



VII TRAIL OLHAR ENCANTADOR (08-11-2026)

REGULAMENTO GERAL DA PROVA



O TRAIL OLHAR ENCANTADOR é organizado pela Associação Olhar Encantador.

A VII edição do Trail Olhar Encantador realizar-se-á no dia 8 de novembro de 2026, em Padreiro Salvador e Santa Cristina, percorrendo trilhos e caminhos das freguesias contíguas, no território de Santa Cruz, proporcionando aos participantes a oportunidade de conhecer e desfrutar da riqueza natural e paisagística desta região.

Solicitamos a todos os atletas inscritos que acompanhem regularmente a página oficial de Facebook do Trail Olhar Encantador, onde serão divulgadas todas as informações, avisos e eventuais alterações relevantes relacionadas com a prova e com o presente regulamento.

I. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1. IDADE OBRIGATÓRIA PARA PARTICIPAÇÃO NAS DIVERSAS PROVAS

O evento será composto por um percurso de Trail Longo com aproximadamente 23kms de distância, um Trail Curto de 16 kms e Caminhada de 10 kms de extensão.

- Trail Longo a partir de 18 Anos
- Trail Curto a partir de 18 Anos (sendo possível para menores a partir dos 16 anos com termo de responsabilidade do tutor legal)



VII TRAIL OLHAR ENCANTADOR (08-11-2026)

- Caminhada não existe limite de idade, sendo que menores de idade são obrigados a participar na companhia de um adulto (contudo é aconselhável a partir dos 10 anos)

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.

3. CONDIÇÕES FÍSICAS

Para participar no evento é indispensável:

- **O atleta deve estar consciente das dificuldades específicas da corrida** por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas e, de se encontrar adequadamente **preparado fisicamente e mentalmente**;
- O atleta deve ter consciência prévia da capacidade real de autonomia exigida em montanha, de forma a ser capaz de gerir os problemas que derivam deste tipo de provas
- Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas (altas temperaturas, baixa humidade, etc.)
- Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de uma fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc..

4. COLOCAÇÃO DO DORSAL

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado de forma bem visível. Não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação. O dorsal dispõe de números de telemóvel referentes a números de emergência e da organização.

Em caso de desistência ou desclassificação o atleta é obrigado a entregar o dorsal à organização, mas que será devolvido no final da prova (na meta ou secretariado).

5. REGRAS DE CONDUTA DESPORTIVA



VII TRAIL OLHAR ENCANTADOR (08-11-2026)

O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, no decorrer da prova, serão caso de advertência, desqualificação ou expulsão.

6.MATERIAL ACONSELHÁVEL

O Trail Olhar Encantador deseja que todos contribuam para o respeito pela Natureza, nesse sentido será obrigatório trazer copo ou reservatório de água para utilizar nos abastecimentos.

Da mesma forma, todo o lixo gerado durante o percurso deverá ser guardado e/ou deixado em zonas próprias sob a supervisão da organização.

Todos os participantes deverão ter em atenção que, pelas dificuldades inerentes a este tipo de provas, bem como pelas dificuldades acrescidas relativas às condições atmosféricas que se poderão verificar.

É recomendado/aconselhável que se façam acompanhar do seguinte material:

Calçado e vestuário adequados para a prática de Trail Running; Boné; Mochila; Apito; **Telemóvel com bateria**, recipientes para transporte de líquidos e alimentos energéticos.

7.INFORMAÇÃO SOBRE PASSAGEM DE LOCAIS COM TRÁFEGO RODOVIÁRIO

Apesar de estar 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.

Os participantes devem cumprir as regras de trânsito em vigor, devendo ainda respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir a responsabilidade perante eventuais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

O atleta é responsável pela passagem em estradas/caminhos

8.DESCLASSIFICAÇÕES

Ficará desclassificado todo aquele que:

- a) Não cumpra o presente regulamento;
- b) Não complete a totalidade do percurso;



VII TRAIL OLHAR ENCANTADOR (08-11-2026)

- c) Deteriore ou suje o meio por onde passe;
- d) Não leve o seu número bem visível;
- e) Ignore as indicações da organização;
- f) Tenha alguma conduta anti -desportiva.

9.SEGURO DESPORTIVO

A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei para a realização deste tipo de provas. O prémio do seguro está incluído no valor da inscrição, pelo que todos os participantes terão após validação da sua inscrição um seguro de acidentes pessoais durante a prova, conforme legislação em vigor da Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto (Dec. Lei 10/2009), com capitais mínimos obrigatórios; A organização contratualiza os seguros obrigatórios, conforme o Decreto-Lei n.º 10/2009 de 12 de janeiro, para este tipo de prova, estando o seu prémio incluído no valor da inscrição;

- O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas;
- A apólice constará no site da prova para consulta dos atletas.
- 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 o impresso de participação de sinistro com o respetivo número da apólice, carimbado e assinado pela empresa (tomador do seguro). 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.
- Todo e qualquer documento de despesa relacionado com um sinistro já participado, será previamente liquidado pelo respetivo sinistrado e os seus originais enviados à seguradora para posterior reembolso.
- A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.



