TRAIL SOLIDÁRIO SÃO GONÇALO

NATUREZA • COMUNIDADE • SOLIDARIEDADE



15 KM TRAIL — **12€**

8 KM CAMINHADA — **8€**

29 NOVEMBRO 2026

CAPELA DE SÃO GONÇALO
MONTE CÓRDOVA | SANTO TIRSO

EVENTO A REVERTER PARA OBRAS NO RECINTO

COORGANIZADA POR: Amigos São Gonçalo · NAST Núcleo Associativo de Santo Tirso

COM O APOIO DE: Santo Tirso Câmara Municipal · Monte Córdova

ÍNDICE

1 Condições de participação
1.1. Idade de participação nas diferentes provas
1.2. Inscrição regularizada
1.3. Condições físicas
1.4. Possibilidade de ajuda externa
1.5. Colocação do dorsal
1.6. Regras de conduta desportiva
2. Prova
2.1. Apresentação da prova / Organização
2.2. Programa
2.3. Mapa / Perfil altimétrico / descrição de percursos
2.4. Tempo limite
2.5. Metodologia de controle de tempos
2.6. Postos de controle
2.7. Locais dos abastecimentos
2.8. Material Obrigatório/recomendado / verificação de material
2.9. Passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário
2.10. Penalizações / desclassificações
2.11. Responsabilidades perante o atleta / participante
2.12. Seguro desportivo
3. Inscrições
3.1. Processo de inscrição (local, página web, transferência bancária
3.1.1. Fatura
3.2. Valores e períodos de inscrição
3.3. Condições de devolução do valor de inscrição
3.4. Material incluído com a inscrição
3.5. Secretariado da prova / horários e locais
3.6. Serviços disponibilizados (Transportes de recolha, abastecimentos, duche, etc.)
4. Direitos de imagem e publicidade
5. Responsabilidade ambiental
6. Proteção de dados
7. Diversos

1. Condições de participação

1.1 Idade de participação nas diferentes provas

Tabela-Resumo – Condições de Participação e Escalões

Prova	Distância	Idade Mínima	Observações
TSSG	15 KM	≥18 ANOS	Percurso em trilhos na natureza, de carácter não competitivo.
CAMINHADA	8 KM	≥14 anos	

Nota: Todos os participantes menores de 18 anos deverão estar obrigatoriamente acompanhados por um adulto responsável durante todo o percurso, sendo este responsável pela sua segurança e acompanhamento.

1.2 Inscrição regularizada

A inscrição no TSSG -Trail Solidário São Gonçalo implica compreender e aceitar sem reservas as regras e o regulamento da prova.

Nomeadamente:

- Efetuar corretamente a inscrição, no website do evento. Link a indicar.
- A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de seguro.
- Proceder ao pagamento da respetiva taxa de inscrição dentro do prazo, não é necessário o envio do comprovativo de pagamento.

1.3 Condições físicas

- Os atletas devem estar conscientes da distância e das particularidades das provas e estarem suficientemente treinados para isso.
- Terem adquirido, antes da prova, uma real capacidade de autossuficiência em montanha, que permita a gestão dos problemas induzidos por este tipo de competições, nomeadamente em condições de alterações climatéricas (noite, vento, frio, nevoeiro, chuva ou neve).
- Os atletas terão de saber enfrentar problemas físicos e mentais resultantes da fadiga extrema, problemas digestivos, articulares e dores musculares, etc).
- Ter a consciência de que não é papel da organização ajudar a ultrapassar estes problemas e que tal depende principalmente da sua capacidade em adaptar-se ás situações problemáticas decorrentes deste tipo de competição.

1.4 Possibilidade de ajuda externa

O apoio aos atletas por elementos externos à organização só é permitido junto dos abastecimentos. O atleta, de acordo com o ponto 1.3, deve ter noção das suas necessidades durante a prova, assim como a sua capacidade de resolução dos problemas perante situações inesperadas

1.5 Colocação do dorsal

O dorsal é pessoal e intransmissível, devendo ser utilizado na parte frontal do corpo e permanecer visível durante todo o percurso.

Em caso de desistência, o participante deverá informar a organização.

Não é permitido alterar ou ocultar os logótipos dos patrocinadores presentes no dorsal.

O incumprimento destas regras poderá levar à interrupção da participação no evento.

1.6 Regras de conduta desportiva

O TSSG -Trail Solidário São Gonçalo, é um evento que promove e privilegia, acima de tudo, o Fair play e o respeito pelo Meio Ambiente.

É fundamental que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo e alertem o posto de controlo mais próximo ou contactem a organização.

