



## Regulamento

### Descrição da Prova

O II "Trail nas Margens do Rio Guadiana" será realizado no dia 21 de Outubro de 2018 (Domingo), em Baleizão, independentemente das condições climáticas desse dia, desde que a Organização entenda que as mesmas não oferecem risco para os participantes.

O local da partida e chegada será na Sociedade Filarmónica 24 de Outubro de Baleizão, os banhos serão no campo de jogos de futebol.

Será constituído por duas provas de caráter competitivo:

Trail Longo – 25 kms, Trail Curto – 15 kms, para além de uma Caminhada de 10 kms, e de Corrida para Jovens, dos escalões de Benjamin a Juvenis.

É uma Organização do GD Sociedade Filarmónica 24 de Outubro de Baleizão, Associação sem fins lucrativos, com sede em Baleizão, e que conta com o apoio da, Junta de Freguesia de Baleizão, Câmara Municipal de Beja, alguns patrocinadores e a colaboração da Associação de Atletismo de Beja.

As provas de carácter competitivo percorrem caminhos e trilhos nas encostas, margens do Rio Guadiana com início e final na Sociedade Filarmónica 24 de Outubro de Baleizão.

A prova **“Trail Longo de 25 kms ”** terá a distância de aproximadamente 25 Kms, com 1100 metros de desnível positivo e 800 metros de desnível negativo. **A partida será às 9h00.**

A prova **“Trail Curto de 15 Kms ”** terá a distância de aproximadamente 15 Kms, com 490 metros de desnível positivo e 300 metros de desnível negativo. **A partida será às 9h15**

A **“Caminhada de 10 Kms ”** terá a distância de aproximadamente 10 Kms, com 200 metros de desnível positivo e 150 metros de desnível negativo. **A partida será às 9h20**

O **“Corrida Jovens”** terá cinco distâncias (300, 500, 1000, 2000 e 3000 metros), **A partida será a partir das 09h45**, na Rua dos Pintores nº 10, junto à Sociedade Filarmónica 24 de Outubro de Baleizão.

Se a Organização o entender, e a segurança dos participantes o justificar, poderão ser alterados os percursos e as distâncias previamente estabelecidos, sendo todas as alterações devidamente comunicadas antes da realização do evento.

Os participantes devem estar devidamente preparados, com pelo menos meia hora de antecedência, devidamente equipados e aptos a participar na corrida que escolherem. Existirá controlo nas partidas destas provas, que abrirá 30 minutos antes do seu começo e encerrará 10 minutos antes da partida.

O presente regulamento tem como objetivo definir as regras de participação no evento desportivo “ II Trail nas Margens do Rio Guadiana de Baleizão”.

### **Condições de Participação**

1. As idades de participação são as seguintes:
2. Trail Longo (25kms) – serão admitidos atletas com idade igual ou superior a 18 anos.
3. Trail Curto (15kms) – serão admitidos atletas com idade igual ou superior a 18 anos.
4. As inscrições para a “Corrida Jovens” deverão ser feitas através do e-mail da Associação de Atletismo de Beja ([atletismo.beja@gmail.com](mailto:atletismo.beja@gmail.com)) e na Junta de Freguesia de Baleizão.
5. Caminhada (10Kms) serão admitidos participantes com idade igual ou superior a 10 anos, sendo que os menores de idade terão que ser acompanhados por um responsável maior de idade e mediante entrega da respetiva declaração de autorização do encarregado de educação.
6. A organização faculta no dia as respetivas autorizações.
7. O ato de inscrição pressupõe a total aceitação das regras aqui estabelecidas.

### **Inscrição**

- 1- As inscrições terão que ser efetuadas online no site: [www.acorrer.pt](http://www.acorrer.pt), não sendo necessário enviar comprovativo de pagamento para a organização.
- 2- O período de inscrições termina de acordo com prazo indicado no site [www.acorrer.pt](http://www.acorrer.pt)
- 3- A inscrição fica regularizada após liquidação do pagamento até à sua data limite.



4- Todas as inscrições sem confirmação de pagamento até ao prazo limite não serão consideradas

5- As inscrições são pessoais e intransmissíveis. A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro.

