



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 2024 / 2025

PARECER Nº 45 SOBRE PROVA DE ATLETISMO

Nome da Prova: 2º Trail dos Ceboleiros 2025

Organização: Associação Cultural Recreativa Desportiva e Cooperativa da Sismaria

Local da Realização: Monte Redondo e Carreira - Leiria

Data da Realização: 8 de junho de 2025

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.

NOTA:

Compromete-se igualmente a garantir a presença da assistência médica necessária, das forças de segurança e da contratação dos Seguros de Acidentes Pessoais e Responsabilidade Civil obrigatórios por lei.

Data: 11 de fevereiro de 2025



A Direção da ADAL
(Miguel Saraiya)



REGULAMENTO DO 2º TRAIL DOS CEBOLEIROS

Sob organização do clube – Associação Cultural Recreativa Desportiva e Cooperativa da Sismaria realiza-se a 08 de junho de 2025 a segunda edição do Trail dos Ceboleiros da Sismaria, com uma prova de Trail que percorrerá percursos e trilhos na freguesia de Monte Redondo e Carreira, no concelho de Leiria. A prova é constituída por dois Trails e uma caminhada.

- Mini Trail de aproximadamente 12 km
- Trail sprint de aproximadamente 20 km
- Caminhada de aproximadamente 10 km

A concentração para a partida dos dois trails será junto Complexo desportivo Dona Marquinhas da Silva (complexo desportivo MotorClube) a concentração para a caminhada será junto à Associação Cultural Recreativa Desportiva e Cooperativa da Sismaria. Mas haverá transporte desde a associação da Sismaria até ao complexo desportivo D. Marquinhas a partir das 7h15m.

1) CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1. Idade participação diferentes provas

Para participar na prova de Trail Dos Ceboleiros, os participantes deverão ter como idade mínima obrigatória 18 anos (no dia da prova e gozarem de boa saúde, preparação física e psíquica adequada a esforços longos, não se responsabilizando a organização por qualquer tipo de consequências provocadas pela sua participação no evento desportivo em causa. Apenas na Caminhada os menores de 18 anos serão admitidos desde que acompanhados por um adulto responsável pela sua participação.

1.2. Inscrição regularizada

A inscrição é feita através de [Recorde Pessoal](#) 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, Localidade, E-mail, Telefone, Equipa/Clube entre outros dados oportunos para o registo de cada participante. Note-se que os dados solicitados servirão não só para identificação do atleta no processo de cronometragem, mas também para efeitos de seguro de participação na prova. A inscrição é



validada após a confirmação do pagamento, ato que implica que o atleta compreendeu e aceitou sem objeção o regulamento da prova.

1.3. Condições físicas

Os participantes devem gozar de boa saúde e se encontrarem com uma preparação física e psíquica apta a esforços dos 20 quilómetros, de acordo com as categorias do II Trail dos Ceboleiros da Sismaria, 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 exceção do que se encontra coberto pelo seguro de prova, pelo que se aconselha os participantes a avaliarem a sua condição física pelas vias médicas adequadas.

Não é aconselhada a participação de crianças menores de 10 anos na Caminhada.

1.4. Definição possibilidade ajuda externa

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

1.5. Colocação dorsal

É obrigatório o uso do dorsal em local perfeitamente visível 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. Note-se ainda que:

- O dorsal (número de atleta) é pessoal e intransmissível;
- Em caso de perda ou alteração do dorsal, o atleta será desclassificado;
- Em caso de desistência, o atleta deve informar a organização, pessoalmente ou através do número telefónico que consta no dorsal.
- A organização não fornece alfinetes.

1.6. Regras 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 disponível no dorsal. A organização reserva-se ao direito de excluir participantes que não zelam pelo bom funcionamento da prova através de comportamentos éticos, ambientais e de uma conduta desportiva adequada.