A entidade organizadora reserva-se o direito de excluir da corrida, mesmo antes do seu início, qualquer participante que, através do seu comportamento, condicione a gestão ou o bom funcionamento do evento. Caso isso ocorra, o atleta não será reembolsado.

As condutas antidesportivas serão sancionadas de acordo com o seu grau de gravidade, conforme o estipulado no artigo 2.10.

O comportamento conducente ao respeito do Meio Ambiente deverá ser constante em todos os participantes.

2. Prova

2.1 Apresentação da prova(s) / Organização

APRESENTAÇÃO DO EVENTO

O Trail Solidário São Gonçalo realiza-se no dia 29 de novembro de 2026, com partida e chegada na Capela de São Gonçalo, em Monte Córdova, Santo Tirso.

O evento, de caráter solidário e não competitivo, contempla duas modalidades: Trail de 15 km e Caminhada de 8 km, proporcionando aos participantes a oportunidade de desfrutar dos trilhos e das paisagens naturais da região.

Mais do que uma atividade desportiva, esta iniciativa pretende promover o convívio, a entreajuda e a valorização do património local, tendo como principal objetivo a angariação de fundos para a realização de obras de beneficiação do recinto da Capela de São Gonçalo. Sob o lema «Natureza, Comunidade e Solidariedade», o evento convida todos a participar numa causa que une o desporto à solidariedade.

	Local Partida	**Hora Partida**	**Distância**	**Desnível**
TSSG	Capela São Gonçalo	9h30	15km	600+
Caminhada	Capela São Gonçalo	9h45	8km	400+

2.2 Programa

Domingo – 29/11/2026.

07:00 / 09:00 – Secretariado

09:30 – Partida TSSG – Trail Solidário São Gonçalo 15Km;

09:45 – Início da Caminhada 8km;

11:30 – Previsão de chegada do primeiro atleta do TSSG;

11:45 – Previsão de chegada da caminhada;

12:00 – Inicio do Arraial;

2.3 Mapa/ Perfil altimétrico/ descrição percurso

Os percursos do TSSG -Trail Solidário São Gonçalo são maioritariamente compostos por trilhos, caminhos, estradas florestais, uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito nas localidades e 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.

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 deixem de ver sinalização durante aproximadamente 100 metros, os atletas deverão voltar para trás até encontrar novamente as respetivas fitas. O bom senso deverá imperar

2.4 Tempo limite

O Trail Solidário São Gonçalo contempla duas modalidades: Trail de 15 km e Caminhada de 8 km, cujos tempos limite de conclusão serão definidos e comunicados pela organização.

Os participantes deverão respeitar os horários estabelecidos, bem como as indicações dos elementos da organização ao longo dos percursos.

Em caso de desistência ou impossibilidade de concluir o percurso dentro do tempo estabelecido, o participante deverá informar a organização, de forma a garantir a sua segurança.

Por razões meteorológicas, de segurança ou de força maior, a organização reserva-se o direito de alterar os percursos e horários, bem como suspender, encurtar ou cancelar o evento.

Em caso de cancelamento, não haverá lugar a reembolso do valor da inscrição, atendendo ao caráter solidário da iniciativa, sem prejuízo dos direitos legalmente aplicáveis.

2.5 Metodologia de controle de tempos

O evento não terá cronometragem oficial nem classificações, sendo efetuado apenas o controlo dos tempos de partida e chegada dos participantes, para efeitos de acompanhamento e segurança.

2.6 Postos de controle

Não existirão postos de controlo obrigatórios ao longo do percurso. No entanto, poderão estar presentes elementos da organização e voluntários em pontos estratégicos, com o objetivo de orientar os participantes, garantir a segurança e verificar o cumprimento integral do percurso.

Todos os participantes deverão respeitar o percurso sinalizado e as indicações da organização, não sendo permitidos atalhos ou alterações ao trajeto definido.

Em caso de desistência ou emergência, o participante deverá contactar a organização através do número disponibilizado no dorsal.

A organização assegurará os meios de apoio e segurança previstos para o evento, sem prejuízo da responsabilidade individual dos participantes e das coberturas do seguro contratado.

2.7 Locais dos abastecimentos

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

2.8 Material obrigatório/ recomendado / verificações de material

Durante a competição todos os participantes têm de se fazer acompanhar de todo o material obrigatório. Em qualquer momento podem ser questionados acerca da sua posse, sob pena de sofrer as penalizações descritas no artigo 2.10.

