

REGULAMENTO IV TRAIL CONTRABANDO DO CAFÉ

19 de abril de 2026 – Paradela, Miranda do Douro, Portugal

1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1. Participantes

A IV edição do Trail Contrabando do Café é uma prova que decorre em trilhos e caminhos das Arribas do Douro Internacional, em Paradela, concelho de Miranda do Douro, com as seguintes categorias: TRAIL e CAMINHADA. Está aberta a todos os maiores de idade (18 anos). Na caminhada, poderão participar menores a partir dos 15 anos, desde que acompanhados por um adulto.

As competições estão abertas tanto a atletas filiados na Federação Portuguesa de Atletismo (FPA), representando clubes registados na Associação de Atletismo de Bragança (AABr), como a corredores populares que competem de forma individual.

1.2. Inscrição regularizada

A inscrição implica a aceitação das regras aqui estabelecidas.

- **Inscrições para o Trail Curto (18 km):** através do site www.runvasport.es.
- **Inscrição para a Caminhada (12 km):** mediante formulário online em contrabandotrail.github.io ou enviando um e-mail para trailcontrabandocafe@gmail.com.

As inscrições serão confirmadas após o pagamento correspondente. No momento de levantar o dorsal, é necessário apresentar um documento de identificação válido.

1.3. Condições físicas

O participante assume que é imprescindível possuir ótimas condições físicas, psíquicas e técnicas para completar a prova. Cada participante é responsável por:

- Estar consciente das dificuldades físicas e mentais da prova.
- Possuir as capacidades necessárias para realizar a atividade com segurança.
- Enfrentar condições climáticas adversas e lidar com problemas como fadiga extrema, dores musculares, pequenas lesões, entre outros.

A organização não se responsabiliza por acidentes que afetem o participante ou terceiros.

1.4. Ajuda externa

Só é permitida ajuda externa nas zonas de abastecimento/controlo definidas pela organização e em situações de emergência.

1.5. Dorsais e chips

O dorsal deve estar sempre visível durante todo o percurso. Caso o atleta decida abandonar, é obrigatório devolver o dorsal à organização. O dorsal é pessoal e intransmissível e deve estar sempre visível. O não cumprimento desta norma pode ser motivo de desqualificação.

Os chips, integrados nos dorsais, registam os tempos de passagem e controlo de cada atleta. Este sistema serve para o cronometreio dos pontos intermédios e para a segurança dos atletas. A passagem pelos controlos é obrigatória.

1.6. Regras de conduta desportiva

Exige-se um comportamento baseado no fair-play, promovendo valores como a ajuda mútua e o respeito pelos organizadores e participantes. Condutas inadequadas, como o uso de linguagem ofensiva ou qualquer tipo de agressão, podem resultar em desqualificação ou na proibição de participação em futuros eventos.

1.7. Compromisso ambiental

O Trail Running é uma atividade em contacto com a natureza. É estritamente proibido deixar lixo fora das áreas de abastecimento. Qualquer incumprimento resultará em desqualificação.

2. PROVA

2.1. Descrição da prova

A IV edição do Trail Contrabando do Café terá lugar a 19 de abril de 2026 em Paradela, Miranda do Douro, independentemente das condições climáticas desse dia, salvo se estas representarem riscos para os participantes.

- **Partida e chegada:** centro de Paradela, junto ao salão de festas.
- **Provas competitivas:**
 - Trail (18 km).
- **Caminhada não competitiva e de carácter lúdico:** 12 km, incluindo trechos com inclinações acentuadas, onde será necessário caminhar em fila indiana, extremando a precaução.

2.2. Tempos limite

- **Trail:** 4 horas.
- **Caminhada:** sem limite de tempo, duração estimada de 2 horas.

Os atletas que não cumprirem os tempos serão excluídos por motivos de segurança. A organização poderá retirar o corredor caso este não apresente um bom estado de saúde, para sua própria segurança. Os participantes que abandonem por conta própria, sem avisar a organização, deixarão de estar cobertos pela apólice de seguro do evento.

2.3. Controlo de tempos

O controlo será realizado através do uso de chips.

