

2019 / 2020



ASSOCIAÇÃO DE TRAIL RUNNING DE PORTUGAL

CIRCUITOS  
**NACIONAIS** de  
**TRAIL**  **L**

**TRAIL**

**TRAIL ULTRA**

**TRAIL ULTRA ENDURANCE**



A ATRP reserva-se ao direito de alterar este documento em caso de não cumprimento de critérios de integração, ou de alterações substanciais nas provas certificadas, comprometendo-se a comunicar com antecedência essas eventuais alterações.

As datas e distâncias, são da inteira responsabilidade das entidades organizadoras, cabendo aos atletas certificarem-se junto daquelas sobre a exatidão das informações que constam neste calendário.

# CIRCUITO NACIONAL DE TRAIL . 2019/20

ZONA	EVENTO	KM	DIA	MÊS	SÉRIE
Norte	Trail Amigos da Montanha	32	16	Novembro	100
Sul	Trail Iberlince	25	17	Novembro	100
Açores	EPIC 30	30	06	Dezembro	100
Centro	Desafio Picos do Açor	32	15	Dezembro	<b>150</b>
Madeira	Trail da Boaventura	26	12	Janeiro	<b>150</b>
Centro	Vouga Trail	25	12	Janeiro	100
Sul	Trilho dos Reis	25	12	Janeiro	100
Centro	Trilho dos Abutres	30	01	Fevereiro	100
Açores	Columbus Trail	23	01	Fevereiro	100
Norte	Trail Santa Iria	38	02	Fevereiro	100
Centro	Proença Cross Trail	23	08	Fevereiro	<b>150</b>
Madeira	Trail de Porto Moniz	25	09	Fevereiro	<b>150</b>
Norte	Santo Thyrso Ultra Trail	28	16	Fevereiro	100
Centro	Poiares Trail	32	23	Fevereiro	<b>150</b>
Centro	Trail Conimbriga Sicó	25	29	Fevereiro	100
Centro	LouzanTrail	29	08	Março	100
Norte	Fafe Trail Run	33	08	Março	<b>150</b>
Centro	Trail do Zêzere	30	14	Março	100
Norte	Trilhos do Paleozóico	23	15	Março	100
Sul	Sharish Monsaraz	25	22	Março	<b>150</b>
Centro	Corvus Trail	30	22	Março	100
Norte	Trail do Marão	27	29	Março	100
Centro	Piódão Trail Running	25	04	Abril	100
Centro	Trilhos do Almourol	40	05	Abril	<b>150</b>
Centro	Trilho das Dores	27	11	Abril	100
Norte	Ultra Trail Geira Romana	18	19	Abril	100
Madeira	Madeira Island Ultra Trail	42	25	Abril	100
Norte	Trans Peneda Gerês	27	01	Mai	100
Norte	Ultra Trail Vila Nova Cerveira	22	04	Mai	100
Centro	Ultra Trail da Gardunha	25	04	Mai	100
Açores	Costa a Costa	42	09	Mai	<b>150</b>
Norte	Trail Erdal Urgezes Solidario	26	10	Mai	100
Sul	Ultra Trail São Mamede	23	16	Mai	100
Sul	Ultra Trail Serra Monchique	28	17	Mai	100
Norte	Melgaço Alvarinho Trail	29	24	Mai	100
Centro	NAC Trail	30	24	Mai	100
Norte	Trail da Raposa	33	30	Mai	<b>150</b>
Sul	Trail Ponte de Sôr	25	31	Mai	100

# CIRCUITO NACIONAL DE TRAIL . 2019/20

ZONA	EVENTO	KM	DIA	MÊS	SÉRIE
Centro	Trail da Truta	24	31	Maio	100
Sul	Ultra Trail de Sesimbra	22	07	Junho	<b>150</b>
Centro	Oh Meu Deus	20	13	Junho	100
Norte	Serra Amarela Marathon	23	14	Junho	<b>150</b>
Açores	Ecological Azores	21	21	Junho	100
Norte	Trilhos da Aboboreira	30	21	Junho	100
Centro	Ultra Trail Serra da Freita	26	27	Junho	100
Sul	Sintra Extreme	31	05	Julho	<b>150</b>
Madeira	Trail Porto da Cruz	25	19	Julho	100
Centro	Limestone Ultra Trail	28	25	Julho	100
Norte	Trail Santa Justa	30	26	Julho	<b>150</b>
Sul	Ultra Trail Santa Cruz	22	01	Agosto	100
Sul	Ultra Trail Rocha da Pena	24	08	Agosto	100
Centro	Torres Novas Night Trail	30	28	Agosto	100
	<b>Campeonato Nacional de Trail</b>		<b>06</b>	<b>Setembro</b>	
Norte	Trail da Trofa	35	13	Setembro	100
Sul	Vimeiro Trail Run	30	13	Setembro	<b>150</b>
Centro	Coimbra Trail	26	20	Setembro	100
Norte	Grande Trail Serra D'Arga	37	27	Setembro	<b>150</b>
Açores	Trail Da Vinha à Montanha	30	02	Outubro	100
Açores	Trail Das Fajãs	30	03	Outubro	<b>150</b>
Centro	Abrantes	25	16	Outubro	100
Sul	Dura Trail	32	24	Outubro	<b>150</b>
Centro	Estrela Açor	22	24	Outubro	100
Norte	Afife Running Trail	23	25	Outubro	100
Centro	Viseu Trail Running	35	25	Outubro	100



C.N. - CAMPEONATO NACIONAL

Data e local a anunciar.

