

Regulamento Caminhada - I Edição

Atenção: Todos os atletas inscritos devem permanecer atentos ao Facebook onde serão colocados todos os avisos oportunos que sirvam de complemento a este regulamento. Se se justificar a organização procederá a ajustes no presente regulamento.

ORGANIZAÇÃO

O evento Caminhada da Liberdade é organizado e promovido Escola Desportiva Limiana, e Grupo Animador da Labruja.

A sua realização será dia 26 de Abril 2026, pelas zonas circundantes na Freguesia da Labruja - Ponte de Lima.

1 - Condições de participação

1.1 - Idade de participação nas diferentes provas

- ✓ Caminhada - 10 Km (aprox.); a partir dos 12 anos (Termo responsabilidade do seu tutor) terão de ir acompanhados por um adulto e após preencherem o respetivo termo de responsabilidade (estará disponível no secretariado).;

1.2 - Inscrição regularizada

O ato de inscrição pressupõe a total aceitação das regras aqui estabelecidas.

A organização confirmará sempre via correio eletrónico a receção dos pedidos de inscrição a fim de fazerem o respetivo pagamento.

A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de seguro.

O atleta apenas considera-se inscrito após o pagamento do valor da inscrição.

Inscrições em:

<https://sinctime.com/evento/471>

1.3 - Condição física

Para participar é indispensável:

a) Estar consciente da distância e dificuldades específicas da caminhada por trilhos e vales, e do desnível (positivo/negativo) da mesma e de se encontrar adequadamente preparado fisicamente e mentalmente.:

B) Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas (vento, chuva, nevoeiro e neve).

C) Saber gerir os problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, as pequenas lesões, etc.

Regulamento Caminhada - I Edição

2 - Prova

2.1 - Apresentação da prova

Irá ser realizado dia de 26-04-2026, independentemente das condições climatéricas do dia, desde que a organização entenda que não ofereçam risco aos participantes.

Dado tratar-se de uma modalidade exigente, a organização se o entender e a segurança dos participantes o justificar, poderá ter de alterar os percursos previamente estabelecido para ambos os eventos.

A Caminhada percorre caminhos e trilhos na Freguesias da Labruja.

2.2 – Programa Horário - Partida / Meta / Prémios:

Concentração: Grupo Animador da Labruja (**Coordenadas:** [41.84671](#), [-8.60101](#))

✓ 8.30 – Concentração Secretariado

✓ 9.00 – Saída da Caminhada

2.3 - Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

Apesar de ser montado um dispositivo de segurança distribuído por todo o percurso, o atleta deve ter atenção redobrada em zonas de tráfego rodoviário. As zonas de passagem de estrada estarão devidamente assinaladas antecipadamente com sinalética bem visível a alertar para o tráfego rodoviário.

O atleta é responsável pela passagem em estradas.

2.4 - Responsabilidades perante do Participante

O participante declara que cumpre as condições descritas no ponto **1.3** e assume, por livre e espontânea vontade, os riscos e suas consequências decorrentes da participação na prova, sejam eles danos morais, físicos, materiais ou de qualquer natureza. Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de Responsabilidade.

2.5 - Seguro desportivo

A organização não disponibiliza seguro do participante e responsabilidade cível, sendo a responsabilidade inteiramente do participante, sendo organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de Responsabilidade.

Regulamento Caminhada - I Edição

3 - Inscrições

3.1. Inscrição

Pode inscrever-se através do formulário específico que estará disponível no Site:

[- https://sinctime.com/evento/471](https://sinctime.com/evento/471)

A inscrição é anulada automaticamente caso o pagamento não seja efetuado no prazo de 3 dias, perdendo assim a vaga.

NOTA: As inscrições efetuadas após dia 19/04/2026 não terão direito a t-shirt.

3.2 - Valores e períodos de inscrição

Taxas de inscrição:

Caminhada 10 km

25 de Março a 22 Abril 2026	10 euros
De 23 Abril a 25 Abril 2026	10 euros

Nota: Cada atleta tem direito a uma t-shirt alusiva ao evento, **as inscrições efetuadas após dia 19/04/2026 não terão direito a t-shirt.**

O valor de inscrição da caminhada inclui:

- ✓ T-shirt personalizada alusiva ao evento;
- ✓ Garrafa de Água;

NOTA: As inscrições efetuadas após dia 19/04/2026 não terão direito a t-shirt.

