REGULAMENTO LOUZANTRAIL

2027

LOUZANTRAIL®

UMA PROVA DE EMOÇÕES

48K

31k

20k

14k

By Stages 48k + 20k

"As melhores e mais belas coisas na vida não podem

ser vistas nem tocadas, devem ser sentidas com o coração."

Hellen Keller

NOTA INTRODUTÓRIA

Caro(a) atleta,

É com enorme satisfação que te damos as boas-vindas ao Louzantrail 2027, uma prova de corrida em montanha organizada pela Secção de Trail Running do Montanha Clube.

Esta edição assume um significado muito especial. Depois de dois anos de ausência, o Louzantrail regressa finalmente aos trilhos da Serra da Lousã. Em 2025, os incêndios que afetaram a região deixaram marcas profundas na nossa serra. Já em 2026, a realização do evento foi inviabilizada pelas condições meteorológicas extremas provocadas pela tempestade Kristin, que atingiu severamente o centro do país. Hoje, com renovada esperança e determinação, voltamos a abrir os caminhos que fazem desta serra um dos mais emblemáticos destinos de trail running em Portugal.

Ao longo dos percursos, terás a oportunidade de descobrir estradas rurais, vales profundos, cumes desafiantes e trilhos ancestrais que atravessam a história e a identidade da Serra da Lousã. Aqui, onde outrora os pastores percorriam os mesmos caminhos, os corredores cruzam hoje as emblemáticas Aldeias do Xisto, testemunhos vivos de um património cultural e humano único, integrado numa paisagem de extraordinária beleza.

Mais do que uma competição, o Louzantrail é uma experiência de ligação à natureza, à montanha e às gentes que nela vivem. É um convite para descobrir cada recanto desta serra resiliente, que ano após ano continua a inspirar quem a visita e a percorre.

Desejamos que desfrutes de cada quilómetro, de cada subida, de cada descida e de cada momento vivido nesta montanha que tanto nos orgulha.

Bem-vindo(a) à Serra da Lousã.

Bem-vindo(a) ao Louzantrail 2027.

CONTEÚDO

1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1 Idade de participação

LZT – Trail Ultra 48 km: maiores de 20 anos de idade*

LZT – Trail Longo 31 km: maiores de 20 anos de idade*

LZT – Trail Curto 20 km: maiores de 18 anos de idade*

LZT - Mini trail XS 14 km: maiores de 16 anos de idade*

Nota: menores de idade apenas com autorização parental, considerando a idade real no dia da realização da prova.

LZT - By Stages 48 km + 20 km: maiores de 20 anos*

*a idade que o atleta terá a 30 de setembro da corrente época competitiva.

1.2 Inscrição regularizada

A pré-inscrição e a inscrição no evento Louzantrail pressupõem a aceitação integral do presente regulamento. O atleta deverá ter a sua inscrição previamente regularizada nos prazos estabelecidos.

** Menores de 18 anos, terão de solicitar um termo de responsabilidade à organização, via e-mail, louzantrail2000@gmail.com

1.3 Ajuda externa

Só é permitido ajuda externa em postos de abastecimento indicados para o efeito. Qualquer ajuda externa fora destes locais está sujeita a desqualificação da prova. O atleta deve estar consciente da sua condição física e gerir os seus problemas que surjam para uma atividade em montanha, de forma segura.

1.4 Condições físicas

Para participar no Louzantrail cada atleta deverá:

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível das mesmas e ainda de se encontrar adequadamente preparado física e mentalmente.

- De haver adquirido, antes do evento, uma capacidade de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivam neste tipo de prova.

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

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

- Não ser acompanhado por elementos/atletas não inscritos na prova.

- Levar todo o material obrigatório durante a prova.

- Colocar os seus lixos nos locais próprios, localizados nos abastecimentos.

1.5 Colocação do Dorsal

O número do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser colocado na frente do corpo, à altura do peito e sempre visível.

Em caso de desistência é obrigatório comunicar o abandono à organização. No caso de desclassificação ou barramento horário o atleta é obrigado a entregar o dorsal à organização, sem prejuízo do mesmo ser devolvido no final da prova (meta ou secretariado).

A ocultação do dorsal poderá dar o direito a penalização.