2.4. Abastecimentos e controlos

O percurso estará sinalizado com fitas e placas indicativas. Caso não se veja sinalização durante aproximadamente 200 metros, os atletas deverão voltar até encontrar novamente a sinalização. É obrigatório passar por todos os pontos de controlo. É proibido fazer atalhos, sob penalização ou desqualificação.

O percurso pode ser modificado, e a prova poderá ser suspensa em caso de condições climáticas adversas ou outra circunstância que implique risco para os participantes.

Se algum atleta decidir abandonar a prova, deverá entregar o dorsal à organização e, a partir desse momento, isenta a organização de qualquer responsabilidade sobre o atleta.

Os abastecimentos incluem alimentos e bebidas para consumo no local. Apenas os atletas com dorsal visível terão acesso a estas áreas.

2.5. Material obrigatório

Os participantes deverão levar o seguinte material mínimo, dependendo da distância e das condições climáticas:

Material obrigatório	Trail 15 km	Caminhada
Impermeável/ corta-vento	Sim	Não
Recipiente para água	Sim	Sim
Telemóvel	Sim	Sim
Manta de sobrevivência	Não	Não
Dorsal	Sim	Não

Os participantes são responsáveis por levar o material. Por motivos ambientais, não serão distribuídas garrafas plásticas. Os corredores deverão levar recipientes reutilizáveis.

A prova segue um regime de semi-autonomia; portanto, os participantes devem ter a capacidade de se autoabastecer entre os postos de abastecimento, não apenas em termos de comida e hidratação, mas também de roupa e equipamento de segurança, para se adaptarem a situações adversas.

2.6. Áreas com tráfego rodoviário

Os participantes devem cumprir as normas de trânsito ao atravessar vias públicas. Solicita-se respeito pelas áreas agrícolas e propriedades privadas.

2.7. Penalizações e desqualificação

O não cumprimento dos pontos mencionados neste regulamento será motivo de penalização e, em alguns casos, de desqualificação. As penalizações serão decididas pela equipa técnica responsável pela prova, em função da gravidade da infração.

Motivos de desqualificação:

- Não completar o percurso estipulado.
- Comportamento antidesportivo ou poluente.
- Ignorar as indicações do pessoal da organização.
- Não cumprir com o tempo de chegada estipulado para cada prova.
- Não ajudar outro participante quando a integridade deste corre algum risco.
- Remover sinalização do percurso.
- Qualquer outra situação não referida neste regulamento e que a organização considere motivo de desqualificação.
- Ser acompanhado por pessoas não inscritas, animais, crianças ao colo ou carrinhos de bebé. Esta proibição aplica-se a toda a prova, principalmente na chegada à meta.

Os atletas desqualificados perderão todas as opções de premiação e não aparecerão nas classificações da prova.

2.8. Responsabilidades do participante

Os participantes assumem os riscos associados à prova. A inscrição implica a aceitação deste regulamento e a exoneração de responsabilidade dos organizadores.

2.9. Seguro desportivo

A organização fornecerá o seguro obrigatório conforme a legislação vigente. Em caso de acidente, a franquia será da responsabilidade do atleta.

3. INSCRIÇÕES

3.1. Processo de inscrição

A inscrição é pessoal e intransmissível e deve ser realizada através de www.runvasport.es no caso do Trail.

As inscrições para a caminhada podem ser feitas através de formulário online no site <https://contrabandotrail.github.io/contrabandotrail/> ou por e-mail para trailcontrabandocafe@gmail.com. Para as inscrições que não forem realizadas através da plataforma www.runvasport.es, o pagamento terá um prazo de 2 dias; após esse prazo, a inscrição será anulada, sendo necessário realizá-la novamente.

NÃO SE REALIZAM INSCRIÇÕES NO DIA DA PROVA

- **Trail (18 km):** 25,00 €
- **Caminhada (12 km):** 20,00 €

As inscrições encerrar-se-ão a 16 de abril de 2026 às 23:59 ou quando se esgotarem as vagas disponíveis.

3.2. Política de cancelamento

A organização poderá efetuar as alterações que considere necessárias, ou mesmo suspender a prova, caso as condições meteorológicas o justifiquem ou por motivos de força maior.

A inscrição é definitiva e a taxa não será devolvida em nenhum caso, exceto por motivo de força maior, mediante apresentação de atestado médico de lesão e sempre antes de 30 de março. Também não será permitido a alteração do titular da inscrição.

