

20 SET. 2025

LOUREDO NATURA PARQUE

VILA NOVA DE POIARES

Normas de Funcionamento
Poiares Adventure Race

POIARES

ADVENTURE
RACE



TRAIL



BTT



KAYAK

I. Organização

A Organização do POIARES ADVENTURE RACE é da responsabilidade do Município de Vila Nova de Poiares, com a coorganização de duas entidades: a Associação Recreativa de São Miguel (ARSM) e a Capitão Dureza - Adventure Sports.

A prova irá decorrer no dia 20 de setembro de 2025.

II. Conceito

Um evento desportivo que combina três desportos outdoor, Kayak, Trail Running e BTT, realizado em equipas de dois elementos, sendo que, os dois, terão que cumprir os três percursos.

A possibilidade de testar os limites físicos e psicológicos de cada atleta, é um dos objetivos do evento, mas ao mesmo tempo promover o trabalho em equipa, momentos de diversão e aventura pelas paisagens e encantos do concelho de Vila Nova de Poiares.

O POIARES ADVENTURE RACE é composto por três provas/modalidades distintas:

- Kayak, num percurso de, aproximadamente, 4km;
- Trail Running, num percurso de, aproximadamente, 10km;
- e BTT, num percurso de, aproximadamente, 25km.

Este evento é um conjunto de provas que criam um percurso circular, iniciando e terminando no mesmo ponto, permitindo assim ter a arena do POIARES ADVENTURE RACE num único local onde podem convergir todos os atletas e público em geral: Louredo Natura Parque.

III. Localização e horários

A arena do POIARES ADVENTURE RACE estará situada no Louredo Natura Parque e será aí que a prova terá início e término, bem como o abastecimento final, zona de refeição e entrega de prémios.

PROGRAMA / HORÁRIO

Sexta-feira, 19 de setembro de 2025

20h00 Sorteio da ordem de saída das equipas, nos Kayaks (sorteio *on line*)

Sábado, 20 de setembro de 2025

07h00 ABERTURA DO SECRETARIADO (Pavilhão Gimnodesportivo de VN Poiares).

08h30 CONTROLO ZERO PARA A PROVA DO KAIK

ENCERRAMENTO DO SECRETARIADO

09h00 PARTIDA PARA O **POIARES ADVENTURE RACE** - Prova do Kayak (Louredo)

11h45 PREVISÃO DE CHEGADA DA PRIMEIRA EQUIPA

12H30 ALMOÇO

13H30 ENTREGA DE PRÉMIOS

IV. Participantes

O POIARES ADVENTURE RACE, é um evento por equipas, neste caso duplas, que podem ser mistas, masculino e/ou feminino, para indivíduos a partir dos 16 anos, inclusive.

V. Condições de participação

- a. Os atletas terão que ter idade igual ou superior a 16 anos.
- b. Em caso de serem menores de idade terão de entregar um termo de responsabilidade assinado pelo Encarregado de Educação ou em alternativa o Representante Legal.
- c. Tem que conhecer o presente regulamento.
- d. Efetuar a inscrição na plataforma <https://stopandgo.net/>.

- e. Informar previamente sobre alguma condição de saúde que obrigue a algum cuidado especial em caso de necessidade de assistência médica (exemplo, diabetes, hipertensão, alguma alergia grave, etc). Neste caso terá que preencher um termo de responsabilidade, assinado pelo próprio, ou no caso de ser menor, assinado pelo Encarregado de Educação ou Representante Legal assumindo a responsabilidade de entrar em prova. A organização, pode, no entanto, impedir a inscrição do mesmo caso a condição de saúde do atleta, possa ser prejudicada pela participação do mesmo na prova.
- f. Os participantes inscritos no POIARES ADVENTURE RACE aceitam participar voluntariamente e sob a sua própria responsabilidade na competição. Por conseguinte concordam em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e outros participantes de qualquer responsabilidade com os mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, dados seus colaboradores e participantes.
- g. Ter adquirido, antes da prova, uma real capacidade de autonomia pessoal, para os problemas ou dificuldades que poderão ser necessárias gerir para a conclusão do POIARES ADVENTURE RACE.
- h. Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito em estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.
- i. É obrigatório o uso de material de proteção inerente à realização das diferentes provas. Nomeadamente, o colete de flutuação, durante a prova de Kayak (equipamento disponibilizado pela organização) e o capacete de proteção durante a prova de BTT (equipamento individual, que o participante terá que possuir, não sendo fornecido pela organização).
- j. A não utilização de qualquer um destes equipamentos anteriormente referidos, dará direito a uma penalização ou até a desqualificação do atleta, e por conseguinte, a exclusão do evento da dupla/equipa.