1.6 Regras de conduta desportiva

Durante a prova o atleta deve adotar comportamento digno e respeitador, abstendo-se de linguagem ofensiva e de agressões verbais ou físicas.

1.7 Comunicação com a organização

Canais oficiais do Louzantrail:

- E-mail: louzantrail2000@gmail.com

- Facebook: https://www.facebook.com/louzantrail

- Instagram: https://www.instagram.com/louzantrail

2. PROVA

2.1 Apresentação da prova

O Montanha Clube, através da sua Secção de Trail Running, é a entidade organizadora do Louzantrail, um evento de referência no panorama do trail running nacional. A edição de 2027 realiza-se nos dias 5, 6 e 7 de março, na Vila da Lousã, levando os participantes a percorrer os trilhos e paisagens únicas da Serra da Lousã.

A organização conta com o apoio e a colaboração da Câmara Municipal da Lousã, das Juntas de Freguesia do concelho, bem como de diversas associações, entidades e parceiros locais, cuja contribuição é fundamental para o sucesso e a qualidade do evento.

O Montanha Clube da Lousã é uma associação desportiva e recreativa de referência no concelho da Lousã, dedicada à promoção do desporto, da atividade física e do contacto com a natureza. Fundado com o objetivo de incentivar a prática desportiva em ambiente natural, o clube desenvolve diversas modalidades e atividades ligadas à montanha, ao trail running, ao pedestrianismo, ao ciclismo e a outras práticas ao ar livre. Mais do que uma associação desportiva, o Montanha Clube da Lousã é um espaço de convívio, superação e partilha, onde a paixão pelo desporto e pela natureza se unem para criar experiências únicas e memoráveis.

O Desafio LZT é um evento de Trail Running que percorre a Serra da Lousã, passando por várias aldeias do Concelho. O evento é constituído por 5 provas competitivas.

- LZT - Trail Ultra (48km 3000D+);

- LZT – Trail Longo (31km 2100D+);

- LZT – Trail Curto (20km 1100D+) – Integrado no Circuito Distrital de Trail Running- ADAC;

- LZT – Minitrail XS/caminhada (14km 700D+);

- LZT By Stages (48km+20km 4100D+).

Haverá ainda o LZT Trail Kids, uma atividade sem carácter competitivo, não sendo atribuídas classificações ou prémios de classificação, destinada a promover, junto dos mais jovens, o contacto com a natureza e os valores associados ao trail running, através de uma experiência lúdica, desportiva e de convívio.

Paralelamente ao evento haverá:

- ExpoLZT- exposição de material de desporto e produtos regionais.

2.1.1 Localizações

Secretariado: Parque Municipal de Exposições Mário Soares, Rua General Humberto Delgado

Loja LZT: Parque Municipal de Exposições Mário Soares, piso 0

Controlo 0: Palácio da Lousã Boutique Hotel, Rua Visc. de Espinhal

Partidas: Palácio da Lousã Boutique Hotel, Rua Visc. de Espinhal

Chegadas: Parque Municipal de Exposições Mário Soares, piso 0

Circuito Raposinhos: Parque Municipal de Exposições Mário Soares, piso 0

Cerimónias: Parque Municipal de Exposições Mário Soares, piso 0

2.2 Programa e horário

Sexta-feira, 5 de março de 2027

19:00 Abertura do secretariado

21:00 Encerramento do secretariado

Sábado, 6 de março de 2027

06:30 Abertura do secretariado

07:10 Controlo Trail Ultra 48km, LZT Trail Longo 31km

07:50 Briefing

08:00 Partidas LZT – Trail Longo 31km, Trail Ultra 48km e 1ª etapa By stages

10:00 - Encerramento do secretariado

15:30 Cerimónia de pódios

15:00 Levantamento dorsais loja LZT Raposinhos (Trail Kids)