	Trail 15 km	Caminhada 8 km
Material Obrigatório		
Manta térmica	X	
Telemóvel operacional	X	X
Apito	X	
Material Recomendado		
Corta-vento / impermeável	X	X
Depósito de água	X	X
Luvas e gorro / boné	X	X
Frontal		
Copo dobrável	X	X

2.9 Passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário

Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito nas localidades e 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.

2.10 Penalizações/ desclassificações

A organização do Trail Solidário São Gonçalo é responsável por assegurar o cumprimento do presente regulamento, podendo intervir sempre que se verifiquem comportamentos que comprometam a segurança, o ambiente ou o bom funcionamento do evento.

Embora o evento não tenha caráter competitivo, os participantes deverão cumprir as regras estabelecidas, estando sujeitos às seguintes medidas:

Incumprimentos	Medidas aplicáveis
Falta de material obrigatório	Impedimento de iniciar ou continuar o percurso
Não cumprir o percurso sinalizado	Advertência ou interrupção da participação
Desobedecer às indicações da organização	Interrupção da participação
Conduta antidesportiva ou desrespeitosa	Exclusão do evento
Conduta poluidora ou danos ambientais	Exclusão do evento
Dorsal não visível	Advertência e obrigatoriedade de correção
Não prestar auxílio em situação de emergência, quando possível e seguro	Exclusão do evento
Retirar ou alterar a sinalização do percurso	Exclusão do evento
Abandonar o percurso sem informar a organização	Registo da ocorrência e eventual impedimento de participação futura
Utilizar o dorsal de outro participante	Impedimento de participação

A organização reserva-se o direito de interromper a participação de qualquer pessoa que não cumpra as normas estabelecidas ou coloque em risco a sua segurança ou a de terceiros.

As decisões serão tomadas pela direção do evento, tendo sempre como prioridade a segurança dos participantes e o espírito solidário da iniciativa.

2.11. Responsabilidades perante o atleta/ participante

Os atletas inscritos no TSSG -Trail Solidário São Gonçalo aceitam participar voluntariamente e sob sua própria responsabilidade na competição. Por conseguinte concordam em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e/ou outros participantes de qualquer responsabilidade com os mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades e dos seus colaboradores e participantes.

2.12. 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. O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas. A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento no prazo de 48:00

horas depois do dia do evento para ativar o seguro.

3. Inscrições

3.1 Processo de inscrição (local, página web, transferência bancária)

As inscrições devem ser feitas de acordo com o prazo apresentado na tabela e através da plataforma a indicar.

Cada participante deve preencher corretamente o formulário de inscrição e pagar o valor da mesma no prazo estipulado, sendo o participante responsável pela veracidade dos seus dados.

O pagamento deve ser realizado de acordo com as referências Multibanco geradas no ato de inscrição.

A inscrição na prova corresponde a aceitação do presente regulamento e de uma declaração de aptidão física e psicológica por parte do atleta.

3.1.1 Faturas

Alertamos todos os atletas das regras de faturação, quem desejar NIF na fatura deve indicar no ato da inscrição. Após 72h do pagamento, a organização não pode efetuar alterações às faturas.

3.2 Valores e períodos de inscrição

O período de inscrições decorre até 29 de novembro de 2026.

Prova	29 de novembro 2026
TSSG	12€
Caminhada	8€

3.3 Condições devolução do valor de inscrição

Atendendo ao caráter solidário do Trail Solidário São Gonçalo, não haverá lugar à devolução dos valores pagos pelas inscrições em caso de desistência ou não comparência do participante, uma vez que os mesmos se destinam à angariação de fundos para as obras de beneficiação do recinto da Capela de São Gonçalo.

Eventuais pedidos de alteração de modalidade deverão ser comunicados à organização e estarão sujeitos à sua aprovação.

Em caso de cancelamento do evento por motivos de força maior, segurança ou condições meteorológicas adversas, os valores das inscrições manterão a sua finalidade solidária, sem prejuízo dos direitos legalmente aplicáveis.

3.4 Material incluído com a inscrição

- Lembranças
- Dorsal;
- Medalha de finisher, para os participantes
- Seguro de Acidentes Pessoais e Responsabilidade Civil;
- Outras lembranças mediante o que a organização conseguir;
- Reforço no final.

4. Direitos de imagem e publicidade

A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do TSSG 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.

5. 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.

6. Proteção de dados

Os dados dos atletas indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos exclusivos de processamento no evento.

7. Diversos

O preenchimento e envio da inscrição para as provas implicam que o atleta que se inscreve, tome conhecimento e aceite sem quaisquer reservas o presente Regulamento.

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