- k. É obrigatório trazer durante a prova, o telemóvel, tendo que permanecer ligado durante todo o percurso da mesma. Caso seja detetada alguma irregularidade, será penalizado.
- l. Cada atleta terá que possuir a sua bicicleta de BTT, tendo que ser identificada, com o respetivo nome e dorsal do atleta.
- m. Todo o material para a utilização nos kayaks, nomeadamente o próprio kayak, pagaia e coletes, serão da responsabilidade da organização.
- n. Qualquer atleta, que danifique qualquer material da organização, sinalética, de forma abusiva e premeditada, ou que deixe lixo ao longo do percurso, será penalizado, dependendo da gravidade dos atos, poderá ir até à exclusão de prova do atleta e a respetiva equipa/dupla será desqualificada.
- o. Qualquer ato de desrespeito e/ou violência sobre os elementos do staff ou aos restantes atletas participantes ou público, será punido com exclusão.

VI. Inscrição

A inscrição no POIARES ADVENTURE RACE implica compreender e aceitar sem reservas as regras e regulamento da prova. Somente as inscrições feitas na página www.stopandgo.com.pt é que serão aceites.

Cada participante deve preencher corretamente o formulário de inscrição e pagar o valor respetivo.

O registo só será válido mediante o pagamento da taxa de inscrição. Este deverá ser efetuado no prazo estabelecido para o efeito, pelo sistema de inscrição automático, após a emissão da referência multibanco.

Cada elemento da equipa inscreve-se individualmente, apenas, com um “nome de equipa” e o valor será individual. A Inscrição só estará validada, quando os dois elementos da equipa procederem ao pagamento da sua parte individual.

As taxas de inscrição são as seguintes:

Prova	Custo até 31 de agosto de 2025	Custo de 01 a 13 de setembro de 2025
Poiares Adventure Race	40,00€ (2 X 20€)	50,00€ (2 X 25€)

O período de inscrições decorrerá entre 9 de Junho de 2025 e 13 de setembro de 2025, havendo agravamento do valor as inscrições a partir de 1 de setembro. A data de fecho das inscrições poderá ser antecipada, caso o número de inscritos atinja os limites definidos pela organização - 50 equipas.

A inscrição é definitiva e não poderá ser alterada. O valor da inscrição inclui:

- Dorsal;
- Seguro de responsabilidade civil e acidentes pessoais;
- Abastecimento enquanto em competição;
- Material para a prova do Kayak: canoa, pagaia e colete;
- Transporte para a chegada, em caso de abandonar a prova;
- Registo eletrónico dos tempos de transição e final de prova;
- Tshirt alusiva ao evento;
- Prémio de participação (finisher);
- Reforço alimentar no final do evento;
- Banhos no final da prova.

O pagamento da taxa de inscrição implica uma reserva de lugar, pessoal e intransmissível.

VII. Ordenação na Inscrição

- a. A inscrição só será considerada válida depois de ser formalizada e paga (pelos dois atletas) na plataforma de inscrições, e, no caso dos menores, ser entregue, igualmente, o termo de responsabilidade devidamente preenchido, datado e assinado pelo tutor ou encarregado de educação.
- b. A forma de ordenar será pela data de inscrição válida.
- c. Caso exista um número de atletas superior ao limite de vagas, os mesmos ficarão numa lista de espera, para que possam ser chamados em caso de desistência de alguma das equipas.