2) PROVA

2.1. Apresentação da prova(s) / Organização

A Associação Cultural Recreativa Desportiva e Cooperativa da Sismaria realizará no dia 08 de junho de 2025 a segunda edição do Trail dos Ceboleiros da Sismaria. Uma prova de Trail (aproximadamente 20 km) que percorrerá percursos e trilhos na freguesia de Monte Redondo e Carreira, concelho e distrito de Leiria. Para além, da prova de Trail haverá um mini Trail (aproximadamente 12 km). E também uma caminhada com cerca de 10 km, não será cronometrada nem terá carácter competitivo.

A concentração, partida dos dois trails, será junto ao complexo desportivo D. Marquinhos da Silva, a partida da caminhada e chegada das provas e da caminhada será junto à sede da ACRDC Sismaria. Ao longo do percurso os participantes passarão em antigos caminhos de rega, caminhos rurais e trilhos preparados especialmente para este evento.

2.2. Programa / Horário

Abertura do secretariado ACRDC Sismaria sábado 07 junho das 15h/18h

Dia 08 de Junho (Domingo)

06h30 - Abertura do secretariado entrega de dorsais

07h00 - Concentração atletas a serem transportados para o complexo desportivo Dona Marquinhos da Silva (complexo desportivo Motor Clube)

07h15- Primeiro autocarro

08h30-Último autocarro

08h45- Concentração de atletas na partida

09h00 - Partida do Trail Sprint (complexo desportivo D. Marquinhos da Silva)

09h10 - Partida do mini Trail (complexo desportivo D. Marquinhos da Silva)

09h30 -Partida da caminhada (associação da Sismaria)

A entrega de prémios será feita assim que possível!

Programa sujeito a alterações

2.3. Categorização por distância, dificuldade e altimetria segundo os critérios da ATRP

Caminhada

Distância: aproximadamente 10 km;

Dificuldade baixa



Prova Trail Sprint
Distância: aproximadamente 20 km;

Dificuldade média

Desnível aproximado \pm 500 m

Prova Mini Trail

Distância: aproximadamente 12 km

Dificuldade média /baixa

Desnível aproximado \pm 300m

2.4. Mapa/ descrição percurso

No decorrer do percurso os participantes passarão em antigos caminhos rurais e trilhos preparados especialmente para este evento. O percurso estará marcado com fitas, e sempre que percorrerem 50 m sem avistarem uma fita é sinal de que houve um engano no percurso.

Nas partes mais técnicas do percurso os participantes devem ter especial atenção uma vez que as condições climatéricas podem criar condições para que haja perigo de escorregar e/ou cair.

Para além disso, sempre que a organização o entender, poderá ser necessário recorrer a cordas para subir ou descer pequenos troços do percurso. Pede-se especial atenção e civismo nestes pontos do trajeto.

2.5. Tempo limite

O tempo limite para a conclusão da Prova é de 3h30.

2.6. Metodologia de controle de tempos

As provas de Trail terão um ponto de controlo eletrónico num ponto intermédio do percurso onde podem ser obrigados a mostrar o dorsal. A falta de registo de passagem dos participantes em todos os postos de controlo implica a não atribuição de classificação e conseqüente desclassificação da prova.

2.7. Marcações Postos de controle

Os postos de controle são zonas obrigatórias de passagem e estão localizadas em locais mencionados pela organização. Em cada um destes controlos estará um responsável da organização. Não passar nas zonas de controle, leva à desclassificação do participante.

A Marcação do percurso é da responsabilidade da organização e o mesmo será marcado com fita sinalizadora, setas de viragem em alguns pontos e placas de avisos de perigos e atravessamento de estradas.



A organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo / abastecimento, sem aviso prévio

2.8. Locais dos abastecimentos

Ao longo do percurso os participantes terão à sua disposição Postos de Abastecimento de sólidos e líquidos.

Todos participantes deverão estar munidos do seu próprio reservatório nas zonas de abastecimentos.

* O percurso do Trail Sprint terá um posto de abastecimento líquido e 2 postos de abastecimento de líquidos e sólidos;

* O percurso do mini trail e da Caminhada terão um posto de abastecimento de líquidos e sólidos.