No dia da prova não se realizam inscrições nem alterações de distância.

A inscrição implica a aceitação de todas as condições estabelecidas neste regulamento.

3.3. Material incluído

- Dorsal com chip.
- Seguro de acidentes.
- Abastecimentos durante a prova.
- T-shirt técnica e outros brindes sujeitos a disponibilidade.
- Almoço.

- Existe a possibilidade de levar acompanhantes para o almoço; neste caso, será acrescida à taxa a quantia de 15 €/pessoa.

3.4. Horários

 Hora	 Hora	Categoria	Género	Distancia
9h00	10h00	Trail	M/F	18 km
9h30	10h30	Caminata	M/F	12 km

4. CATEGORIAS E PRÉMIOS

A classificação geral de cada sexo será ordenada com base nos tempos de cada corredor. A idade considerada para as categorias é a que o corredor tiver no dia da prova.

Categoria	Idade	Ano de nascimento
Sub-20	18 a 19	2007 – 2008
Sénior	20 a 39	1987 – 2006
Veterano 40	40 a 49	1977 – 1986
Veterano 50	50 a 59	1967 – 1976
Veterano 60	60 a 69	1957 – 1966
Veterano 70	70 anos ou mais	1956 e anteriores

PRÉMIOS: Não são cumulativos, exceto para locais.

Prémios Trail (18 km)

- Prémio para os três primeiros M/F da geral.
- Prémio para os três primeiros M/F de cada categoria.
- Prémio para os três primeiros locais (para ser considerado local, o participante deve estar registado em Miranda do Douro no dia da prova).

A caminhada não é competitiva.

Os troféus serão entregues no final do evento. Caso o atleta premiado não possa estar presente, poderá nomear outra pessoa para receber o prémio.

Após a entrega dos prémios, não haverá possibilidade de reclamação de qualquer tipo.

5. INFORMAÇÕES ADICIONAIS

- A inscrição e a aceitação do presente regulamento implicam obrigatoriamente que o participante autoriza os organizadores da prova à gravação total ou parcial da sua participação, concordando que a sua imagem possa ser utilizada para promoção e divulgação do evento em todas as suas formas (rádio, imprensa, vídeo, fotografia, DVD, Internet, cartazes, meios de comunicação, etc.) e cede os seus dados para a publicação dos resultados do evento, assim como todos os direitos relativos à sua exploração comercial e publicitária que a organização considere oportuno executar, sem direito a qualquer compensação económica.

- Os dados pessoais serão tratados de acordo com a legislação portuguesa sobre proteção de dados.
- **Proteção de Dados:** Ao registar-se, os participantes dão o seu consentimento, por si ou por terceiros, para o tratamento dos seus dados pessoais de forma automática e exclusiva para fins desportivos, promocionais ou comerciais. De acordo com a Lei n.º 59/2019, de 8 de agosto, Lei de Proteção de Dados Pessoais e Garantia de Direitos Digitais, o participante tem o direito de aceder a esses arquivos para retificar ou cancelar todo ou parte do seu conteúdo.

Da mesma forma, e de acordo com os interesses desportivos, de promoção, distribuição e exploração do evento, os inscritos autorizam, expressa e ilimitadamente, a Organização, a Runvasport e os seus patrocinadores a utilização publicitária de fotografias, vídeos e qualquer outro tipo de material fotográfico ou audiovisual em que apareçam, aceitando a publicação do seu nome na classificação da prova, nos meios de comunicação social, cinema e/ou Internet, sem esperar qualquer compensação.

Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou cancelamento dos seus dados pessoais enviando um email para **atletismo.cdmd@gmail.com**.

Qualquer caso omissos neste regulamento será resolvido pela organização, cujas decisões serão irrecorríveis.

PROGRAMA

- **7:00 HORAS – ABERTURA DO SECRETARIADO**
Até 15 minutos antes de cada prova
- **9:00 HORAS – PARTIDA DO TRAIL 18 KM**
- **9:30 HORAS – PARTIDA DA CAMINHADA 12 KM**
- **13:00 HORAS – ENTREGA DE PRÉMIOS**
- **14:00 HORAS – ALMOÇO**