VIII. Cancelamentos de inscrição

- a. Se por razões alheias à vontade da organização relacionadas, principalmente, com questões de segurança ou medidas sanitárias impostas, o evento for cancelado, aos atletas já inscritos será efetuado o reembolso numa determinada percentagem calculada pela organização, que permita cobrir os gastos até então assumidos como evento.
- b. O reembolso também pode ser solicitado quando um participante tiver um impedimento para fazer a prova, desde que esse impedimento esteja associado a um acidente ou a uma doença diagnosticada, já após o registo na prova. O cancelamento deve ser solicitado por e-mail para: desporto@cm-vilanovadepoiares.pt. A este pedido terá de ser anexado o atestado médico e o comprovativo de pagamento.
- c. Cancelamentos efetuados por telefone, não serão aceites.
- d. Cancelamentos sem o atestado médico e comprovativo de pagamento, não serão aceites.
- e. O reembolso será feito por percentagem, em função da data em que for comunicado por email, em relação à data do POIARES ADVENTURE RACE, desde que tenham apresentado todos os documentos anteriormente referidos (alínea anterior).

Até 20 de agosto de 2025:	50% da taxa será devolvida
Até 7 de setembro de 2025:	25% da taxa será devolvida
A partir de 8 de setembro de 2025:	não haverá direito a reembolso

IX. Material Obrigatório

- a. **Telemóvel** sendo transportado durante toda a prova e sempre ligado, de forma a poder contactar e ser contactado pela organização.
- b. **Recipiente com ou para água**, a ser transportado durante a prova.
- c. **Capacete e colete de flutuação** a ser utilizado obrigatoriamente no BTT e Kayak, respetivamente.

d. **Bicicleta de BTT, não elétrica.**

e. **Manta térmica.**

X. Check-in

a. No ato de check-in da prova, os atletas deverão dirigir-se ao secretariado (Pavilhão Gimnodesportivo de Vila Nova de Poiares), para levantarem os dorsais, o kit de inscrição, colocarem as bicicletas nas respectivas Boxes e receberem todo o tipo de informações importantes para a realização do evento.

b. O check-in estará disponível no dia de prova entre as 7h e as 8h30, no Pavilhão Gimnodesportivo de VN Poiares ([40.212455,-8.256249](tel:40.212455,-8.256249))

c. No momento do ckeck-in, as equipas deverão deixar as suas bicicletas neste local, na respetiva Box. Depois disto, devem deslocar-se, com o seu meio de transporte, para o Louredo Natura Parque ([40.239568,-8.286947](tel:40.239568,-8.286947)), onde a prova se inicia e termina.

d. O Kit de inscrição conta com os seguintes elementos:

i. Dorsal para transportar de forma visível junto ao tronco.

ii. Dorsal para a bicicleta.

e. No momento de check-in terá que trazer consigo:

i. Cartão de Cidadão ou Bilhete de Identidade ou Passaporte.

ii. Termo de responsabilidade em caso de ser menor de idade, e assinado pelos pais, encarregado de educação ou o representante legal do menor.

XI. Partidas e Chegadas

a. A partida para a primeira prova, Kayak, será efetuada por boxes de saída, com os Kayaks perfilados no mesmo alinhamento, ou em linhas separadas, no caso de não ser possível numa só linha, de 2 ou mais linhas de partida, sendo ordenada pela ordem do sorteio efetuado no dia anterior.

- b. A partida da prova será no Louredo Natura Parque ([40.240377, -8.289388](#)) e terá início às 9h.
- c. A chegada da prova, será igualmente no Louredo Natura Parque ([40.239568, -8.286947](#)):

XII. Material necessário os atletas trazerem para a realização de prova

- a. Bicicleta de BTT (Não elétrica)
- b. Capacete de proteção para BTT.
- c. Material obrigatório descrito anteriormente (exceção feita ao colete de flutuação, disponibilizado pela organização)
- d. Sapatilhas (aconselhada, de trail).
- e. Roupa adequada à realização da prova.
- f. Bolsa para transporte do telemóvel.

XIII. Penalizações e desqualificações

- a. Como já foi referido nas alienas anteriores, qualquer comportamento de desrespeito por qualquer participante no evento, quer implique o público, atletas, organização, ou qualquer dano em equipamentos ou estruturas envolventes a todo o percurso da prova, será punido.
- b. Qualquer elemento da organização, poderá registar e informar o diretor de prova, sobre alguma irregularidade, e este decidirá qual ou se se aplica alguma penalização ao atleta e respetiva dupla.
- c. Assim, se as seguintes infrações foram visualizadas, serão sancionadas com penalização horária (PH) ou exclusão de prova (EP):
 - i. Telemóvel desligado ou inexistente. (PH - 30 minutos)
 - ii. Ingestão de bebidas alcoólicas que provoquem transtornos ou sobre a influência de drogas que seja notório. (EP)
 - iii. Dorsal não visível. (PH - 15 minutos)
 - iv. Desrespeito pelas regras de trânsito. (EP)