16:00 Raposinhos Benjamins A

16:10 Raposinhos Benjamins B

18:00 Abertura do secretariado

18:30 Fecho de meta

20:00 - Encerramento do secretariado

Domingo, 7 de março de 2027

07:30 Abertura do secretariado

08:10 Controlo LZT Curto 20 Kms

08:45 Briefing

09:00 Partidas LZT Curto 20 Kms e 2ª etapa By stages

09:30 Controlo LZT XS 14 Kms

09:45 Encerramento do secretariado

9:50 Briefing

10:00 Partida LZT XS 14 Kms

14:00 Fecho de meta

15:00 Cerimónia de pódios

17:00 Fim do evento

2.3 Distâncias, altimetria e dificuldade FPA

Prova	Distância	Desnível positivo	Tempo máximo	Grau de dificuldade
LZT - Trail Ultra	48 km	3000 m	10h30	M
LZT – Trail Longo	31 km	2100 m	7h00	S
LZT – Trail Curto	20 km	1100 m	5h00	XS
LZT – Minitrail XS	14 km	700 m	4h00	XXS

Nota: a prova feita por etapas (by stage) também obedece aos tempos máximos definidos.

2.4 Descrição dos percursos

Os percursos do Louzantrail percorrem alguns dos locais mais emblemáticos da Serra da Lousã, atravessando aldeias serranas, levadas, ribeiras, trilhos técnicos, estradões florestais e antigos caminhos outrora utilizados pelas populações locais. Cada distância proporciona uma experiência única, combinando património natural, cultural e desportivo num território de excecional beleza.

Na edição de 2027, destaca-se o regresso da mítica prova **Ultra- LZT 48 km**, uma prova que conduzirá os participantes por alguns dos setores mais desafiantes e panorâmicos da serra, incluindo a passagem pela aldeia dos Francos, um dos locais mais genuínos e pitorescos da região, de onde se desfrutam vistas amplas sobre a paisagem serrana envolvente.

Os percursos atravessam áreas que refletem a capacidade de regeneração da Serra da Lousã após os incêndios florestais e os fenómenos meteorológicos extremos que afetaram a região nos últimos anos. Os participantes terão a oportunidade de testemunhar não só a beleza natural que caracteriza este território, mas também a sua resiliência e recuperação, numa experiência que alia desafio desportivo e contacto direto com a realidade da montanha.

As provas decorrem em percursos parcialmente abertos à circulação. Em determinados segmentos poderão existir viaturas, animais, peões, ciclistas ou outros utilizadores dos caminhos. Todos os participantes deverão respeitar as regras de trânsito aplicáveis às vias de uso público, bem como as áreas agrícolas, florestais e propriedades privadas atravessadas pelos

percursos, sendo responsáveis por quaisquer danos ou prejuízos resultantes do incumprimento destas normas.

Por motivos de segurança, proteção civil, condicionantes meteorológicas, trabalhos florestais ou quaisquer outras circunstâncias imprevistas, a organização poderá implementar percursos alternativos ou proceder à alteração dos trajetos inicialmente previstos.

A organização reserva-se ainda o direito de modificar, a qualquer momento e sem aviso prévio, o percurso das provas, bem como a localização dos postos de controlo e abastecimento, sempre que tal se revele necessário para garantir a segurança dos participantes ou o normal desenrolar do evento.

O **Trail Kids** contará com percursos adaptados às diferentes faixas etárias dos participantes, promovendo o contacto dos mais jovens com a natureza e os valores do trail running.

Para os atletas que procuram um desafio acrescido, o **LZT By Stages** consiste numa competição disputada em duas etapas, englobando a participação nas distâncias de **48 km** e **20 km**. Esta modalidade coloca à prova a capacidade de recuperação, a estratégia e a resistência dos participantes, proporcionando uma experiência ainda mais completa de descoberta da Serra da Lousã.

Nota: As distâncias e desníveis positivos apresentados são aproximados, podendo sofrer pequenas alterações decorrentes da validação final dos percursos.

2.5 Tempos limites e barreiras horárias

LZT Trail Ultra 48km				
Local	Dist. acum.	D+ acum.	Tempo de prova	Hora
Letras	± 10,6 km	1000 m	3h30	11h30
FA	± 18,5km	2015 m	5h30	13h30
Lagar Mirita	± 35km	2150 m	8h00	16h00
Meta	± 48,0 Km	3000 m	10h30	18h30

LZT Trail Longo 31Km				
Local	Dist. acum.	D+ acum.	Tempo de prova	Hora
Letras	± 10,6 km	1000 m	3h30	11h30
FA	± 18,5 km	2015 m	5h30	13h30
Meta	± 31,0 Km	2100 m	7h00	15h00

LZT Trail Curto 20Km				
Local	Dist. acum.	D+ acum.	Tempo de prova	Hora
Letras	± 10,6 km	1000 m	3h30	12h30
Meta	± 20,0 Km	1100 m	5h00	14h00

LZT XS 14Km				
Local	Dist. acum.	D+ acum.	Tempo de prova	Hora
Meta	± 14,0 Km	700 m	4h00	14h00

Para continuar em prova, o atleta tem de sair de cada posto de controlo antes do seu encerramento. Caso contrário será efetuado o barramento e o atleta deve entregar o chip. Se optar por continuar fá-lo sob a sua responsabilidade.

