



2º Circuito Escolinha Nem o Céu é o Limite Regulamento

Este regulamento rege o 2º Circuito de Trail Escolinha Nem o Céu é o Limite.

O circuito é destinado as crianças nos escalões sub10, sub12, sub14, sub16 e sub20, sendo composto por quatro etapas.

Este circuito integra o Campeonato Regional de Trail Jovem (CRTJ-VC) de Viana do Castelo na época 2025/2026 exceto o escalão sub10.

1. OBJETIVO DO CIRCUITO

O objetivo do Circuito de Trail Kids Nem o Céu é o Limite é incentivar a prática desportiva ao ar livre, promovendo o bem-estar, o desenvolvimento físico e a socialização entre crianças, respeitando sempre as orientações de segurança estabelecidas.

2. ETAPAS DO CIRCUITO

1. DEM – 23/11/2025
2. SANTA LUZIA – 15/02/2026
3. MONTARIA – 10/05/2026
4. SAMONDE – 19/07/2026

2. ESCALÕES ETÁRIOS

A distribuição etária dos escalões será a seguinte:

- **Escalão sub 10:** Crianças até aos 9 anos inclusive.
- **Escalão sub 12:** Crianças entre os 10 e os 11 anos, inclusive.
- **Escalão sub14:** Crianças entre os 12 e os 13 anos, inclusive.
- **Escalão sub 16:** Crianças entre os 14 e os 15 anos, inclusive.
- **Escalão sub 18:** Crianças entre os 16 e os 17 anos, inclusive.
- **Escalão sub 20:** Crianças entre os 18 e os 19 anos, inclusive.

Nota sobre escalões: Para definir o escalão da criança, será considerada a idade que esta terá no dia 30 de setembro 2026 (data de término da época desportiva). Ou seja, se uma criança tiver 9 anos no início do circuito, mas completar 10 anos ao longo da época desportiva, ela deverá participar no escalão dos sub12. Esta regra é válida para todos os escalões.

3. ESTRUTURA E CARACTERÍSTICAS DAS ETAPAS

Cada uma das quatro etapas do circuito será organizada com distâncias e níveis de dificuldade específicos para cada escalão etário. Cada etapa integrará duas provas por cada escalão, divididas por sexo masculino e feminino.

Distâncias e Tipologia de Percursos:

- **Escalão sub10:** entre 500 e 800 metros, percurso de baixa dificuldade, adequado a crianças mais novas.
 - **Escalão sub12:** Entre 2000 e 2500 metros, percurso com variações moderadas de terreno, adaptadas às capacidades do grupo etário.
 - **Escalão sub14:** Entre 3000 e 3500 metros, percursos com inclinações e desafios técnicos moderados, adaptadas às capacidades do grupo etário.
 - **Escalão sub16:** Entre 4000 e 4500 metros, percursos com inclinações e desafios técnicos moderados, adaptadas às capacidades do grupo etário.
 - **Escalão sub18:** Entre 5000 e 5500 metros, percursos com inclinações e desafios técnicos moderados, adaptadas às capacidades do grupo etário.
 - **Escalão sub20:** Entre 6000 e 7000 metros, percursos com inclinações e desafios técnicos moderados, adaptadas às capacidades do grupo etário.
-
- **Marcação do Percorso:** Os percursos estarão bem demarcados, com a presença de sinalização e pessoal de apoio em pontos estratégicos.
 - **Assistência e Segurança:** Haverá monitores e socorristas ao longo dos percursos para garantir a segurança dos participantes. Será necessário que os responsáveis acompanhem as crianças até ao local de prova, permanecendo na zona destinada aos acompanhantes.

4. PARTICIPAÇÃO NO CIRCUITO E REQUISITOS DE CLASSIFICAÇÃO

- Etapas completadas para fechar o Circuito: Para constar na classificação final do circuito, o participante deve completar um mínimo de três das quatro etapas.
- Campeonato Nem o Céu é o Limite: a 4ª etapa do circuito contará para o campeonato regional e pontuará também para o Super Atleta Completo da época 2025/2026.
- Todas as etapas do circuito pontuam para o CRTJ-VC (exceto o escalão sub10), o acompanhamento da classificação para o campeonato deve ser feito através da AAVC.
- Pontuação por etapa: Cada prova atribuirá pontos consoante a posição de chegada de cada participante:
 - 1.º lugar: 1 ponto
 - 2.º lugar: 2 pontos
 - 3.º lugar: 3 pontos
 - sucessivamente até ao último lugar



- **Classificação Final:** Para a classificação final, serão contabilizados os pontos das três melhores provas de cada participante, com base na sua posição no respetivo escalão etário. Serão ordenados por ordem crescente de pontos, ou seja, ganha quem tiver a menor pontuação.