- v. Sem capacete. (EP)
- vi. Não utilizar colete de flutuação na prova de Kayak. (EP)
- vii. Conduta Antidesportiva. (EP)
- viii. Danificar qualquer equipamento ou estrutura para o evento ou fora do mesmo. (EP)
- ix. Utilizar outro meio de transporte que não a sua bicicleta para a prova de BTT. (EP)
- x. Utilizar bicicleta elétrica (EP)
- xi. Atirar lixo para o chão. (PH - 30 minutos)
- xii. Desobedecer às medidas impostas pela organização. (EP)
- xiii. Não prestar assistência a pessoa em dificuldades. (PH - 30 minutos)
- xiv. Pedir ajuda sem necessitar. (EP)
- xv. Desrespeito pela organização, atletas e público. (EP)
- xvi. Atalhar o percurso. (EP)
- xvii. Perda do dorsal. (PH - 30 minutos)
- xviii. Recusar a apresentar o material obrigatório para a realização das provas a algum elemento da organização. (PH - 30 minutos)
- xix. Falhar um ou mais postos de controlo existentes ao longo do percurso. (EP)
- xx. Partilhar o dorsal com outra pessoa. (EP)
- xxi. Retirar ou deslocar a sinalização do percurso para outro local. (EP)
- xxii. Abandonar a prova sem avisar. (EP)

XIV. Sinalizações

A organização sinalizará o percurso com fitas sinalizadoras (laranja) e placas, nas provas de Trail Running e BTT. É imperativo seguir os caminhos sinalizados sem tomar atalhos. Os participantes, se deixarem de ver sinalização durante aproximadamente 200 metros, deverão voltar para trás até encontrar novamente a respetiva sinalização. O bom senso deverá imperar.

Na prova de Kayak, a organização terá elementos na partida e outros no local de desembarque, sendo que deverão seguir, sempre, o leito do rio.

Haverá membros da organização devidamente identificados nos locais mais críticos e passíveis de engano e/ou perigo. O desrespeito pelas determinações da organização poderá fazer incorrer o atleta em desclassificação.

XV. Postos de Controlo e Abastecimento

- a. Ao longo da prova existirão postos de controlo de passagem obrigatórios para registar a passagem dos atletas.
- b. Os atletas terão que ter o dorsal visível para registo manual do número. O Atleta terá que verificar/confirmar se o registo da sua passagem está correto, sob pena depois não poder reclamar sobre o mesmo.
- c. Caso se formem filas no posto de controlo, terão que aguardar de forma ordeira e por ordem de chegada ao ponto, não são permitidas ultrapassagens de atletas neste postos de controlo.
- d. Serão sinalizadas zonas/abastecimentos onde se poderá abastecer de água e alguns sólidos.
- e. Durante o percurso existirão 2 (dois) postos de abastecimento: o pack 1, no percurso da prova de Trail Running, e o Pack 2, no percurso do BTT.
- f. O abastecimento final irá localizar-se na arena da prova, no Louredo Natura Parque.
- g. A localização dos abastecimentos é a seguinte:
 - i. **Abastecimento 1:** estrada CM1241 - 2 para o Soutelo (40.221523,-8.301924) - aproximadamente 3km do percurso de Trail



- ii. **Abastecimento 2:** Capril da Serra (40.226425,-8.203770) - aproximadamente 12km do percurso de BTT