VII TRAIL OLHAR ENCANTADOR (08-11-2026)

10. PROTEÇÃO DE DADOS

Os dados dos participantes indicados no formulário de inscrição serão registados pela organização, pela Sinctime (plataforma de inscrição) para efeitos de processamento no evento nomeadamente, seguradora, lista de inscritos e classificações. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação e anulação dos seus dados pessoais, devendo para isso, enviar um email a organização para: trailolharencantador@gmail.com

11. DIREITO DE IMAGEM

A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do Olhar Encantador e de audiovisuais fotográficos e jornalísticos do evento. Qualquer projeto ou suportes publicitários produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da organização.

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.

12. ECO-RESPONSABILIDADE

Respeito pela Natureza:

O atleta é responsável pelo transporte dos invólucros e outro lixo não Natural, provenientes de Géis, Barras, etc., na sua própria mochila / cinto, depositá-lo no abastecimento mais próximo ou transportá-lo até à Meta.

Não é permitido destruir ou alterar propositadamente qualquer elemento natural (muros, plantações, sinalética, marcações, etc.) ao longo do percurso.

13. CASOS OMISSOS

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



VII TRAIL OLHAR ENCANTADOR (08-11-2026)

II. A PROVA

1. APRESENTAÇÃO DA (S) PROVA (S)

O Trail Olhar encantador, organizado pela Associação Olhar Encantador de Padreiro Salvador e Santa Cristina do Concelho de Arcos de Valdevez, será realizado no 08 de Novembro de 2026, independentemente das condições climatéricas do dia, desde que a organização entenda que não ofereçam risco aos participantes.

O Trail Olhar Encantador será constituído por duas provas competitivas e uma caminhada:

- Trail Longo 23 km
- Trail Curto 16 Km
- Caminhada 10Km

Se a organização o entender e a segurança dos participantes o justificar, poderão ser alterados os percursos previamente estabelecidos para as três provas.

O Trail Longo terá início às 9h30 percorre caminhos e trilhos das Freguesias circundantes na distância aproximada de +/- 23 km de carácter competitivo. (D+ ainda a definir)

O Trail Curto terá início às 9h40 percorre caminhos e trilhos das Freguesias circundantes na distância aproximada de +/- 16 km de carácter competitivo. (D+ ainda a definir)

A Caminhada terá início às 9h40 percorre caminhos e trilhos das Freguesias circundantes na distância aproximada de +/- 10 km de carácter competitivo. (D+ ainda a definir)

A organização aconselha o uso de **calçado confortável e apropriado para o efeito**, bem como impermeável ou chapéu, consoante condições meteorológicas.

O secretariado funcionará:

Sábado e no Domingo (dia da prova) **na Sede da Associação Olhar Encantador** (**41°49'41.47"N , 8°29'14.00"W**) em Padreiro Salvador e Santa Cristina.

A organização não atrasará as partidas por atrasos dos atletas, pelo que poderão iniciar a prova com o atraso que existir.



VII TRAIL OLHAR ENCANTADOR (08-11-2026)

2. **PROGRAMA/HORÁRIO** (horário sujeito a alterações, horário definido na página do evento

Trail Olhar Encantador)

Sábado 07 Novembro	Domingo 08 Novembro
16h00: Abertura Secretariado (Sede Associação) 18h00: Encerramento	8h00: Abertura Secretariado 9h20: Encerramento Secretariado 9h30: Partida Trail Longo 9h40: Partida Trail Curto 9h40: Partida Caminhada 13h00: Entrega de Prémios

3. **DISTANCIA E ALTMETRIA**

Aguardar publicação – Página do Facebook **Trail Olhar Encantador (meio oficial de comunicação)**

4. **MAPA/PERFIL ALTIMÉTRICO**

Aguardar publicação – Página do Facebook **Trail Olhar Encantador (meio oficial de comunicação)**

5. **METODOLOGIA DE CONTROLO DE TEMPO**

Chip colocado no dorsal

6. **POSTOS DE CONTROLO**

- A organização balizará o percurso com fitas sinalizadoras, placas e marcas no pavimento ou outros suportes apropriados.

É imperativo seguir os caminhos balizados sem tomar atalhos. Caso deixam de ver sinalização durante aproximadamente 200 metros, os atletas deverão voltar para trás até encontrar novamente as respetivas fitas.

O bom senso deverá imperar.

