



19.04.2026 - CASTELO DE PAIVA

(Foi adiada do dia 07/09/2025 devido aos incêndios)



castelo de
paiva
município



REGULAMENTO

Organização

castelo de
paiva
município



1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1. Idade de participação nas diferentes provas

- O Trail Longo terá uma idade mínima de inscrição de 18 anos, cumpridos até 18/04/2026.
- O Trail Curto terá uma idade mínima de inscrição de 16 anos, cumpridos até 18/04/2026, mediante autorização do encarregado de educação.
- O Mini Trail terá uma idade mínima de inscrição de 16 anos, cumpridos até 18/04/2026, mediante autorização do encarregado de educação.
- A caminhada não tem restrições de idade e podem participar menores de idade, desde que acompanhados por um adulto responsável.

1.2. Inscrição regularizada

A inscrição para as diversas provas será feita, exclusivamente, através da plataforma da <https://stopandgo.net/>, até **dia 08/04/2026**.

1.3. Condições físicas

O atleta tem de estar consciente que para finalizar a prova será necessário percorrer um caminho longo, de grau de dificuldade elevado, com muitos desníveis e piso muito irregular, pelo que deverá estar preparado fisicamente e psicologicamente.

1.4. Definição possibilidade de ajuda externa

O atleta poderá receber ajuda externa durante a prova desde que não seja colocada em causa a verdade desportiva, nem seja prejudicado qualquer outro atleta.



1.5. Colocação dorsal

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível pelo que deverá ser colocado, preferencialmente ao nível do peito, de forma bem visível.

1.6. Regras de conduta desportiva

O comportamento inadequado, o recurso à linguagem ofensiva, agressão verbal ou de qualquer espécie, por parte do atleta será sujeito a análise por parte da organização, podendo resultar numa advertência, penalização de tempo ou desclassificação do atleta.

2. PROVA

2.1. Apresentação da prova / Organização da prova

O Trail Terras do Conde 2026 é organizado pelo Município de Castelo de Paiva e pelo Centro Sol Nascente, e está integrado no calendário dos “Jogos Desportivos e Culturais de Castelo de Paiva”.

Nesta edição, que é já a quinta, foi escolhida uma vez mais, pela organização, a região do Couto Mineiro do Pejão e da freguesia de Santa Maria de Sardoura, onde estão traçados todos os trilhos.

Ao longo da prova os atletas poderão desfrutar de uma paisagem magnífica, tendo como principal ponto de referência a passagem pelo Monte de São Domingos. Deste santuário edificado na União de Freguesias de Raiva, Pedorido e Paraíso é possível apreciar o Rio Douro desde o Concelho de Gondomar, a foz do Rio Arda. Devido à sua altitude são visíveis inúmeras serras da região, bem como a cidade do Porto e Vila Nova de Gaia, pelo que é também um excelente atrativo para a prática da modalidade de trail pelo elevado desnível que proporciona e grau de dificuldade.

Uma vez mais a organização fará todos os esforços para que as provas do evento integrem os circuitos da ATRP, bem como obtenham selo de verificação por parte deste organismo no que confere à verificação de todo o processo organizativo.

A logística do evento será toda instalada na Escola E.B. 2,3 do Couto Mineiro Pejão, pelo que tem um grande estacionamento, banhos, secretariado, entrega de troféus, partida, chegada e reforço final, serão todos no mesmo perímetro, permitindo que tudo decorra de forma simples e organizada para o atleta.

Esta organização promove outros eventos desportivos ao longo do ano, como são exemplo várias caminhadas ao longo dos percursos PayvÁPé, implementados pelo Centro Sol Nascente em todo o concelho de Castelo de Paiva, bem como a organização do Rios Ibéricos – Triatlo e Duatlo, que em julho



promove na nossa região competição ao mais alto nível nacional, sendo em 2026 palco de Taça de Portugal de Triatlo, com distância Olímpica, que conta com transmissão televisiva.

O evento terá as seguintes provas:

- Trail Longo (+- 26Km)
- Trail Curto (+- 16Km)
- Mini Trail (+- 10 Km)
- Caminhada (+- 10 Km)

2.2. Programa/Horário

As provas terão início na Escola EB 2,3 Couto Mineiro Pejão, sendo que o secretariado funcionará nesse espaço.

Sábado, 18 de Abril de 2026

10h00 – 12h00 - Secretariado e levantamento de Dorsais

14h00 – 18h00 - Secretariado e levantamento de Dorsais

Domingo, 19 de Abril de 2026

06h30 - Abertura de Secretariado e levantamento de Dorsais.