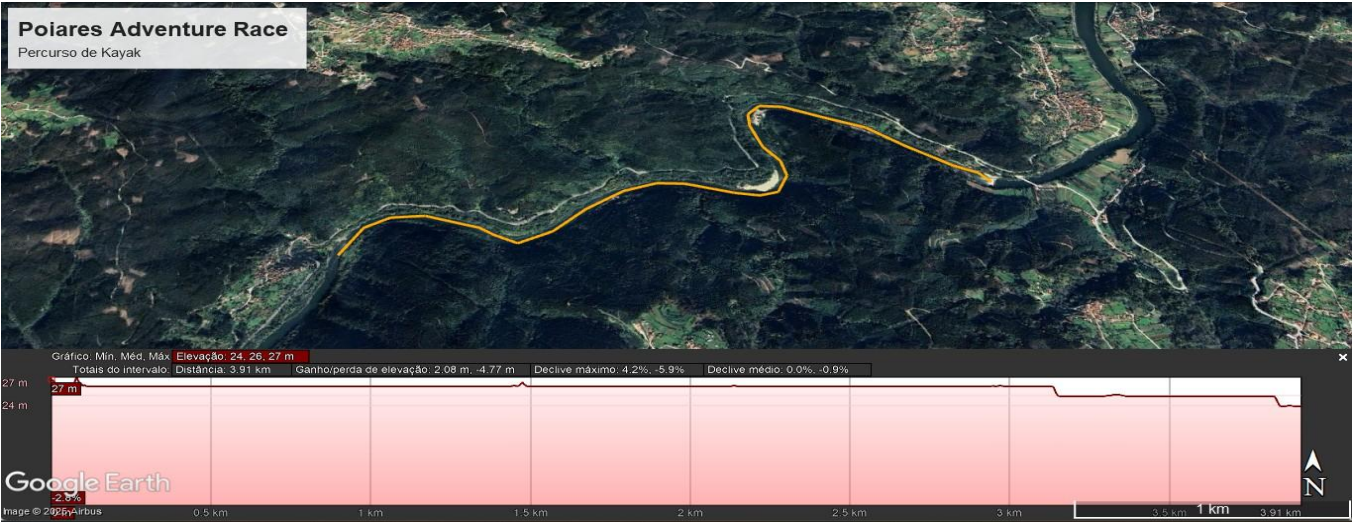


XVI. Seguros e Termos de responsabilidade

- a. O organizador subscreve um seguro de responsabilidade civil e de acidentes pessoais durante a vigência do evento. Este seguro garante a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes.
- b. **A Franquia que seja necessária pagar é da total responsabilidade dos participantes.**
- c. Em caso de acidente, o participante deverá, em primeiro lugar, contactar a organização, a qual providenciará o seu encaminhamento para a instituição médica mais adequada ao seu estado de saúde, juntamente com uma cópia da respetiva participação de sinistro. Por vezes e, dada a urgência / gravidade de alguns acidentes, torna-se impossível diligenciar o preenchimento da participação no ato do sinistro. Nestas circunstâncias, a participação do sinistro poderá ser tratada após concluídos os primeiros socorros ao participante.
- d. A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro (até 48h da ocorrência do acidente).

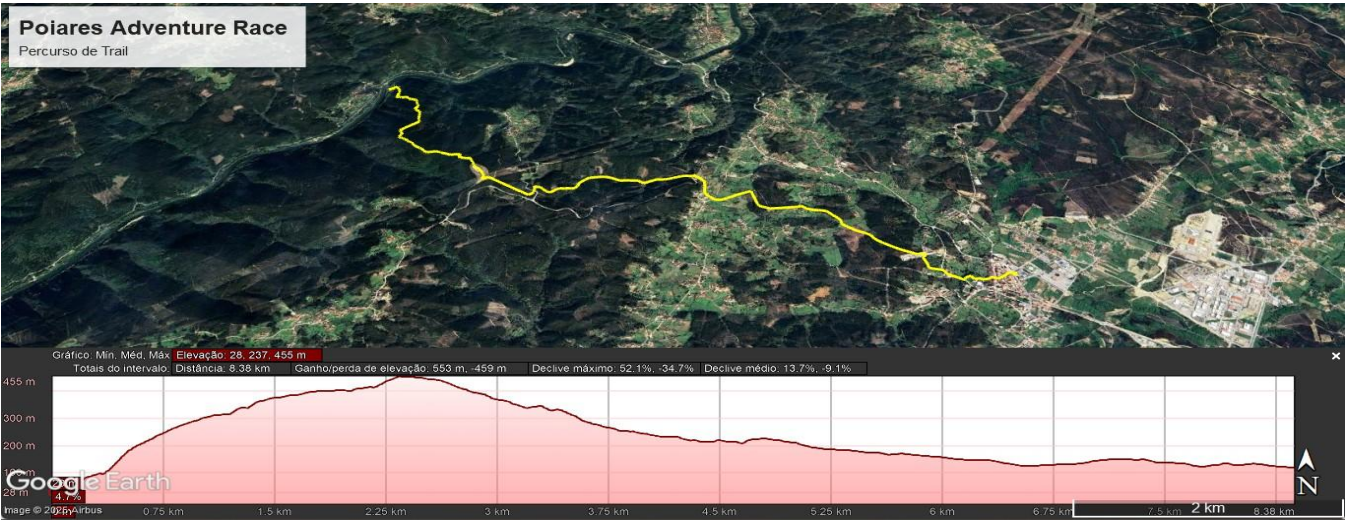
XVII. Mapa / Perfil Altimétrico / Descrição do Percurso