- Ao longo do percurso poderão existir postos de controlo.
- Os atletas terão que parar em cada posto a fim de ser registado o controlo.
- Os atletas devem respeitar a ordem de chegada ao controlo.

A prova será em sistema de open-road, **o atleta é responsável pela passagem de estradas, cumprindo as regras do código da estrada.**

7. **LOCAIS DE ABASTECIMENTOS**

Rua Alto do Novo nº163 – Padreiro Salvador e Santa Cristina - Arcos de Valdevez



VII TRAIL OLHAR ENCANTADOR (08-11-2026)

Ainda a definir (consultar página Facebook)

Os abastecimentos serão constituídos por sólidos e líquidos para serem consumidos no local. Somente líquidos são destinados a encher depósitos ou outros recipientes. Cada atleta, ao deixar os postos de abastecimento, é responsável por ter a quantidade de bebida e comida necessária para alcançar o próximo abastecimento

Os líquidos não se servirão nem em garrafas de plástico nem em copos de plástico, o atleta deve levar consigo um recipiente para se abastecer.

III. INSCRIÇÕES

As inscrições abrem a 13 de Setembro 2026 e encerram a 02 de novembro 2026 às 23h59. Os pedidos de inscrição devem ser feitos de acordo com os prazos indicados. A inscrição será aceite por ordem de chegada.

Os pedidos de inscrição só serão considerados após pagamento.

A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante.

A organização não se vê no direito de devolver o dinheiro da inscrição dos atletas já confirmados e que mesmo antecipadamente saibam que não vão comparecer no dia do evento.

Após confirmação de pagamento, é atribuído um número de dorsal ao atleta. O dorsal é pessoal e intransmissível.

1. PROCESSO INSCRIÇÃO (LOCAL,PAGINA WEB,MÉTODO DE PAGAMENTO)

Pode inscrever através do site:

<https://sinctime.com/evento>

Será emitida uma referência multibanco, pelo que deve efetuar o pagamento do valor indicado no prazo estipulado.

A inscrição é anulada automaticamente caso o pagamento não seja efetuado no prazo, perdendo consequentemente a vaga.



VII TRAIL OLHAR ENCANTADOR (08-11-2026)

2. VALORES E PERIODOS DE INSCRIÇÃO

CAMINHADA	10€	Até dia 02 de Novembro
TRAIL CURTO	15€	Até dia 02 de Novembro
TRAIL LONGO	17€	Até dia 02 de Novembro

Inscrições para grupos/equipas:

Haverá os seguintes descontos no valor da inscrição **sendo necessário enviar um mail previamente a organização para obter o voucher.**

- Equipas/grupos com número de inscritos entre 05 e 10 elementos, será de 15%
- Equipas/grupos com número de inscritos igual ou superior a 11 elementos, será de 20%

3. MATERIAL INCLUÍDO NA INSCRIÇÃO

TRAIL CURTO / LONGO

- T-Shirt técnica alusiva ao evento
- Dorsal personalizado
- Cronometragem / Classificações
- Abastecimentos líquidos e sólidos (durante e no final da prova)
- Banhos
- Prémio Finisher
- Seguro de acidente pessoal.

CAMINHADA

- T-Shirt técnica alusiva ao evento
- Dorsal personalizado
- Seguro Acidente Pessoal
- Abastecimentos líquidos e sólidos (durante e no final da prova)
- Banhos



VII TRAIL OLHAR ENCANTADOR (08-11-2026)

- Prémio Finisher

4. ESCALÕES / CLASSIFICAÇÕES

Trail Longo e Trail Curto serão considerados os seguintes escalões:

- MSEN/FSEN - (18-29 anos)
- M30/F30 - (30-39 anos)
- M40/F40 - (40-49 anos)
- M50/F50 - (50-59 anos)
- M60/F60 - (+60 anos)

NOTA : Será considerado a idade do atleta no dia da prova

5. PRÉMIOS

A cerimónia de entrega de prémios terá lugar às 12h30

TRAIL LONGO:

Geral Masculino e Femininos 1º, 2º e 3º

MSEN/FSEN 1º, 2º e 3º

M30/F30 1º, 2º e 3º

M40/F40 1º, 2º e 3º

M50/F50 1º, 2º e 3º

M60/F60 1º, 2º e 3º

Equipas 1º, 2º e 3º

Equipas - a classificação por equipas, será atribuída em função dos **3 melhores tempos da geral.**

TRAIL CURTO:

Geral Masculino e Femininos 1º, 2º e 3º

MSEN/FSEN 1º, 2º e 3º

M30/F30 1º, 2º e 3º

M40/F40 1º, 2º e 3º

M50/F50 1º, 2º e 3º

M60/F60 1º, 2º e 3º

Equipas 1º, 2º e 3º



VII TRAIL OLHAR ENCANTADOR (08-11-2026)

Equipas - a classificação por equipas, será atribuída em função dos **3 melhores tempos da geral.**

CAMINHADA: Não tem classificação

6. INFORMAÇÕES

Como chegar:

Padreiro Santa Cristina é uma aldeia típica do Alto Minho no topo da Serra do concelho de Arcos de Valdevez, situando-se a cerca de 12 km da Vila de Arcos de Valdevez e a 13 km de Ponte de Lima.

