



1º Trail em Abela

REGULAMENTO

Descrição / Organização

O 1º Trail em Abela é um evento organizado pelo Sporting Futebol Clube Abelense e tem como principal propósito percorrer trilhos e caminhos do concelho de Santiago do Cacém e freguesia de Abela.

1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

Para participação nas 2 componentes do evento, a Organização alerta que este tipo de eventos requerem uma preparação física e psicológica, pelo que apenas deve participar quem reúna as condições necessárias, não se responsabilizando a Organização pela saúde e integridade física dos participantes.

É sempre aconselhável a realização de exames médicos para atestar que estão reunidas todas as condições para a participação.

Para a segurança de todos, não será permitida a participação de atletas em bicicletas, acompanhados por animais, skates, patins, carrinhos de bebés e/ou cadeira de rodas.

2. ORGANIZAÇÃO

O Sporting Futebol Clube Abelense como associação organizadora de eventos desportivos tem os seguintes objectivos para este trail:

- Promover, estimular e incentivar a prática desportiva, desporto não poluente, saudável e como instrumento desportivo;
- Promover a igualdade de género e incentivar os jovens a praticar este tipo de desporto;
- Promover contacto com a natureza.



1º Trail em Abela

3.1. Data e local do Evento

O evento realiza-se no dia 27 de Maio de 2018 (domingo), com início às 9:00 horas com partida da Sede do Sporting Futebol Clube Abelense

3.2. Percursos:

- Trail com cerca de 25km;
- Caminhada com cerca de 12,5km.

3.3. Duração dos Percursos:

O trail com cerca de 25 km, terá uma duração máxima de 03:00 horas terminando às 12:00 horas. A caminhada com cerca de 12,5 km, terá uma duração de 02:30 horas terminando às 11:30 horas.

3.4. Competição

A competição é aberta à participação de atletas federados e não federados, em representação de clubes ou individualmente.

3.5. Escalões etários de competição

Trail de 25km e caminhada de 12,5km

Escalão Ano de Nascimento / Idade – Masculinos e Femininos

Trail de 25km		
Masculino	18 – 23 Anos	Sub 23
Masculino	23 – 39 Anos	Séniore
Masculino	40 – 54 Anos	M40
Masculino	55 – 59 Anos	M55
Masculino	60 mais	M60



1º Trail em Abela

Trail de 25km		
Feminino	18 – 23 Anos	Sub 23
Feminino	23 – 39 Anos	Séniiores
Feminino	40 – 54 Anos	M40
Feminino	55 – 59 Anos	M55
Feminino	60 mais	M60

- Escalão único de participação;
- Não aconselhável a menores de 10 anos.

4. Inscrições e Prazos

As inscrições para o trail ou caminhada terminam a 20 de Maio de 2018, incluindo os pagamentos por transferência bancária ou numerário.

As inscrições são feitas através do site www.acorrer.pt ou na sede do Sporting Futebol Clube Abelense.

5. Valores

Trail	12€
Caminhada	7€
Almoço	7€

5.1 Consideram-se válidas as inscrições após pagamento e constatadas na lista de confirmados.

6. Limites de Inscrições

Limite de inscrições para o trail e caminhada: 200 participantes;



1º Trail em Abela

As inscrições terminam a 20 de Maio de 2018, incluindo o pagamento ou quando for atingido o limite definido.

6.1 Classificações

Será elaborada a classificação e posteriormente divulgada no facebook do Sporting Futebol Clube, de acordo com os escalões definidos.

Serão desclassificados todos os atletas que não se apresentem à chamada no início da prova, que recebam apoio durante a mesma, que alterem o percurso em seu benefício, que prejudiquem o normal desenvolvimento da prova demonstrando falta de ética desportiva, ou não mantenham o dorsal visível durante a prova de forma a facilitar o controlo ao longo da mesma.

Serão atribuídos troféus:

- Aos 3 primeiros da classificação da geral, Masculinos e Femininos.