08h15 - Controlo Zero do Trail Longo

08h30 – Partida Trail longo 26K

08h45 - Controlo Zero do Trail Curto

09h00 – Partida do Trail Curto 16K

09h15 - Controlo Zero do Mini Trail

09h30 – Partida do Mini Trail

09h15 – Controlo Zero da Caminhada

09h35 – Partida da Caminhada

12h00 – Almoço Volante (Bifanas, cerveja...)

Entre as 12h00 e as 13h00 – Cerimónia de entrega de prémios

17h00 – Encerramento da 5ª edição do Trail Terras do Conde 2026

*Horários sujeitos a alterações



2.3. Distância / Altimetria / Dificuldade ATRP

Os elementos referentes à descrição do percurso, o mapa com indicação do mesmo e respetivo perfil altimétrico serão disponibilizados e publicados para consulta na página do Facebook da prova em www.facebook.com/trailterrasdoconde

Nome da Prova	Distância	Tipo	Desnível +	Dificuldade
Trail Longo	26 Km	Trail Longo	1.380m	Grau 3
Trail Curto	16 Km	Trail Curto	835m	Grau 3
Mini Trail	10 Km	Trail Curto	400m	Grau 2
Caminhada	10 Km	Caminhada	400m	Grau 2

2.4. Tempo Limite

As provas Trail Longo e Trail Curto terão postos de controlo intermédios, com os seguintes tempos limite:

- TRAIL LONGO:
 - KM 13,5 – TEMPO LIMITE 2h15 (Valbeirô)
 - KM 22,5 – TEMPO LIMITE DE 3h45 (choupal)
 - META 26 km – TEMPO LIMITE DE 4h15
- TRAIL CURTO:
 - KM 12 – TEMPO LIMITE DE 3h00 (choupal)
 - META 16 km – TEMPO LIMITE DE 3h30

O atleta que chegar até a um destes pontos intermédios fora do tempo limite é desclassificado da prova. É prestado ao atleta assistência para que possa deslocar-se em viatura da organização para a meta. Caso o atleta insista em continuar a prova, apesar de saber que está desclassificado e de ser aconselhado a parar, a organização não garante:

- Que a marcação permaneça colocada;
- Que o staff e meios de socorro colocados ao longo dos trilhos auxiliem em locais perigosos;
- Não garante o acesso ao reforço final, nem infraestruturas logísticas da prova.



2.5. Metodologia de controlo de tempos

O controlo de tempos será feito pela empresa StopAndGO com recurso a chip.

2.6. Postos de controlo

A prova terá pelo menos 2 postos de controlo em local secreto, a definir pela organização.

2.7. Postos de abastecimento

Trail Longo 26 km

- 6' Km - Sólidos e líquidos (Serradelo)
- 11,5' Km – Líquidos (São Gens)
- 17' Km – Sólidos e Líquidos (Gondarém - Sede)
- 19,5' Km - Líquidos (Hotel)
- 22,5' Km – Sólidos e Líquidos (Choupal)
- Reforço junto à meta

Trail Curto 16 km

- 6' Km - Sólidos e líquidos (Serradelo)
- 9' Km – Líquidos (Hotel)
- 12' Km – Sólidos e Líquidos (Choupal)
- Reforço junto à meta

Mini Trail e Caminhada 10 Km

- 2,5 Km – Líquidos
- 6' Km - Sólidos e líquidos (choupal)
- Reforço junto à meta

**No caso de as previsões meteorológicas apontarem para um dia de muito calor, a organização poderá colocar postos adicionais de reforços de líquidos.*

2.8. Material obrigatório

- Apito, Manta Térmica, Telemóvel operacional



2.9. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário

A prova irá decorrer em poucos troços de passagem com tráfego rodoviário, todavia recomendamos que os atletas tenham cuidado ao passar pelos troços rodoviários, apesar de a organização colocar staff e também forças policiais nas interseções.

2.10. Penalizações / desclassificações

Será penalizado ou desclassificado todo o atleta que:

- Não apresentar um ou mais itens obrigatórios (desclassificado);
- Não complete a totalidade do percurso (desclassificado);
- Deteriore ou suje o meio por onde passe (desclassificado);
- Não leve o dorsal bem visível (penalizado);
- Adulteração do dorsal (desqualificação);
- Ignore as indicações da organização (desclassificação);
- Tenha alguma conduta antidesportiva (desclassificado);
- Não passe nos postos de controlo (desclassificado);
- Não cumpra com o tempo limite dos pontos intermédios (desclassificado).