- **Critério de Desempate:** Em caso de empate, será considerado o melhor lugar obtido pelo participante numa das provas. Em caso de novo empate, será considerado o 2º melhor lugar e assim sucessivamente até apurar o escolhido.

5. INSCRIÇÕES

- As inscrições devem ser realizadas antecipadamente na plataforma oficial da Federação Portuguesa de Atletismo, através do link <https://fpacompeticoes.pt/5238/inscrever>. Para as diferentes provas, na inscrição, os atletas têm de manter obrigatoriamente o nome de competição.

- **Prazos:** As inscrições para cada etapa encerram na quinta-feira anterior ao dia da prova, as 23h59.

- **Custo:** As inscrições são gratuitas para todos os participantes, em linha com a missão de promover o desporto inclusivo.

Pedimos apenas bens de higiene pessoal para crianças, roupas ou brinquedos para doar a instituição selecionada dentro da nossa comunidade.

6. EQUIPAMENTO E NORMAS DE PARTICIPAÇÃO

- **Equipamento:** Os participantes devem usar calçado apropriado para trail e vestuário confortável e seguro.

- **Conduta:** Não será permitido comportamento antidesportivo. A organização reserva-se o direito de desclassificar qualquer participante que comprometa a segurança e o respeito entre os competidores.

- **Supervisão dos Responsáveis:** Crianças dos escalões sub10 e sub12 anos devem ser acompanhadas por um responsável, que deverá permanecer nas áreas reservadas para acompanhantes e familiares.

7. PRÉMIOS E RECONHECIMENTOS

- **Certificado de Participação:** Todos os participantes que completarem pelo menos três provas receberão um certificado de participação no circuito.

- **Prémios:** Haverá prémios para os três primeiros classificados em cada escalão na classificação final do circuito, e uma medalha de participação para todos os que terminarem cada prova.

8. LEVANTAMENTO DOS DORSAIS

O levantamento dos dorsais acontecerá no local da prova em Dem, freguesia Caminha junto à Capela de Nossa Senhora das Neves no horário das 8h00 às 10h00.

LOCAL: <https://maps.app.goo.gl/g6ENt48SizFp33kL8>



9. HORÁRIOS DAS PROVAS:

As provas iniciarão às 10h00 com o arranque da prova do Escalão sub20. Todas as provas dos restantes escalões arrancarão em sequência após o término da prova anterior, na ordem por escalão sub20, sub18, sub16, sub14 e sub12. Em exceção, a prova do escalão sub10 será realizada no intermédio da prova dos sub20, com horário de partida às 10h15.

10. CANCELAMENTO E ALTERAÇÕES NO PERCURSO

- **Cancelamento ou Adiamento:** Em caso de condições meteorológicas adversas ou outro fator de risco, a organização pode cancelar ou adiar a etapa, comunicando antecipadamente aos inscritos.
- **Alterações no Percurso:** A organização poderá ajustar o percurso, horário ou demais aspetos logísticos das provas para assegurar a segurança dos participantes.

11. DISPOSIÇÕES FINAIS

- A inscrição e participação neste circuito implicam a aceitação integral deste regulamento.
- A organização reserva-se o direito de ajustar ou esclarecer quaisquer aspetos omissos neste regulamento em conformidade com o objetivo do circuito.
- Todas as crianças e respetivos responsáveis são convidados a contribuir para um ambiente seguro e saudável, colaborando com a organização na execução das normas de segurança e conduta.
- Para qualquer informação adicional consulte as nossas redes digitais e SIGA-NOS!

FACEBOOK: ESCOLINHA NEM O CEU É O LIMITE

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100091186040491>

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100091349654034>

INSTAGRAM: @escolinhanc1

<https://www.instagram.com/escolinhanc1/>

EMAIL: escolinhanc1@gmail.com

Este regulamento visa garantir um ambiente saudável e seguro para todas as crianças envolvidas no Circuito, respeitando as suas capacidades e proporcionando uma experiência desportiva positiva.

A Direção

Escolinha Nem o Céu é o Limite