KAYAK



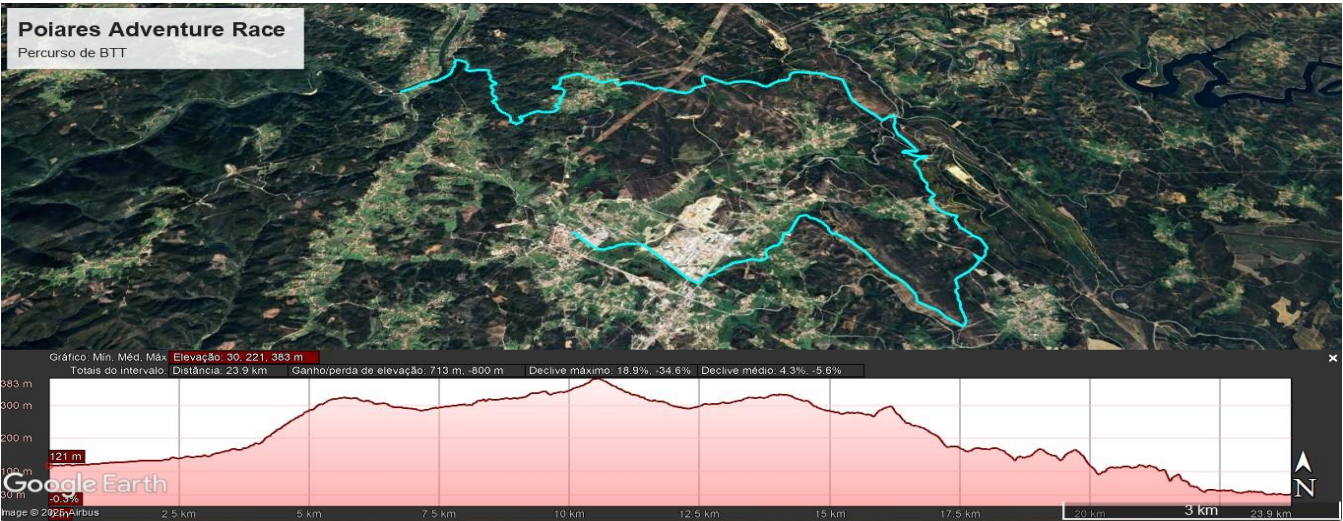
TRAIL

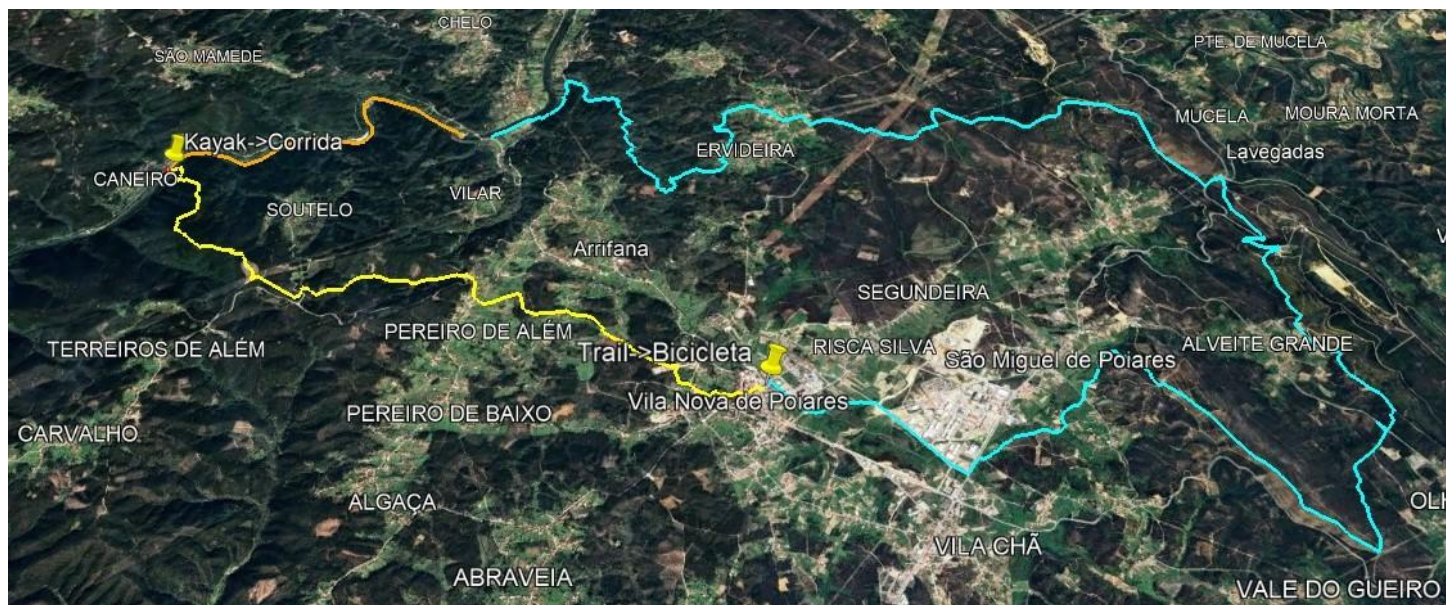
550 D+/ 460 D-



BTT

715 D+/ 800 D-





A prova tem início no Louredo Natura Parque, de onde os participantes se deslocam para o local da partida dos Kayak's, na parte de baixo da ponte do Louredo. Descem o rio até à zona do Caneiro, onde desembarcam na margem esquerda do rio. A partir daí, percorrem trilhos e caminhos em percurso ascendente e em direção ao posto de vigia do Carvalho. A partir daqui, descem no sentido de Vila Nova de Poiares, cruzando a estrada CM 1241-2, na estrada para o Soutelo, estradas CM 1241 e CM 1242 no lugar do Crasto, Fonte da Telha até ao cemitério de Vila Nova de Poiares. Passando o cemitério, passam pela Rua Amália Rodrigues, entrando na vila pelo túnel da Caixa de Crédito Agrícola. Descem pela Rua Dr. Jerónimo Pereira da Silva, atravessam a Avenida Manuel Carvalho Coelho e entram no pavilhão. De bicicleta seguem pela Rua da Ribeira, ecovia, Rua do Cabouco, Rua H da Zona Industrial e atravessam a N17 junto ao Stand Auto Sport 77. Seguem por caminhos de terra, atravessam a Rua dos Lameiros e S. Miguel e seguem para a zona de Alveite Grande. Cruzam a estrada M554, seguem para a serra do Bidueiro, passam pelo Capril da Serra e voltam a cruzar a N17, no alto do S. Pedro. Seguem por caminhos de terra até ao lugar do Sobreiro e cruzam a estrada M540, neste local. Descem pelos caminhos da Ribeira de Poiares até ao Louredo Natura Parque, passando a N2, por baixo da ponte da Ribeira.

XIX. Prémios e Classificações

- a. A classificação é geral e por género.
- b. Na eventualidade de haver equipas mistas, essas serão classificadas no sector masculino.
- c. Os prémios serão atribuídos aos três primeiros lugares.
- d. Para efeitos das classificações os tempos serão contados em horas, minutos e segundos, relativamente ao tempo de chegada do último elemento da equipa.
- e. Em caso de empate, serão analisados os tempos de passagem das três provas e irá atribuir-se a melhor classificação à equipa que registar melhor tempo de passagem em duas delas.
- f. Todos os protestos terão de ser apresentados por escrito e até 60 minutos depois da afixação dos resultados. Serão apreciados por um júri constituído pelo diretor de prova e por 1 elemento de cada uma das Entidades parceiras do POIARES ADVENTURE RACE.
- g. Será entregue uma lembrança de conclusão de prova a todos os participantes (prémio *Finisher*).

