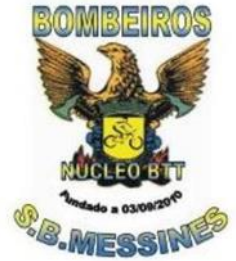




## Bombeiros voluntários de S.B. Messines Grupo cultura e desporto



### **REGULAMENTO DO 4º TRAILL RUNING BOMBEIROS DE MESSINES TRILHOS DO REMEXIDO**

#### **DESCRIÇÃO**

O "4º TRAILL RUNING BOMBEIROS DE MESSINES" é um evento desportivo organizado pelo grupo de cultura e desporto dos bombeiros voluntários de S.B. Messines com o objetivo de angariar verba para o bom funcionamento da corporação e ao mesmo tempo promover o desporto na região.

Esta corrida/caminhada, de âmbito popular, é aberta a participantes de ritmos moderados ou principiantes, bem como a participantes que procuram uma corrida rápida para conseguir uma boa marca pessoal, mas que em comum partilham o gosto pela corrida e procuram modelos de prática desportiva saudável.

Teremos ainda uma caminhada para quem simplesmente queira fazer uma belíssima caminhada pelas maravilhosas paisagens da nossa Vila.

#### **DISTÂNCIA DO PERCURSO E HORÁRIO**

- A prova é composta por dois níveis de dificuldade, um com 10Km e outro com a distância de 30km ambos de dificuldade média.
- A caminhada será feita na retaguarda dos participantes da corrida no trilho dos 10Km, esta é adequada a quem simplesmente quer disfrutar da maravilhosa paisagem da nossa vila requerendo alguma preparação física.
- A partida será dada às 09 horas na Avenida João de Deus em frente a quartel dos bombeiros, o final da prova é no mesmo local da partida
- O secretariado está aberto no dia anterior a prova entre as 13h e as 19h e ainda no dia da prova entre as 06h30m e as 08h30m nos bombeiros de S.B. Messines.
- Em caso de desistência o atleta deve aguardar junto dos locais de abastecimento ou telefonar para um dos números de emergência que se encontram no dorsal, não abandonar o trilho.



## Bombeiros voluntários de S.B. Messines Grupo cultura e desporto



### INSCRIÇÕES

- A prova é de cariz popular e podem participar atletas de ambos os sexos, que gozem de boa saúde, em representação de coletividades, organizações populares, grupos desportivos de empresas, outros organismos e pessoas individuais. As inscrições serão limitadas a 400 atletas.
  - As inscrições podem ser efetuadas online no site, <http://acorrer.pt>
  - Os pagamentos serão efetuados através de referencia multibanco gerada no ato da inscrição, o recibo do multibanco serve como prova de pagamento.
  - Só são consideradas validas as inscrições pagas até as 24 h do dia 22 de Fevereiro
  - Os brindes para as inscrições feitas no dia da prova são limitados.
  - A participação na prova tem o custo de 12€ por participante ou 17€ com almoço.
  - Os acompanhantes pagam 5€ cada para almoço.
  - Os participantes na caminhada não e necessário a inscrição, simplesmente devem reservar a refeição no secretariado se assim desejarem.

### PARTICIPAÇÃO

A prova pode ser feita a correr ou a caminhar e é aberta a participantes do sexo feminino e masculino.

Será atribuída classificação todos os participantes das provas.

Todos os atletas devem ter plena consciência da sua aptidão física

A participação de atletas com menos de 18 anos de idade está sujeita à entrega de um termo de responsabilidade por parte dos pais ou encarregados de educação no ato de inscrição ou no momento de levantamento do dorsal de participação, estando o mesmo disponível como Anexo a este regulamento e no site de inscrição.



## Bombeiros voluntários de S.B. Messines Grupo cultura e desporto



### **IDENTIFICAÇÃO INDIVIDUAL**

Todos (as) os (as) atletas, até final da prova, deverão vestir roupa adequado a prática de desporto ou a T-shirt técnica e o dorsal fornecido pela organização.

### **CRONOMETRAGEM**

A cronometragem eletrónica das corridas de 10 km e 30 km será publicado no site [ACORRER.PT/CLASSIFICACOES.NET](http://ACORRER.PT/CLASSIFICACOES.NET) e é efetuada através de chip, A organização responsabiliza-se pela recolha do chip no funil de chegada.

### **ABASTECIMENTO**

A organização garantirá o abastecimento de líquidos e sólidos ao longo do percurso, (5 pontos de abastecimento líquidos e sólidos).

### **BANHOS**

A organização providencia as condições para que os atletas tomem um duche no final da prova.  
Os atletas deverão ser portadores de seus utensílios para a própria higiene pessoal

### **SEGUROS**

Todos os participantes estão cobertos por um seguro de acidentes pessoal.

Os participantes terão de pagar as despesas de tratamentos pré-hospitalares e hospitalares, sendo o mesmo posteriormente restituído pela seguradora mediante apresentação das faturas das despesas.

### **DISPOSITIVO DE SEGURANÇA E TRÂNSITO**

A GNR em sintonia com a organização garante a segurança do evento e orientação do trânsito de acordo com o regulamento do código da estrada.

### **DISPOSITIVO DE ASSISTÊNCIA PARAMÉDICA**

Os Bombeiros Voluntários de S.B. Messines asseguram o socorro no respetivo evento.



## Bombeiros voluntários de S.B. Messines Grupo cultura e desporto



### **DIVERSOS**

A organização aconselha todos os atletas participantes a efetuarem um exame médico antes da prova. Da sua aptidão física serão responsáveis os Clubes ou entidades que procederem à sua inscrição, os próprios atletas ou pais ou encarregados de educação dos menores de 18 anos de idade.

Todos os casos omissos serão da responsabilidade do participante.

### **Condições de participação**

#### **Para atletas maiores de 18 anos**

Ao efetuar a minha inscrição aceito e concordo com as seguintes condições de participação, Pelo presente, aceito os riscos de participar no "4º TRAILL RUNING BOMBEIROS DE MESSINES".

#### **Para atletas menores de 18 anos**

Para menores de dezoito (18) anos de idade, o pai/mãe ou responsável legal aceita e concorda com as condições descritas no Paragrafo anterior, confirmando que tem a capacidade jurídica e a autoridade para agir em nome do menor inscrito.

Para o efeito vai assinar termo de responsabilidade anexo que deverá ser entregue à organização para efeitos de levantamento do dorsal de participação.

A organização

S.B. Messines 19 de outubro de 2017



## Bombeiros voluntários de S.B. Messines Grupo cultura e desporto



### Declaração

Eu, \_\_\_\_\_, Portador do Bilhete de Identidade/cartão de cidadão nº \_\_\_\_\_, emitido pelo Arquivo de Identificação de \_\_\_\_\_ em \_\_\_ - \_\_\_ - \_\_\_, declaro para todos os efeitos que autorizo o meu filho (educando) \_\_\_\_\_, portador do Bilhete de Identidade / Cartão de Cidadão nº \_\_\_\_\_, emitido pelo Arquivo de identificação de \_\_\_\_\_, em \_\_\_ - \_\_\_ - \_\_\_, a participar na Prova "4º TRAILL RUNNING dos Bombeiros Voluntários de S.B. Messines" a realizar no próximo dia 25 de Fevereiro de 2018 e que a sua participação é efetuada por livre vontade do participante.

Mais declaro assumir integralmente a responsabilidade pelos riscos inerentes à sua participação.

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2018

\_\_\_\_\_  
(Assinatura do Pai/Mãe/Tutor Legal)

(assinatura conforme documento de identificação)