6- Os dorsais serão entregues Individualmente ou a responsável de equipa para levantamento coletivo, deverão apresentar o CC/BI no momento de recolha dos mesmos.

7- Não se aceitam alterações dos dados fornecidos pelos participantes após o término das inscrições.

### **Valor Inscrição**

1- As inscrições têm os seguintes valores:

- a) – Trail Longo 25 Kms: 10,00 €;
- b) – Trail Curto 15 Kms: 10, 00 €
- c) - Caminhada: 10,00 €
- d) – Corrida de Jovens - Grátis
- e) – Almoço volante só para participantes: Gratuito
- f) – Almoço volante para acompanhantes: 5,00 €

### **Devolução do valor de inscrição**

Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada por motivos imputáveis à organização.

As inscrições devem ser feitas de acordo com os prazos indicados (prazo limite: 24h00, do dia 17 de outubro de 2018) e através do site: [www.acorrer.pt](http://www.acorrer.pt)

**O valor de inscrição inclui o direito a:** Almoço Volante, Dorsal, Seguro de acidentes pessoais e Responsabilidade Civil, Abastecimentos sólidos e líquidos, Prémio Finisher, T-shirt oficial do evento, Duche, entre outros brindes.

## Numero limite de Participantes

Trail Longo de 25 kms – **Sem Limite**

Trail Curto de 15 Kms - **Sem Limite**

Caminhada de 10 Kms - **Sem Limite**

Corrida de Jovens - **Sem Limite**

**NOTA:** Os numeros limite de participantes poderão ser alterados se a organização assim o entender.

### Secretariado

O secretariado funcionará na Sociedade Filarmónica 24 de Outubro de Baleizão, situada na rua dos Pintores, nº 10 em Baleizão, no dia 20 de Outubro, (sábado), das 16:00 às 19:00, e no dia do evento (domingo) a partir da 07:00 da manhã.

### Corrida Jovens

Benjamin A Masc/Fem	<b>2011/10/09</b>	+ - 300 metros	<b>1 volta</b>
Benjamin B Masc/Fem	<b>2008/2007</b>	+ - 500 metros	<b>1 volta</b>
Infantis Masc/Fem	<b>2006/2005</b>	+ - 1000 metros	<b>1 volta</b>
Iniciados Masc/Fem	<b>2004/2003</b>	+ - 2000 metros	<b>2 volta</b>
Juvenis Masc/Fem	<b>2002/2001</b>	+ - 3000 metros	<b>3 volta</b>

## Escalões Etários das provas

### “Trail Longo de 25 Kms Trail Curto de 15 kms”

(Para efeitos de escalão considera-se a idade que o participante terá a 31 de Dezembro de 2018)

#### Femininos

Sub 23 (18 a 22 anos)  
Seniores (23 a 39 anos)  
Veteranos F 40 (40 a 44 anos)  
Veteranos F 45 (45 a 49 anos)  
Veteranos F 50 (50 a 54 anos)  
Veteranos F 55 (55 a 59 anos)  
Veteranos F 60 (40 a 44 anos)

#### Masculinos

Sub 23 (18 a 22 anos)  
Seniores (23 a 39 anos)  
Veteranos M 40 (40 a 44 anos)  
Veteranos M 45 (45 a 49 anos)  
Veteranos M 50 (50 a 54 anos)  
Veteranos M 55 (55 a 59 anos)  
Veteranos M 60 (40 a 44 anos)

### **Classificações e Prémios – “Trail Longo de 25 Kms Trail Curto de 15 kms”**

Nas provas “Trail Longo de 25 Kms e Trail Curto de 15 kms”, haverá troféus para os 3 primeiros classificados da classificação geral (femininos e masculinos) e de cada escalão, assim como para as três equipas melhor classificadas.

Para a classificação coletiva contarão os 3 melhores atletas de cada equipa, independentemente do seu escalão ou sexo, sendo o resultado da cada equipa obtido pela soma dos pontos alcançados na classificação geral, vencendo a equipa que somar menos pontos (pelo seguinte sistema de pontuação:

- 1º Classificado – 1 ponto,
- 2º Classificado – 2 pontos,
- 3º Classificado – 3 pontos, e assim sucessivamente).