XX. Abandono e Evacuação da prova

- a. No caso de algum atleta se sentir sem condições físicas de continuar a prova, este terá que junto de um elemento da organização presente no local ou através do contacto de telefone da organização, informar a mesma que não apresenta condições de continuar, caso seja possível ser-lhe-á indicado o sítio mais perto, ou estrada para se dirigir, caso consiga fazer sem por em risco a sua saúde e integridade física.
- b. Caso seja necessário poderão ser chamados elementos dos Bombeiros ou INEM, para prestar assistência, e para tal deve utilizar as coordenadas do GPS, para melhor ser possível o localizar.
- c. Poderá também pedir ajuda para chegar novamente à Arena de Prova, e consoante a gravidade e disponibilidade do staff, ser encontrado o transporte ideal para o fazer, mediante as informações disponibilizadas.

- d. O número de contacto de emergência será disponibilizado no dorsal de prova e deve ser gravado no seu telemóvel para o caso de necessitar de assistência médica, ou de transporte, antes do início de prova.
- e. Caso as condições meteorológicas assim o exijam, pode ser necessário alterar o percurso ou até mesmo efetuar o cancelamento da prova, para manter a segurança de todos os participantes e staff, sem que com isto possa ser exigido qualquer reembolso à organização.
- f. Estas alterações de prova, podem ser feitas pela organização sem aviso prévio, por forma a manter uma pratica desportiva saudável e em segurança para todos.
- g. É essencial que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo e alertem o posto de controlo mais próximo ou contactem a organização. Não esquecer que, devido a problemas associados ao ambiente e tipo de evento pode ser necessário aguardar pela assistência durante mais tempo do que o previsto. Assim sendo, a segurança primária dos atletas depende basicamente da qualidade dos materiais/equipamentos que os mesmos possuem.
- h. Os participantes devem acatar as decisões do pessoal médico especializado.

XXI. Reclamações

- a. Toda e qualquer reclamação deve ser colocada por escrito e remetida ao diretor da prova, até uma hora e trinta minutos após a chegada do participante em questão.
- b. Na reclamação deve constar o nome do reclamante, n.ºBI/CC ou passaporte, nome do(s) participante(s) afetados, n.º do peitoral e motivos alegados.
- c. As classificações provisórias também podem ser alvo de reclamação, até 30 minutos após a sua publicação.
- d. O júri, que analisará a reclamação, é composto pelo diretor da prova, que preside e pelos responsáveis das duas entidades parceiras na organização do evento.
- e. O júri pronunciar-se-á antes da afixação dos resultados oficiais.
- f. As decisões tomadas pelo júri são soberanas e não são objeto de apelo.

XXII. Direitos de Imagem e Publicidade

- a. A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do Poiares Adventure Race 2025 e de audiovisuais fotográficos e jornalísticos do evento.
- b. Qualquer projeto ou suportes publicitários produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da organização.
- c. Os participantes no Poiares Adventure Race 2025 cedem integral e gratuitamente à Organização os direitos de utilização da imagem e voz, autorizando a sua reprodução, edição e publicação, em qualquer suporte (papel ou digital), e integrada em qualquer outro material (fotografia, desenho, ilustração, pintura, vídeo, animação, etc.), conhecido ou que venha a existir, para:
 - i. Divulgação na página eletrónica do evento (site).
 - ii. Divulgação nas redes sociais (Facebook, Instagram, Youtube, outros).
 - iii. Exposição em formato físico ou digital (exposições, outros).
 - iv. Divulgação em newsletters, brochuras, flyers, etc.
 - v. É obrigatório o uso do material publicitário fornecido pela organização, (peitoral, autocolantes, etc.).
 - vi. Modificar, dobrar ou ocultar o material publicitário será alvo de penalização.

XXIII. Alterações

- a. Estas regras podem ser editadas, alteradas ou melhoradas a qualquer momento pela entidade organizadora, sem aviso prévio. O facto de realizar a sua inscrição implica a aceitação do presente regulamento.

3 MODALIDADES
NUM ÚNICO EVENTO
DESAFIA-TE!



**INSCREVE-TE JÁ,
E VIVE A ADRENALINA!**

PARTICIPANTES
+16 ANOS

PARTICIPAÇÃO ESPECIAL:
EQUIPAS DE CULLERA | ESPANHA • SLOVENIA KONIJICE | ESLOVÉNIA
PROJETO INNATURE SPORT | CAPRINATURE