7. Idades

No trail e corrida só é permitida a participação a atletas com idade superior ou e igual 18 anos.

Na caminhada não existe limite de idade, apenas sugerimos a não participação a menores de 10 anos.

8. Kit do Atleta

O Kit do Atleta: frontal e Lembranças.

9. Dorsal da Prova

A utilização do dorsal é obrigatória no Trail e Corrida.

O dorsal deve ser colocado na parte frontal da t-shirt ou num cinto próprio, sendo pessoal e intransmissível.

A organização desqualificará todos os atletas que:

- Não tenham o dorsal colocado;



1º Trail em Abela

- Utilizem o dorsal de outro atleta;
- Atletas sem dorsal da prova não serão autorizados a circular no percurso.

10. Programa Geral

10.1. Dia 27 de Maio secretariado:

- 07:00h - Abertura do Secretariado da prova;
- 08:30 – Fecho do Secretariado da prova;
- 09:00 – Briefing
- 09:10 – Partida do Trail;
- 09:15 – Partida da Caminhada.

11. Abastecimentos

- No trail haverá 2 abastecimentos líquidos.
- Na caminhada haverá 1 abastecimento líquido.

12. Condições do Percurso

A organização compromete-se a escolher sempre as melhores vias possíveis, de modo a não colocar em risco os participantes, não se responsabilizando, todavia, pelas condições do piso ou pelos defeitos/obstáculos apresentados no trajeto da prova.

13. Comportamentos Antidesportivos

A Organização considera como comportamentos antidesportivos e desqualificará qualquer atleta que:

- Falsifique qualquer elemento relativo à sua inscrição;
- Não se apresente no local da partida, com o dorsal da prova colocado;
- Manifeste mau estado físico;



1º Trail em Abela

- Não cumpra o percurso na sua totalidade;
- Não respeite as instruções da organização;
- Manifeste comportamento antidesportivo (por exemplo: empurrões, obstruções que prejudiquem de forma intencional os outros atletas);
- Não respeite os restantes atletas.

14. Segurança e Assistência Médica

- Haverá uma Ambulância, para prestar os primeiros socorros;
- Caso haja necessidade de continuidade do atendimento medico de emergência, este será efectuado no serviço nacional de saúde, sob a responsabilidade do mesmo.

A Organização terá autoridade para retirar da prova qualquer atleta que não se revele apto a participar ou que tenha recebido cuidados medicos vitais durante a prova.

15. Aceitação

Ao se inscreverem, todos os participantes aceitam o presente regulamento e, em caso de dúvida ou surgimento de uma situação não contemplada no mesmo, devem informar a Organização.

Ao se inscreverem, todos os participantes declararam estar de acordo com os seguintes pontos:

- a. Li e estou de acordo com o regulamento do trail e caminhada disponível no site www.acorrer.pt;
- b. Estou ciente do meu estado de saúde e de estar física e psicologicamente capacitado para participar;
- c. Assumo que me absterei de participar na prova e na caminhada se as minhas condições de saúde se alterarem após a inscrição estar concluída.
- d. Estou ciente do seguro em vigor e li as especificações do mesmo.

16. Seguros

Todos os participantes, sem exceção, devem reunir as condições de saúde e psicológicas necessárias



1º Trail em Abela

à prática desportiva, isentando a organização da prova, seus parceiros, apoiantes e órgãos públicos envolvidos de quaisquer responsabilidades.

A organização da prova assegura aos inscritos um seguro de acidentes pessoais.

A organização não se responsabiliza por situações que não estejam abrangidas por este seguro.

17. Direitos Imagem

O participante/encarregado de educação, ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, à organização do evento os direitos de utilização da sua imagem tal como captada nas filmagens/fotografias que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

18. Banhos

Serão disponibilizados os balneários do Sporting Futebol Clube Abelense, para que todos os atletas que queiram tomar duche após a prova estar terminada.

19. Dúvidas ou Questões

Alguma dúvida ou questão pode contactar a Organização através do endereço email: sfcabelense@gmail.com

