

REGULAMENTO



Trail Requeijão Terras D' Algodres

13 de Abril de 2019

REGULAMENTO

Trail Requeijão Terras D'Algodres

13 de Abril de 2019

1. ENQUADRAMENTO

O "Trail Requeijão Terras D'Algodres é uma Organização do Município de Fornos de Algodres em coorganização com a Associação Desportiva de Fornos de Algodres (ADFA) e o Esgalhada Trail Team, que tem como propósito percorrer trilhos e caminhos no concelho de Fornos de Algodres, que tem como grandes princípios orientadores a promoção da atividade física e o turismo ativo no concelho, dando a conhecer o património histórico, cultural e ambiental da nossa região.

Ao abraça-lo a Câmara Municipal pretende criar condições necessárias para que todos os inscritos, passem um dia de grande convívio em contacto permanente com a natureza, dentro de um espírito de grande fair-play e desportivismo.

Fazer deste evento desportivo um projeto ambicioso, inovador e integrador que visa, para além dos objetivos específicos acima descritos, afirmar a marca Fornos de Algodres, como um destino de qualidade único do ponto de vista desportivo, turístico, humanístico e cultural.

2. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

O "Trail Requeijão Terras d'Algodres 2019" será realizado no dia 13 de abril (sábado) em Fornos de Algodres, independentemente das condições climatéricas desse dia, desde que a Organização entenda que as mesmas não oferecem risco para os participantes.

O "Trail Requeijão Terras d'Algodres 2019" conta ainda com o apoio de diversas Juntas de Freguesia do concelho de Fornos de Algodres, Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Fornos de Algodres, GNR e de várias outras entidades.

2.1 Idade obrigatória de participação nas diferentes provas

Os menores de 18 anos, têm que apresentar um termo de responsabilidade disponibilizado no ato da inscrição, que deve ser assinado pelo encarregado de educação e entregue no levantamento do dorsal.

São 3 tipos de prova do "Trail Requeijão Terras D'Algodres 2019". Os atletas devem inscrever-se na prova que mais se adequa à sua capacidade física e/ou psicológica.

Caminhada aproximadamente 8Km: é uma prova com baixo nível de dificuldade.

Trail curto de aproximadamente 15Km: é uma prova com dificuldade média.

Trail longo de aproximadamente 25Km: é uma prova com um nível de dificuldade média/alta.

2.2. Condições físicas

É importante que o atleta esteja consciente das características desta prova, que decorrerá em terreno montanhoso, por trilhos onde a terra batida, as raízes das árvores e as pedras serão uma constante. É expectável que os atletas estejam devidamente preparados para enfrentar, sem ajuda externa, condições ambientais e climatéricas adversas, tais como, frio, chuva, sol ou calor intenso. Cada participante tem que estar preparado para gerir os seus problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, assim como pequenas lesões.

2.3. Inscrição regularizada

As inscrições, para a participação no “Trail Requeijão por Terras D’Algodres 2019”, serão feitas através do site www.acorrer.pt, até ao dia 9 de abril de 2019. Ao regularizar a inscrição estará a aceitar todas as normas constantes do presente regulamento.

A primeira fase de inscrições, inicia no dia 25 de Janeiro e termina dia 1 de Marco de 2019, os participantes que realizarem a sua inscrição neste prazo, vão usufruir de um vale de desconto de 1 euro na compra de um queijo da Serra da Estrela, na Feira do queijo de Fornos de Algodres 2019.

O levantamento do dorsal, para menores de 18 anos, carece da entrega do termo de responsabilidade devidamente assinado pelo encarregado de educação e uma cópia do cartão de cidadão.

2.3.1. Prazos e taxas de Inscrição

Abertura das inscrições no dia 25 de Janeiro de 2019

- Trail Longo aproximadamente 25 Km – 10,00€
- Trail curto aproximadamente 15 Km – 10,00€
- Caminhada 8 Km – 5,00€

As inscrições encerram no dia 9 de abril de 2019.