2.6 Metodologia de controlo de tempos

Sistema eletrónico através de chip colocado no dorsal.

2.7 Postos de controlo

O percurso será marcado pela organização. É proibido cortar caminho por atalhos.

Existem postos de controlo devidamente assinalados. O atleta deve parar para registo do dorsal e respeitar a ordem de chegada ao posto. Podem existir sistemas eletrónicos adicionais de controlo.

2.8 Locais de abastecimento

As provas são em regime semi-autossuficiente. O atleta deve transportar o necessário para concluir a prova. Os locais e a composição dos abastecimentos podem sofrer alterações. Em caso de necessidade poderão existir pontos de água naturais sinalizados.

LZT Trail Ultra 48 km
Letras: sólidos e líquidos
Forças Armadas: sólidos e líquidos
Francos: sólidos e líquidos
Lagar Mirita: sólidos e líquidos
Meta: sólidos e líquidos

LZT Trail Longo 31km
Letras: sólidos e líquidos
Forças Armadas: sólidos e líquidos
Meta: sólidos e líquidos

LZT Trail Curto 20 km
Casa do Guarda: sólidos e líquidos
Talasnal: sólidos e líquidos
Meta: sólidos e líquidos

LZT XS 14 km
Casa do Guarda: sólidos e líquidos
Meta: sólidos e líquidos

2.9 Material obrigatório

Equipamento	Ultra	Longo	Curto	XS
Dorsal	X	X	X	X
Apito	X	X	X	X
Corta-vento	X	X	X	X
Impermeável	X	R	R	R
Camisola térmica	R	R	R	R
Luvas	R	R	R	R
Copo ou caneca	R	R	R	R
Telemóvel operacional	X	X	X	X
Manta térmica 140×200cm	X	X	X	X
Reservatório de água 1 L	X	X	R	R
Frontal	X	-	-	-

X - obrigatório **R** - recomendado

**A organização não disponibiliza copos nos locais de abastecimento, cada atleta será responsável por levar o seu copo, caso entenda necessário.

O material obrigatório pode ser ajustado pela organização e comunicado com pelo menos 24 horas de antecedência se as condições climatéricas o justificarem.

2.10 Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes têm obrigatoriamente de cumprir com as regras de trânsito, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento. O atleta é responsável pelo cumprimento das regras do código de estrada.

2.11 Penalizações e desclassificações

Infração	Sanção
Agressão ou insulto a elementos da organização ou a atletas ….	Desclassificação e proibição de inscrição na edição seguinte
Troca de dorsal entre atletas ……..	Desclassificação
Abandonar a prova ……..	Desclassificação
Falta de assistência a outro atleta em dificuldades ……..	Desclassificação
Insultos à organização em redes sociais ou páginas do Louzantrail ……	Desclassificação e inibição de participação por pelo menos dois anos
Retirar sinalização do percurso. ……..	Desclassificação e proibição de inscrição na edição seguinte
Desobedecer a medidas de segurança indicadas pela organização…….	Desclassificação
Exceder o tempo limite nos postos de controlo ou na meta ……	Desclassificação
Falhar um posto de controlo ……..	Desclassificação
Atirar lixo para o chão ……..……	Desclassificação
Perda de dorsal ou chip ……..	Desclassificação
Não cumprir o percurso estabelecido ……..	Desclassificação
Dorsal não visível ……..……	Desclassificação

Falta de item de material obrigatório: Penalização de 15 minutos por item em falta.

2.12 Responsabilidades perante o atleta

A participação é voluntária e o atleta assume os riscos inerentes à modalidade, não podendo reclamar danos morais, físicos ou materiais à organização, colaboradores, autoridades,

patrocinadores ou a outros participantes. O atleta deve estar coberto por seguro desportivo, nos termos definidos.