# CIRCUITO NACIONAL DE TRAIL ULTRA . 2019/20

ZONA	EVENTO	KM	DIA	MÊS	SÉRIE
Centro	Trail do Centro Penacova	43	10	Novembro	100
Norte	Trail Amigos da Montanha	69	16	Novembro	100
Sul	Trail Iberlince	50	17	Novembro	100
Açores	EPIC 60	60	06	Dezembro	100
Centro	Vouga Trail	47	12	Janeiro	100
Sul	Trilho dos Reis	45	12	Janeiro	<b>150</b>
Centro	Trilho dos Abutres (CNTU)	55	01	Fevereiro	<b>150</b>
Açores	Columbus Trail	43	01	Fevereiro	100
Centro	Proença Cross Trail	48	08	Fevereiro	100
Madeira	Trail de Porto Moniz	47	09	Fevereiro	100
Norte	Santo Thyrso Ultra Trail	50	16	Fevereiro	100
Centro	Trail Conimbriga Sicó	57	29	Fevereiro	100
Centro	LouzanTrail	44	08	Março	100
Centro	Trail do Zêzere	50	14	Março	<b>150</b>
Norte	Trilhos do Paleozóico	48	15	Março	<b>150</b>
Sul	Sharish Monsaraz	50	22	Março	100
Norte	Ultra Trail do Marão	55	28	Março	100
Centro	Piódão Trail Running	55	04	Abril	<b>150</b>
Norte	Ultra Trail Geira Romana	50	19	Abril	100
Norte	Trail Santa Luzia	50	19	Abril	100
Madeira	Madeira Island Ultra Trail	85	25	Abril	100
Norte	Trans Peneda Gerês	43	02	Maio	100
Norte	Ultra Trail Vila Nova Cerveira	52	02	Maio	<b>150</b>
Centro	Ultra Trail da Gardunha	51	02	Maio	100
Açores	Blue Island Trail	65	09	Maio	<b>150</b>
Norte	Trail Bem Viver	50	10	Maio	100
Sul	Ultra Trail São Mamede	43	16	Maio	100
Sul	Ultra Trail Serra Monchique	45	17	Maio	100
Norte	Melgaço Alvarinho Trail	48	24	Maio	<b>150</b>
Norte	Trail da Raposa	47	30	Maio	100
Centro	Trail da Truta	47	31	Maio	100
Sul	Ultra Trail de Sesimbra	45	07	Junho	100
Centro	Trilhos São Barnabé	45	13	Junho	100
Centro	Oh Meu Deus	50	13	Junho	100
Norte	Serra Amarela Marathon	48	14	Junho	100
Açores	Ecological Azores	50	21	Junho	100
Centro	Ultra Trail Serra da Freita	65	27	Junho	100



C.N. - CAMPEONATO NACIONAL

# CIRCUITO NACIONAL DE TRAIL ULTRA . 2019/20

ZONA	EVENTO	KM	DIA	MÊS	SÉRIE
Centro	Limestone Ultra Trail	82	25	Julho	<b>150</b>
Madeira	Trail Porto da Cruz	48	25	Julho	<b>150</b>
Sul	Ultra Trail Santa Cruz	43	01	Agosto	100
Sul	Ultra Trail Rocha da Pena	55	08	Agosto	<b>150</b>
Centro	Coimbra Trail	43	27	Setembro	<b>150</b>
Norte	Grande Trail Serra D'Arga	55	27	Setembro	<b>150</b>
Açores	Trail dos Volcões	43	04	Outubro	100
Centro	Abrantes	50	16	Outubro	100
Centro	Estrela Açor	45	24	Outubro	100
Sul	Dura Trail	45	24	Outubro	100
Norte	Afife Running Trail	46	25	Outubro	100

# CIRCUITO NACIONAL DE TRAIL ULTRA ENDURANCE . 2019/20

ZONA	EVENTO	KM	DIA	MÊS	SÉRIE
Norte	Trail Amigos da Montanha	101	16	Novembro	100
Açores	EPIC 120	110	06	Dezembro	<b>150</b>
Centro	Trail Conimbriga Sicó	111	29	Fevereiro	<b>150</b>
Norte	Ultra Trail do Marão	105	28	Março	100
Madeira	Madeira Island Ultra Trail	115	25	Abril	<b>150</b>
Norte	Trans Peneda Gerês	115	01	Maio	100
Açores	Grande Rota dos Baleeiros	118	08	Maio	100
Sul	Ultra Trail São Mamede (CNTUE)	110	16	Maio	<b>150</b>
Centro	Oh Meu Deus	100	13	Junho	100
Centro	Ultra Trail Serra da Freita	100	27	Junho	<b>150</b>
Sul	Ultra Trail Rocha da Pena	100	08	Agosto	100
Açores	Azores Triangle Adventure	100	07	Outubro	100
Centro	Abrantes	100	16	Outubro	100
Centro	Estrela Açor	100	24	Outubro	100



C.N. - CAMPEONATO NACIONAL

CIRCUITOS  
NACIONAIS

2019 / 2020



**PROVA**  
**CERTIFICADA**



[www.atrp.pt](http://www.atrp.pt)

[my.atrp.pt](http://my.atrp.pt)