2.9. Material obrigatório/ aconselhado

- Roupa e Calçado confortável adequado à prática de Trail
- Telemóvel com bateria carregada
- Manta térmica
- Impermeável ou corta vento
- Copo/reservatório para água

2.9.1 Material obrigatório mínimo: telemóvel funcional; manta térmica e apito

2.9.2 Penalizações:

15 minutos para quem não se fizer acompanhar de um ou mais itens do material obrigatório.

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

Ainda que não seja necessário o corte de trânsito rodoviário durante o decorrer do II Trail dos Ceboleiros 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.



2.11. Penalizações/ desclassificações

Ao aceitarem o presente regulamento, os participantes encontram-se obrigados a:

- Possuir dorsal visível durante a prova;
- Passarem nos Postos de Controlo ao longo do percurso;
- 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.

2.12. Responsabilidades perante o atleta/ participante

O participante declara que cumpre com todas as condições do presente regulamento e assume por sua livre e espontânea vontade os riscos e suas consequências decorrentes da participação na prova, sejam eles danos físicos, morais, materiais ou de qualquer natureza. Fica a organização e todos os envolvidos isentos de outras responsabilidades que não as obrigatórias por Lei.

Os eventuais protestos devem ser apresentados à organização até uma hora após a publicação da sua classificação provisória. Os protestos terão que ser escritos e assinados pelo próprio. Da deliberação tomada pela direção da prova, não haverá recurso das decisões tomadas.

2.13. Seguro desportivo

De acordo com o Decreto-Lei n.º 10/2009, de 12 de janeiro, o seguro desportivo é obrigatório para os agentes desportivos (incluindo os agentes desportivos com deficiências ou incapacidades), para os praticantes de atividades desportivas em infra estruturas abertas ao público, públicas ou privadas, e para os participantes em provas ou manifestações desportivas, cabendo a responsabilidade pela celebração do referido seguro desportivo respetivamente, às federações desportivas, às entidades que explorem infra estruturas desportivas abertas ao público e às entidades que organizem provas ou manifestações desportivas.



Todos os participantes no Trail e caminhada estão devidamente cobertos de responsabilidade civil durante a vigência do evento.

Em caso de acidente: o atleta deverá contactar imediatamente a organização que informará do número da apólice. A organização não assumirá despesas de sinistros dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro. O pagamento da franquia é da responsabilidade do participante ou da equipa que se inscreve.

3) INSCRIÇÕES

3.1. Processo inscrição

A inscrição é feita através de do web site Recordes Pessoal 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, Localidade, E-mail, Telefone, Equipa/Clube entre outros dados oportunos para o registo de cada participante. O pagamento da inscrição é feito com base nas indicações apresentadas no web site recordpessoal.pt, aquando da inscrição.

3.2. Valores e períodos de inscrição

O prazo limite para a inscrição da prova termina a 25 de maio de 2025. No decorrer da semana seguinte, 26 de maio a 1 de junho, ainda será possível a inscrição, mas com um acréscimo no seu preço.

O prazo limite para a inscrição da prova Caminhada termina 08 de junho de 2025 sendo possível inscrição até cerca de 1 hora antes da prova sem garantia do Kit de participação

· Valores e períodos de inscrição

· **Trail Sprint**

Até dia 25/05/2025 às 23h59: 15 € para atletas federados na ADAL e 16 € para atletas não federados

De dia 26/05/2025 a 01/06/2025 às 23h59: 16 € para atletas federados na ADAL e 17 € para atletas não federados

Mini Trail

Até dia 25/05/2025 às 23h59: 13 € para atletas federados na ADAL e 14 € para atletas não federados.

De dia 26/05/2025 a 01/06/2024 às 23h59: 14 € para atletas federados na ADAL e 15 € para atletas não federados

Caminhada

Até dia da prova às 8h30: 10 € com almoço/ 8 € sem almoço

3.3. Condições devolução do valor de inscrição

Não serão devolvidas as taxas de inscrição, salvo se o evento for cancelado.