O participante 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. A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente, de negligência, ou de roubo de objetos ou valores, de cada participante. Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de responsabilidade resultante dos atos acima descrito. A inscrição nas provas implicara a total aceitação do presente regulamento.

2.13 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.

Qualquer acidente ou incidente, que ocorra durante o decorrer do percurso é da responsabilidade dos participantes, em tudo que exceder o risco coberto pelo seguro.

Em caso de acidente, o atleta deverá comunicar a ocorrência à organização **logo que possível e, sempre que as circunstâncias o permitam, no próprio dia**, fornecendo os elementos necessários à participação do sinistro e ao acionamento do seguro aplicável.

A organização não será responsável pelo pagamento de despesas decorrentes de sinistros que não estejam abrangidos pela apólice aplicável ou cuja participação não tenha sido efetuada nos termos e prazos previstos nas respetivas condições.

2.14 Assistência médica

No caso do atleta considerar que necessita de assistência médica, deve proceder da seguinte forma:

- Solicitar apoio no posto de abastecimento;

- Solicitar assistência aos elementos da organização;

- Telefonar para os números de telefone inscritos no dorsal;

- Telefonar para o 112 (neste caso responsabiliza-se pelas despesas que os atos médicos e de transporte acarretem);

2.15 Suspensão ou anulação das provas

A organização pode cancelar o evento, sempre que entenda que a segurança dos participantes possa estar em causa. Em caso de cancelamento não existe devolução do valor da inscrição. Caso as condições climatéricas ou ambientais se verifiquem extremas, a partida pode ser atrasada no máximo de duas horas, período após o qual a prova é cancelada. As mesmas também podem ser suspensas ou anuladas por decisão das entidades oficiais tais como, Autarquia Local, Proteção Civil, GNR, MAI, ICNF, SNS etc.

3. INSCRIÇÕES

3.1 Processo de inscrição

A inscrição é realizada exclusivamente através do formulário disponível na página **https://stopandgo.net/events.** Não serão aceites outros métodos de pré-inscrição por email ou telemóvel. Ao fazer a inscrição os atletas aceitam os termos gerais do regulamento.

O levantamento do dorsal exige apresentação de documento de identificação válido.

O pedido de fatura com NIF é feito no ato da inscrição, na própria plataforma de inscrições e será enviado automaticamente por e-mail, se os dados forem corretamente inseridos (nome, morada completa e NIF). Caso não sejam inseridos dados, a fatura é emitida como 'consumidor final' e enviada automaticamente. Não serão emitidas faturas posteriormente. Após o pagamento, a organização não pode efetuar alterações às faturas emitidas.

A organização do Louzantrail reserva-se o direito de alterar, a qualquer momento, o período de inscrições inicialmente definido, podendo antecipar a data de encerramento das mesmas em função do número de participantes inscritos ou de quaisquer outras razões organizativas que o justifiquem.

3.1.1 - Atletas da edição anterior

Todos os atletas que se encontravam inscritos na edição anterior e que não tenham solicitado o reembolso da respetiva inscrição têm a sua participação garantida no Louzantrail 2027.

A inscrição será mantida na prova em que o atleta se encontrava inscrito na edição anterior, aplicando-se os percursos e as distâncias previstos para o LZT27, com exceção da prova LZT By Stages, cuja primeira etapa passa de 32 km para 48 km, mantendo-se a segunda etapa com 20 km.

Estas alterações não implicam quaisquer custos adicionais para os atletas.

As alterações de prova serão efetuadas nos termos do disposto no ponto 3.4 do presente regulamento.

Nota: A atualização dos dados é obrigatória para os atletas cuja inscrição transite automaticamente da edição anterior.

3.2 Validação

Após submeter a inscrição o atleta tem 48 horas para validar através de pagamento.

Inscrições não validadas perdem a vaga.

3.3 Valores e períodos de inscrição

Prova	Vagas	Fase 1	Fase 2	Fase 3
LZT Trail Ultra 48km	250	50€	55€	60€
LZT Trail Longo 31 km	450	30€	35€	40€
LZT Tail Curto 20 km	450	25€	30€	35€
LZT XS	250	20€	25€	30€
LZT by Stages	-	60€	65€	70€
LZT – Trail Kids	40	0,0€	0,0€	0,0€

Nota: IVA incluído à taxa de lei em vigor.