Em caso de empate entre duas equipas, o critério de desempate terá em conta a “equipa que fechar primeiro”. Ou seja, a classificação individual do 3º melhor atleta de cada equipa, definirá a ordem pela qual as mesmas serão classificadas.

Todos os participantes que terminarem as suas provas terão direito a um prémio Finisher.

**Notas:** Os escalões referem-se à idade do participante na data da prova/inscrição.

Todos os atletas da Corrida Jovens, terão direito a prémio, Medalha/Troféu.

### **Condições físicas**

Todos os participantes são responsáveis por:

- a) Ter consciência das dificuldades físicas e mentais inerentes à participação em qualquer uma das distâncias do evento.
- b) Ter capacidades mínimas, tanto físicas como emocionais para uma participação em segurança em qualquer uma das distâncias do evento.
- c) Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas
- d) Saber gerir os problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, as pequenas lesões.

### **Ajuda externa**

Não será permitida a ajuda de pessoas alheias à organização, excepto em situações de emergência.

### **Dorsal**

1 - A identificação por número de dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve estar sempre bem visível.



2 - O participante é responsável pela integridade do respetivo dorsal.

3 - Estão impressos no dorsal os números de telefone em caso de emergência.

### **Regras de conduta desportiva**

1- Todos os atos do evento deverão ser norteados por um completo fair-play, assumindo a organização e os concorrentes, pelo fato de aceitarem este regulamento ao inscreverem-se, aquilo que é o património cultural deste desporto: entreajuda, respeito pelo desafio, pelos outros concorrentes, organizadores e colaboradores.

2 - O comportamento inadequado, como seja, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou física, poderá ser punido com advertência, desqualificação ou expulsão com proibição de inscrição em eventos posteriores.

### **Compromisso Ambiental**

1- O Trail nas Margens do Rio Guadiana é um desporto de contacto com a natureza pelo que o único vestígio da passagem dos atletas será as suas pegadas.

2- Todos os atletas são responsáveis pelo transporte do seu “lixo” durante a prova, depositando esses resíduos nos locais de abastecimento ou então levando-os consigo até à meta.

### **A prova disputa-se nas seguintes categorias;**

Trail Longo - 25 km, por caminhos, trilhos,vinha,olivais,mato,nas margens do Rio Guadiana.

Trail Curto – 15km, por caminhos, estradas florestais, trilhos e olivais e vinha,mato,nas margens do Rio Guadiana.

Todas as distâncias evitam estradas alcatroadas, excecionando as entradas e saídas da Aldeia. Nas mesmas estarão elementos da organização para assegurar a segurança dos participantes.



Em paralelo às provas existirá também uma caminhada com a distância, 10 km em caminhos e trilhos de terra, pelas paisagens envolventes à aldeia de Baleizão.

### **Tempo Limite**

Os atletas podem fazer o percurso a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem o tempo limite que será de:

- a) Trail Longo 25 Km – 7 horas
- b) Trail Curto 15 Km – 4 horas
- c) A Caminhada não terá tempo limite de chegada. Tem uma duração prevista de cerca de duas a três horas.

### **Programa Horário**

#### **Secretariado da prova**

Local: Sociedade Filarmónica 24 de Outubro de Baleizão

Sábado, 20 de Outubro de 2018

**18:00** - Abertura do secretariado na Sociedade Filarmónica 24 de Outubro de Baleizão para levantamento do dorsal

**20:00** – Encerramento do secretariado

Domingo, 21 de Outubro 2018

**07:00** - Abertura do secretariado para levantamento do dorsal

**08:20** - Encerramento do Secretariado

**08:30** - Briefing para todas as distâncias

**09:00** – Partida do Trail Longo

**09:15** - Partida do Trail Curto

**09:20** - Partida para a Caminhada

**09:45** – Início Corrida Jovens

**12:15** – Hora limite de chegada do Trail Curto

**13:00** – Início do almoço

**15:00** - Hora limite de chegada Trail Longo

**15:00 - Entrega de Prémios**

\*O programa horário poderá sofrer ligeiros acertos até ao dia da prova.