3.4. Material incluído com a inscrição

Trail Sprint e Mini Trail

Transporte para o local de partida;

Seguro de Responsabilidade Civil;

Dorsal;

Cronometragem;

Abastecimentos sólidos e líquidos;

Transporte para a chegada, no caso de o atleta abandonar a prova ser impedido pela organização de continuar pelos motivos referidos.

Brindes que a organização venha a angariar;

Lembrança (t-shirt)

Refeição ligeira

Caminhada

Seguro de Responsabilidade Civil;

Abastecimentos sólidos e líquidos;

Brindes que a organização venha a angariar,

Transporte para a chegada, no caso de o caminhante abandonar a prova ou ser impedido pela organização de a continuar pelos motivos referidos.

Lembrança (t-shirt)

Refeição ligeira, opcional

3.4. Secretariado da prova/ horários e locais

O secretariado da prova será na sede da ACRDC Sismaria e estará disponível no sábado dia 07/06/2025 das 15h/18h e 08 de junho a partir das 6h30m.

3.5. Serviços disponibilizados

Será disponibilizado o acesso a balneários, com água quente, para os atletas inscritos que queiram tomar banho.



4) CATEGORIAS E PRÉMIOS

4.1. Definição data, local e hora entrega prémios

Prevê-se que a entrega dos prémios ocorra assim que possível no domingo dia 08 junho na sede da ACRDC Sismaria.

4.2. Serão entregues prémios para os 3 primeiros de cada escalão e género no Trail Sprint (20 km) e no Mini Trail (12 km)

a) Também haverá prémios para os três primeiros da geral do Mini Trail e Trail Sprint (femininos e masculinos)

SUB M/F 23-18/22 anos

Seniores M/F 23/34 anos

M/F 35-35/40 anos

M/F 40-40/44 anos

M/F 45-45/49 anos

M/F 50-50/54 anos

M/F 55-55/59 anos

M/F 60-60/64 anos

M/F 65-65 ou mais anos

Para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerada a idade que o atleta terá a 30 de setembro de 2025 referente à época competitiva 2024/2025

Trail Sprint faz parte do circuito de Trail ADAL - Derovo - Fullprotein

b) Prémios coletivos: serão premiadas com melhor classificação dos 3 primeiros atletas as três primeiras equipas (feminina e masculina) com melhor classificação dos 3 primeiros atletas a cortar a meta, no Trail Sprint e no mini trail.. Em caso de empate, a equipa vencedora será aquela com o 3.º elemento melhor classificado.

c) Caminhada não será cronometrada nem terá carácter competitivo.

4.3. Divulgação das classificações

As classificações individuais e coletivas serão afixadas em lugar visível no final do evento, e para além disso poderão ser consultados no website recordpessoal.pt

O participante autoriza que a sua classificação e identificação constam do ficheiro de classificações que a organização submeterá à Federação Portuguesa de Atletismo, para efeitos de gestão da modalidade, etc.



4.4. Prazos para reclamação de classificações

As reclamações devem ser feitas até 15 minutos antes da entrega de prémios

5) Publicidade e direitos de imagem

Os participantes, organizadores e colaboradores da realização da prova podem captar imagens e vídeos e usar para efeitos de divulgação do evento

6) Responsabilidade ambiental

É da responsabilidade de todos os membros da organização e de todos os participantes, manter o espaço limpo e preservado.

7) Informações

7.1. Como chegar

Para auxiliar a chegada à ACRDC Sismaria podem usar as coordenadas:

39.881124, -8.863640

Morada: Rua José Duarte Rolo Júnior nº 72

Sismaria, 2425-625 Monte Redondo Leiria

7.2. Como chegar ao complexo Desportivo Dona Marquinhas da Silva (complexo desportivo Motor Clube), Rua do Campo de Futebol 2425-617 Monte Redondo,
coordenadas: 39°53'58''N8°50'11''W

Para qualquer dúvida ou assunto relacionado com a prova ou inscrições deverá ser enviado email para: lina-mgsantos@sapo.pt

Sismaria, 03 Fevereiro de 2025

A direção do clube ACRDC Sismaria