Importante:

Não temos Seguros de Acidentes Pessoais e Responsabilidade Civil; a responsabilidade é inteiramente do participante;

3.3 - Condições devolução do valor de inscrição

Em caso de um participante não poder participar e/ou as condições climatéricas não permitirem a realização do evento ou seu cancelamento, a organização não se vê no direito de devolver o valor das inscrições, assim como o reembolso aos patrocinadores. Nestes casos a organização reserva-se no direito de nos 30 dias seguintes à data prevista para a

Regulamento Caminhada - I Edição

realização do evento emitir um parecer acerca das ações a serem tomadas resultantes da gravidade do cancelamento.

4 - Publicidade e Imagem

- a) Os concorrentes estarão livres de captar imagens fotográficas e vídeos do evento.
- b) Os concorrentes poderão afixar no seu vestuário pessoal ou da sua equipa de assistência, qualquer inscrição publicitária de marcas, produtos ou empresas.
- c) A Organização da prova, respetivos Patrocinadores e as Entidades que colaboram na Organização desta Manifestação Desportiva, reservam-se os direitos de utilizar livremente, em todos os resultados por eles obtidos. A prova poderá ser gravada em vídeo e/ou fotografada pela Organização do evento e jornalistas para posterior aproveitamento publicitário. Os participantes que tiverem alguma restrição quanto ao uso da sua imagem deverão automaticamente autorizar o uso a qualquer tempo, independentemente de compensação financeira.

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.

6 - Proteção de dados

Os dados dos atletas indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos de processamento no evento, sendo publicados nomeadamente na lista de inscritos. Serão também registados para divulgação futura de eventos da Escola Desportiva Limiana (entidade organizadora do evento). Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para:

➤ Direcao.gal@outlook.pt

➤ edltrail2020@gmail.com

Regulamento Caminhada - I Edição

7 - Responsabilidade ambiental

Os espaços, em que este evento decorrerá, merecem ser acarinhados para poderem ser usufruídos pelas pessoas que nele treinam, caminham ou mesmo trabalham. A organização pede a todos os atletas que guardem consigo qualquer material que seja nocivo para o meio ambiente e o deposite no posto de controlo mais próximo ou na chegada da sua prova. Se queremos que este evento se mantenha por muitos e bons anos, é essencial que a conduta dos seus participantes seja a mais correta.

8 - Diversos

A organização reserva-se ao direito de realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova se as condições meteorológicas assim o obrigarem, ou devido a força maior.

Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar e cumprir as regras de viação sempre que atravessarem estradas, localidades.

9 - Casos omissos

O omissos neste Regulamento será resolvido pela Organização, segundo os Regulamentos da Federação Portuguesa de Atletismo e das suas decisões não cabe recurso.

10 - Informações:

Local da Prova: Grupo Animador da Labruja
4990-655 Ponte de Lima,
(Coordenadas: 41.84671, -8.60101)

O Presidente da Direção Grupo Animador da Labruja

Ponte de Lima, 20/03/2026

Regulamento Caminhada - I Edição

ANEXO II

Termo de Responsabilidade para atleta menor de 18 Anos

Eu (nome) _____ nascido a ____ / ____ / _____,
portador do Doc. de Identificação (B.I./C.C.) nº _____,
Residente em _____,
C.P.- , Localidade _____,
na qualidade de (pai, mãe, encarregado de educação) _____,
do atleta (nome) _____,
nascido a ____ / ____ / _____ , portador do Doc. de Identificação (B.I./C.C.) nº _____,
para os devidos efeitos e sob minha inteira responsabilidade, DECLARO:

- 1) Não possuir, o menor, quaisquer contra-indicações médicas para a prática das atividades físicas a desenvolver no âmbito da CAMINHADA / CORRIDA do evento TRAIL PÉ DO NEGRO.
- 2) Que é da minha inteira responsabilidade assegurar previamente à participação, do estado de aptidão física do menor para o exercício daquelas atividades de acordo com o estabelecido na Lei n.º 5/2007, de 16 de Janeiro (Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto), n.º 2 do artigo 40.º;
- 3) Que com a presente declaração e por minha livre e expressa vontade, prescindindo de apresentar atestado médico que comprove a aptidão física do menor;
- 4) Que a participação é efetuada por livre vontade do menor e que assumo a responsabilidade pelos riscos inerentes à sua participação.

Ponte de Lima, ____ de _____ de 2025

O Declarante