**Postos de Controlo**

- 1) Trail Longo 25km – 3 postos de controlo
- 2) Trail Curto 15km – 2 posto de controlo

É obrigatória a passagem dos concorrentes pelos postos de controlo que se situam no percurso.

**Abastecimentos**

- 1) Trail Longo 25 Km – 3 postos de abastecimentos
  - 2) Trail Curto 15 Km – 2 postos de abastecimento
  - 3) Caminhada 10 Km – 1 posto de abastecimento
- Todos os postos de abastecimento terão líquidos e sólidos.

**Material obrigatório**

A prova dar-se-á em regime de semi autonomia dos atletas pelo que estes deverão, obrigatoriamente, ser portadores do seguinte material mínimo:

- Reservatório para líquidos (bidon, flask, copo reutilizável, etc.)
- Telemóvel
- Apito
- Reforços energéticos/alimentares (gel, barra, etc).

É da exclusiva responsabilidade dos atletas serem portadores do material acima descrito.

**Penalizações/ desclassificações**

O não cumprimento dos pontos mencionados neste regulamento poderão levar à penalização dos participantes e em casos limite à sua desqualificação. As

penalizações a aplicar serão decididas pela equipa técnica responsável pela prova em função da gra-vidade da infracção

**Será motivo de penalização:**

- a) Não leve o dorsal bem visível (penalização de 5 min.);
- b) Ignore as indicações da organização (penalização de 5 min.)

**Será motivo de desclassificação:**

- a) Tenha uma conduta anti-desportiva
- b) Não complete na totalidade o percurso
- c) Alteração do dorsal
- d) Deitar lixo nos trilhos

**Seguro Desportivo**

Seguro Desportivo de acordo com a lei em vigor

As condições da apólice do seguro de acidentes pessoais e responsabilidade civil, são as do seguro desportivo obrigatório e aplicáveis a todos os participantes, federados ou não.

**Material Incluído com a inscrição**

- Dorsal
- Seguro de acidentes pessoal e Responsabilidade Civil;
- Abastecimentos líquidos;
- Abastecimentos sólidos
- T-shirt técnica, oficial do evento;
- Duche;
- Prémio Finisher;
- Almoço Volante (sopa,bifana,fruta e garrafa de água);
- Brindes adicionais;



## **Marcação do Percurso**

A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo os atletas respeitá-lo ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos. A marcação será feita recorrendo a marcas no chão com cal, sinalização vertical (placas), fitas sinalizadoras e/ou uma combinação de todas as anteriores. Para além de indicações por colaboradores da Organização em atravessamento de estradas e outros locais.

## **Serviços disponibilizados**

- 1) Dormida na escola (ginásio) de 20 para 21 para quem solicitar
- 2) Duches quentes
- 3) Haverá Vassouras em todas as distâncias
- 4) Transporte dos postos de abastecimento para Baleizão para os atletas desistentes
- 5) Haverá apoio de emergência ao longo de toda a prova mediante solicitação da mesma
- 6) No caso de um concorrente considerar necessário receber assistência médica deve proceder do seguinte modo:
  - a) Solicitar assistência aos membros da Organização que encontrar; ou telefonar para o número de telemóvel da organização que será inscrito no dorsal;
  - b) Telefonar para o 112 (neste caso responsabiliza-se pelas despesas que os atos médicos e de transporte acarretarem e que não estejam cobertos pelo seguro de prova)

## **Direitos de Imagem**

Ao inscreverem-se os concorrentes renunciam aos direitos de imagem durante todos os atos do evento, nomeadamente à prova e às cerimónias protocolares. Os direitos de imagem, ficarão a cargo da BTT-TV.

Apenas a organização pode transmitir esse direito de imagem a outros, tais como, órgãos de comunicação social.

Durante a prova existirão fotografos, que irão documentar o evento.

## Casos Omissos

Os casos omissos serão resolvidos pela Organização.

### Diversos

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições encontradas no dia do evento, assim como à suspensão da prova se as condições não permitirem o seu desenvolvimento em segurança.

Este regulamento ainda pode ser alterado de modo a que fique mais completa a informação.

Baleizão, 24 Julho de 2018

A Organização