2.11. Seguro

O Trail Terras do Conde terá um seguro de Responsabilidade Civil e um seguro de acidentes pessoais para todos os atletas devidamente inscritos em nome da organização (município de Castelo de Paiva / Jogos desportivos). O seguro está de acordo com a legislação em vigor (Dec. Lei 10/2009), que obriga todos os promotores e organizadores de eventos desportivos à realização de seguro de acidentes pessoais, com os capitais obrigatórios.

3. INSCRIÇÕES

3.1. Processo inscrição

As inscrições serão efetuadas no site da <https://stopandgo.net/>, a partir de 28 de Dezembro de 2025, onde estará disponível toda a informação referente à prova.

Após ser feita a inscrição, os atletas terão de regularizar o pagamento no prazo máximo de 48 horas, após esse período a inscrição será anulada, sendo necessário fazer novamente a inscrição.



3.2. Valores e período de inscrição:

1ª Fase (Promocional de Abertura) – Até 31 de março de 2025

2ª Fase – De 1 de abril a 31 de maio de 2025

3ª Fase – De 1 de Junho a 31 de julho de 2025

4ª Fase – De 1 de abril a 13 de abril de 2026

Prova	1ª Fase	2ª Fase	3ª Fase	4ª Fase	Limite de Inscritos
	KIT COMPLETO Até 31/03/25	KIT COMPLETO 01/04/25 a 31/05/25	KIT COMPLETO 01/06/25 a 31/07/25	KIT COMPLETO 01/04/26 a 13/04/26	
Trail Longo +- 26 km	12,00 €	14,00 €	16,00 €	18,00 €	200
Trail Curto +-16 km	10,00 €	12,00 €	14,00 €	16,00 €	200
Mini Trail +- 10 km	8,00 €	10,00 €	12,00 €	14,00 €	250
Caminhada +- 10 km	6,00 €	7,00 €	8,00 €	10,00 €	350

- As três primeiras fases foram ultrapassadas

As inscrições encerram dia 13 de abril de 2026, sendo que será possível efetuar alterações “administrativas” junto da organização até ao dia 18 de abril de 2026.

Em condições normais o evento terá inscrições limitadas a 1000 Atletas, no total das provas. A organização ao longo do período de inscrições poderá aumentar o limite de inscrições por prova se entender necessário.

3.3. Condições de devolução do valor de inscrição

Em momento algum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista de participar na prova. Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser efetuadas no prazo máximo de 7 dias de antecedência à realização da prova. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos e motivos por parte da organização.

No caso de o evento necessitar de ser **cancelado ou adiado** esta compromete-se a restituir o valor da inscrição através de uma das opções abaixo, à escolha do atleta:

1ª – Inscrição transita para nova data

2ª – Atleta recebe no mínimo 50% do valor da inscrição. Este valor poderá ser de 100% mediante avaliação da entidade organizadora com base no impacto do cancelamento ou adiamento e dos custos



suportados pela entidade organizadora, imperando sempre o bom senso na análise e a preocupação com os atletas.

3.4. Material incluído com a inscrição

KIT COMPLETO inclui: T-Shirt, Reforços, Banhos, Dorsal, Seguro, Fotografias, Medalha Finisher, Pódios e troféus para provas de Trail.

3.5. Secretariado da prova / Horários e local

O secretariado funcionará na Escola EB 2,3 Couto Mineiro e Pejão, na Rua Dr. Anastácio Vasconcelos, Oliveira do Arda - 4550-612 Raiva, nos seguintes horários:

Sábado, 18 de abril de 2026

10h00 – 12h00 - Secretariado e levantamento de Dorsais

14h00 – 18h00 - Secretariado e levantamento de Dorsais

Domingo, 19 de abril de 2026

06h30 - Abertura de Secretariado e levantamento de Dorsais.

3.6. Banhos

Os banhos serão no pavilhão da Escola EB2,3 Couto Mineiro Pejão, junto à meta.

4. CATEGORIAS E PRÉMIOS

4.1. Definição data, hora e local de entrega de prémios

A entrega dos prémios será no próprio dia da prova, entre as 12h00 e as 13h00, no recinto da Escola EB2,3 do Couto Mineiro Pejão.