Local do Evento:

41°49'41.81"N / 8°29'13.95"W

41.828281° / -8.487208

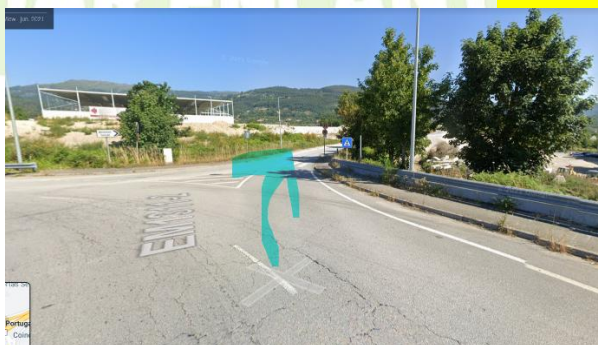
<https://www.google.pt/maps/@41.8281385,-8.4872197,111m>

Desde Viana do Castelo através da A27/IC28 Saída 8 – Padreiro (Zona Industrial)

Desde Braga / Porto pela A3, Saída 12 Arcos de Valdevez, entrar na IC28 e Saída 8 – Padreiro (Zona Industrial)

Na Rotunda Virar a Esquerda -3ª saída e passar sobre a IC 28.

125 metros depois Encontram nova Rotunda, 2ª saída - **Acesso Local**



475 metros depois passam pela Pastelaria Panilima e no **Sinal STOP** viram à **Direita**

Rua Alto do Novo nº163 – Padreiro Salvador e Santa Cristina - Arcos de Valdevez

VII TRAIL OLHAR ENCANTADOR (08-11-2026)



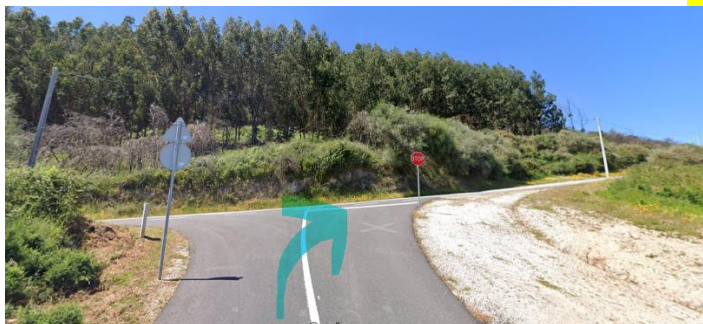
300 metros encontram **uma estatua Divino Salvador e viram à Esquerda**



1300 metros sempre na estrada principal e **virar à Esquerda curva apertada e a subir.**



1000 metros até um cruzamento depois do baloiço de Penouços. **Virar à direita**



1500 metros na estrada principal **até ao Parque da Prova (campo de Futebol)**



VII TRAIL OLHAR ENCANTADOR (08-11-2026)



DICA: PODEM SEGUIR AS PLACAS DA PROVA E TAMBÉM “CASAS DA LI “

Local do Evento:

41°49'41.81"N / 8°29'13.95"W

41.828281° / -8.487208

<https://www.google.pt/maps/@41.8281385,-8.4872197,111m>

Onde ficar:

Padreiro Salvador e Santa Cristina oferece alojamento na própria Freguesia:

Casas da Li (<https://www.facebook.com/CasasdaLiHotel>)

Casas do alto do Vez (<https://www.facebook.com/casadoaltodovez>) .

A Vila de Arcos de Valdevez oferece também várias unidades hoteleiras, Turismo Rural e diversos alojamentos locais.

Caso pretenda mais informações pode nos contactar.

Locais a visitar

Arcos de Valdevez é uma vila raiana com vários monumentos de enorme interesse Centro Histórico de Viana do Castelo e todos os seus Monumentos:

- Várias Igrejas Matriz, Espírito Santo, etc..
- Pelourinho de Arcos de Valdevez
- Oficinas de Criatividade Himalaya (Importante para os mais pequenos)
(<https://www.facebook.com/OficinasdeCriatividadeHimalaya>)
- Centro interpretativo do barroco (<https://www.facebook.com/CIBAVV/>)
- Ecovia junto ao rio Vez: <http://trilhos.arcosdevaldevez.pt/activities/ecovia-do-vez/>

Rua Alto do Novo nº163 – Padreiro Salvador e Santa Cristina - Arcos de Valdevez