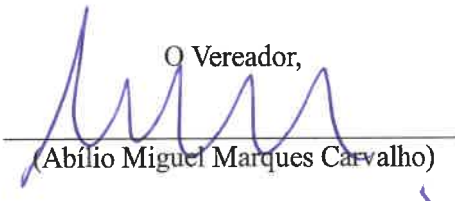
A Vereadora,



---

(Ana Catarina Vaz Pinheiro de Furtado Faria)

O Vereador,



---

(Abílio Miguel Marques Carvalho)