4.2. Definição das categorias (etárias, sexo, individuais e equipas)

Masculinos	Femininos
M Juvenil - 16 a 17 anos (até 15 km)	F Juvenil - 16 a 17 anos (até 15 km)
M Júnior - 18 a 19 anos (até 25 km)	F Júnior - 18 a 19 anos (até 25 km)
M Sub 23 - 20 a 22 anos	F Sub 23 - 20 a 22 anos
M Seniores - 23 a 39 anos	F Seniores - 23 a 39 anos
M40 - 40 a 44 anos	F40 - 40 a 44 anos
M45 - 45 a 49 anos	F45 - 45 a 49 anos
M50 - 50 a 54 anos	F50 - 50 a 54 anos
M55 - 55 a 59 anos	F55 - 55 a 59 anos
M60 - mais de 60 anos	F60 - mais de 60 anos



Para cálculo da idade os atletas devem ter em conta a idade que terão a 18-04-2026. Será com base nessa data, em conformidade com o cálculo da ATRP, que é atribuído o escalão.

4.3. Prémios

Individual Trail Longo

- Para cada escalão: Troféu do 1º ao 3º Masculino
- Para cada escalão: Troféu do 1º ao 3º Feminino

Individual Trail Curto

- Para cada escalão: Troféu do 1º ao 3º Masculino
- Para cada escalão: Troféu do 1º ao 3º Feminino

Individual Mini Trail

- Para cada escalão: Troféu do 1º ao 3º Masculino
- Para cada escalão: Troféu do 1º ao 3º Feminino

Geral Equipas Trail Longo (M/F)

- 1ª Classificado por Equipas
- 2ª Classificado por Equipas
- 3ª Classificado por Equipas

Geral Equipas Trail Curto (M/F)

- 1ª Classificado por Equipas
- 2ª Classificado por Equipas
- 3ª Classificado por Equipas

Geral Equipas Mini Trail (M/F)

- 1ª Classificado por Equipas
- 2ª Classificado por Equipas
- 3ª Classificado por Equipas



Podem ser estabelecidos outros prémios não considerados no presente regulamento;
Poderá haver sorteio de material ou outros produtos que a organização venha a angariar;

5. INFORMAÇÕES E DISPOSIÇÕES FINAIS

5.1. Como chegar

Desde o Porto (litoral): <https://goo.gl/maps/xhiuojMwykQcyjCW8>

Desde Lisboa (sul): <https://goo.gl/maps/UXcTKcoCrlgSpoZ16>

Desde Vila Real (norte): <https://goo.gl/maps/h8VMYL7uiCGc8LvL7>

5.2. Onde ficar

<http://www.cm-castelo-paiva.pt/pt/onde-ficar>

5.3. Marcação e controlos

O percurso estará marcado com fitas Brancas e Azuis do Município de Castelo de Paiva, sendo obrigatória a passagem pelos postos de controlo estabelecidos em locais secretos.

5.4. Responsabilidade ambiental

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.

5.5. Direitos de imagem

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza aos organizadores da prova a gravação total ou parcial da sua participação na mesma, pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a imagem do atleta para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, internet, cartazes, meios de comunicação social, etc.) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

5.6. Proteção de dados

Todos os dados recolhidos no processo de inscrição são mantidos e tratados de uma forma segura e destinam-se ao desenvolvimento natural do evento nomeadamente; validação do seguro nominal



efetuado para todos os participantes no evento, lista de inscritos e elaboração de tabelas de resultados/classificações.

5.7. Apoio e emergência

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem.

A coordenação de apoio e emergência será prestado pelos Bombeiros Voluntários de Castelo de Paiva. A GNR de Castelo de Paiva fará a regulação do trânsito nos locais identificados pela força de segurança como necessários.

Da aptidão física dos atletas serão responsáveis os clubes, as entidades que os inscrevem, ou o próprio atleta, não cabendo à Organização responsabilidades por quaisquer acidentes que se venham a verificar antes, durante e depois da prova, sendo tomadas providências para uma assistência eficaz durante o desenrolar da mesma.

5.8. Previsões IPMA

O evento poderá ter de ser alterado ou adiado mediante previsões do IPMA e proteção civil, pelo que qualquer situação contemplada poderá ser revista e ajustada em função desse fator.

5.9. Casos omissos

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

5.10. Diversos

Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar as regras de viação nos cruzamentos da estrada.

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova se as condições assim o obrigarem.

Este regulamento ainda pode ser alterado de modo que fique mais completa a informação.

Este regulamento foi feito de acordo com o “regulamento tipo” da Associação de Trail Running de Portugal.