Calendário

- **Fase 1**: 1 de outubro de 2026 a 30 de novembro de 2026

- **Fase 2**: 1 de dezembro a 15 de janeiro de 2027

- **Fase 3**: 16 de janeiro a 24 de fevereiro de 2027

Atletas filiados na FPA através da ADAC tem desconto de 1,5€ no LZT curto 20 km.

A data de fecho das inscrições poderá ser antecipada, caso o número de inscritos atinja os limites definidos para as várias provas, pela organização.

Abertura oficial: 1 de outubro de 2026. Fecho de inscrições: 24 de fevereiro de 2027.

3.4 Alterações

Alterações de titular ou de prova são possíveis até 24 de fevereiro de 2027, mediante taxa de 5 euros e pedido por e-mail para louzantrail2000@gmail.com, com comprovativo de pagamento. Apenas para inscrições validadas.

Nas situações de upgrade de prova, será cobrado o pagamento do valor da diferença entre provas. Caso o atleta solicite alteração de inscrição para uma prova com uma distância inferior, o eventual valor de diferença não será restituído.

Nota: As alterações de inscrição estão sujeitas à existência de vagas disponíveis na respetiva prova.

3.5 Devoluções

No caso de o atleta solicitar o cancelamento da inscrição por motivo de lesão, doença ou falecimento de familiar, deverá contactar a organização para o email, louzantrail2000@gmail.com. Ao pedido de reembolso terá de ser anexado os dados de inscrição, atestado/comprovativo médico e IBAN.

Não se efetuam transições de inscrições para anos seguintes.

Os reembolsos serão efetuados nos seguintes períodos:

- Até 5 de fevereiro de 2027: 50% da taxa será devolvida;

- A partir de 6 de fevereiro de 2027: não haverá reembolsos.

O atleta que prestar falsas declarações terá a sua inscrição automaticamente anulada sem direito a reembolso.

3.6 Material incluído com a inscrição

- Dorsal

- Prémio Finisher

- Seguro de Acidentes Pessoais

- Mini Refeição no final

3.7 Serviços disponibilizados

- Transporte até à chegada - Em caso de desistência ou de impedimento de continuação da prova por decisão da organização, será assegurado a partir dos postos de abastecimento, estando sujeito à disponibilidade de viaturas.

- Banhos.

3.8 Dorsal solidário

Garante lugar mesmo com as inscrições esgotadas, mediante donativo mínimo de 100 euros para entidade indicada pela organização. Regras idênticas a uma inscrição normal. Limite indicativo de 40 dorsais. Pedido até 24 de fevereiro de 2027 por e-mail.

4. PRÉMIOS

4.1 Categorias e pódios

Local das cerimónias: Parque Municipal de Exposições Mário Soares, Rua General Humberto Delgado.

Os atletas que completem as provas recebem prémio Finisher, no final da prova.

Os prémios devem ser levantados na cerimónia de pódios.

No que diz respeito à classificação geral serão atribuídos troféus.

Os escalões etários são definidos de acordo com o Regulamento de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo (FPA). No presente evento, apenas serão atribuídos troféus aos escalões indicados na tabela abaixo.

No entanto, na prova de Trail Curto (20 km), integrada no Circuito Distrital de Trail Running da ADAC, a atribuição de troféus será efetuada de acordo com todos os escalões previstos no Regulamento de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo em vigor.

Prémios		By Stage 48km+20km	48km	31km	14km
Geral	1º,2º,3º	X	X	X	X
Sub-20 **16 aos 19 anos**	1º,2º,3º	-	-	-	X
Sub-23 **20 aos 22 anos**	1º,2º,3º	-	X	X	X
Séniores **23 aos 39 anos**	1º,2º,3º	-	X	X	X
M/F 40 **40 aos 49 anos**	1º,2º,3º	-	X	X	X
M/F 50 **50 aos 59 anos**	1º,2º,3º	-	X	X	X
M/F 60 **60 aos 69 anos**	1º,2º,3º	-	X	X	X
M/F 70 **+ 70 anos**	1º,2º,3º	-	X	X	X

Na classificação coletiva serão atribuídos prémios nas categorias **Masculina** e **Feminina**.

Para efeitos de classificação coletiva, serão considerados os **três primeiros atletas de cada equipa na classificação geral**. A cada atleta será atribuído um número de pontos correspondente ao seu lugar na classificação geral, ou seja, o 1.º classificado obterá 1 ponto, o 2.º classificado 2 pontos, e assim sucessivamente.

A classificação final de cada equipa será determinada pela **soma dos pontos obtidos pelos seus três primeiros atletas**, sendo vencedora a equipa que obtiver o **menor número de pontos**.

Em caso de empate entre duas ou mais equipas, será vencedora a equipa cujo **terceiro atleta a completar a prova** tenha cruzado a linha de meta em primeiro lugar.

5. CEDÊNCIA DE IMAGEM E PROTEÇÃO DE DADOS

5.1 Cedência 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 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.

5.2 Proteção de dados

Todo o participante, ao formalizar a sua inscrição, autoriza a publicação dos seus dados pessoais necessários ao desenrolar da prova, seja nas listas oficiais, em meios de comunicação ou internet, assim como, o seu uso para envio de informação relativa ao evento, incluindo posteriores edições. Igualmente autoriza que as imagens recolhidas (fotografia ou vídeo) possam ser utilizadas de forma intemporal em qualquer ação publicitária e ações que promovam ou divulguem o evento. Cada participante é responsável pela veracidade dos dados fornecidos na sua inscrição.

Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para louzantrail2000@gmail.com.

6. INFORMAÇÕES

6.1 Eco-responsabilidade

Não abandonar lixo. Utilizar contentores próprios. Respeitar flora e fauna. Seguir o percurso balizado sem atalhos. A organização privilegia materiais reutilizáveis ou recicláveis e efetua recolha seletiva. A limpeza do percurso realiza-se após a passagem do último atleta. Comunicação preferencialmente em suporte eletrónico.

6.2 Casos omissos

A entidade organizadora reserva-se o direito de alterar, atualizar ou complementar o presente regulamento até à data do evento, sempre que tal se justifique. As alterações serão comunicadas aos participantes, de forma atempada, através dos canais oficiais da organização, sempre que possível. Em situações urgentes, nomeadamente por motivos de segurança, a organização poderá implementar de imediato as alterações necessárias, comunicando-as aos participantes logo que possível.

A realização da inscrição implica a aceitação integral do presente regulamento, incluindo eventuais alterações que venham a ser introduzidas nos termos acima previstos.

Os casos omissos neste regulamento, serão resolvidos pela organização, de cuja decisão não haverá recurso.

6.3 Reclamações

As reclamações devem ser apresentadas por escrito no próprio dia do evento.

A decisão é comunicada por e-mail até três dias úteis após a análise.

CERTIFICAÇÃO

HOMOLOGAÇÃO DE PROVAS DE ATLETISMO FORA DE PISTA

Certifica-se que o evento **Louzantrail 2027** está em conformidade com o Regulamento de Homologação de Provas de Atletismo Fora de Pista.

A Federação Portuguesa de Atletismo delega na Associação Regional da área geográfica do evento, a obrigatoriedade de fazer cumprir os procedimentos regulamentados.

EVENTO

EVENTO
Louzantrail 2027

DATA
6 de março de 2027

ORGANIZADOR
MONTANHA CLUBE

LOCAL
Lousã, Coimbra

ASSOCIAÇÃO REGIONAL
Associação Distrital de Atletismo de Coimbra

PROVA LABEL

PROVAS HOMOLOGADAS (5)

#	PROVA	DISTÂNCIA
1	LZT – Trail Ultra 48 km	**48 km**
2	LZT – Trail Longo 31 km	**31 km**
3	LZT – Trail Curto 20km	**20 km**
4	LZT – Minitrail XS 14 km	**14 km**
5	LZT By Stages 48km+20km	**68 km**

FEDERAÇÃO PORTUGUESA ATLETISMO

Federação Portuguesa de Atletismo,
12 de outubro de 2026

Domingos Castro
Presidente da Federação Portuguesa de Atletismo

www.fpatletismo.pt
ipdj PUMA CA Crédito Agrícola Vitalis bp Auchan