2.3.2. Material incluído com a inscrição (Kit de Atleta)

Para o Trail Longo e Curto

- Dorsal com o número do atleta
- T-shirt alusiva ao evento
- Prémio de conclusão de prova
- Seguro de prova de acordo com o presente regulamento
- Requeijão
- Vale de desconto 1 euro (limite de inscrição 1 de Marco 2019)
- Outros brindes e ofertas (a definir)

Para Caminhada

- Gola

- Seguro de prova de acordo com o presente regulamento
- Almoço (Apenas para alunos do projeto fornos Vida, com inscrição atualizada)

A organização do Trail Requeijão por Terras D'Algodres 2019 coloca ainda a disposição dos atletas

- Abastecimento de sólidos e líquidos
- Transporte para a chegada, em caso de abandono ou de ser impedido de continuar em prova
- Abastecimento na chegada
- Acesso a balneários no final da prova

2.5. Definição possibilidade de ajuda externa

É dada aos participantes a possibilidade de assistência pessoal em caso de emergência desde que dessa ajuda não advenham vantagens competitivas ou de algum modo prejudiquem os outros participantes.

2.6. Colocação do dorsal

O dorsal é pessoal e intransmissível. O levantamento dos dorsais deve ser feito até 30 minutos antes do início do Trail. A entrega dos dorsais é feita mediante a apresentação de identificação. Este deve estar em local visível aos elementos da organização sendo a zona correta para fixação abaixo do peito. Os participantes devem ser portadores de alfinetes para o dorsal.

2.7. Regras de conduta desportiva

Todo o comportamento que seja considerado pela organização como inadequado será desclassificado. Caso um atleta encontre um colega a precisar de auxílio, terá de ficar, obrigatoriamente, com este até se apresentar no local outro atleta ou alguém da organização (o atleta nunca deve ficar sozinho em caso de lesão).

3. PROVA

3.1 Apresentação da prova/Organização

A Câmara municipal de Fornos de Algodres em parceria com a Associação Desportiva de Fornos de Algodres (ADFA) organiza no dia 13 de abril de 2019 o Trail Requeijão Terras D'Algodres 2019", que decorrerá no concelho de Fornos de Algodres, independentemente das condições climatéricas do dia, desde que a organização entenda que não ofereçam riscos aos participantes.

A organização acompanha em permanência a evolução das condições climatéricas podendo suspender/anular a prova a qualquer momento.

A prova será constituída por 3 eventos: a caminhada - 8 km, o trail curto de aproximadamente 15 km e o trail longo de aproximadamente 25 km.

A competição terá início em frente ao mercado municipal de Fornos de Algodres e fim no mesmo local.

3.1.1. TRAIL LONGO 25Km – Distância, horários e tempo limite

Terá início às 09H00m do dia 13 de abril, no mercado municipal, dirigindo-se para a Serra da Esgalhada e localidades adjacentes, num percurso com uma distância de aproximadamente 25 Km e aproximadamente 850 metros de desnível positivo, terminando no mercado municipal de Fornos de Algodres

O tempo limite para conclusão do TRAIL LONGO é de 05:00 horas, passadas as quais todos os atletas em prova serão retirados do percurso.

3.1.2. TRAIL CURTO 15Km – Distância, horários e tempo limite

Terá início às 09H10m do dia 13 de abril, no mercado municipal, dirigindo-se para a Serra da Esgalhada e localidades adjacentes, num percurso com uma distância de aproximadamente 15 Km e aproximadamente 650 metros de desnível positivo, terminando no mercado municipal de Fornos de Algodres.

O tempo limite para conclusão do TRAIL CURTO é de 03:30 horas, passadas as quais todos os atletas em prova serão retirados do percurso.

3.1.3. CAMINHADA 8KM – Distância e horários

Terá início às 09H30m do dia 13 de abril, no mercado municipal, dirigindo-se para o centro da vila de Fornos de Algodres. Terá o seu abastecimento durante o percurso, com um percurso de aproximadamente 8km com algum desnível positivo.

3.2. Programa/Horário

- 07h30 – Abertura secretariado
- 8h45 – Briefing
- 09h00 – Partida Trail Longo
- 09h10 – Partida Trail Curto
- 09h30 – Partida Caminhada
- 13h00 – Início Cerimónia de entrega de prémios (ou assim que estiver chegado os 3 primeiros classificados de cada prova e escalões)
- 14h00 – Fecho de Meta
- 14h05 – Almoço convívio (ou assim que atletas terminarem a sua prova e estejam devidamente preparados para ingerir o almoço). Nota: Almoço apenas para aqueles que tiverem na sua posse senha de almoço devidamente válida, concedida pela organização, após a sua inscrição e respetivo pagamento (3 euros)
- 16h00 – Fim do evento

3.3. Distância (categorização por distância) / altimetria (desníveis positivo e negativo acumulados) /

Categorização de dificuldade

A organização reserva o direito de alterar as distâncias e o acumulado se for justificável sem variações superiores a 10%.

Todos os percursos são marcados de acordo com a setas, fitas e ou indicação específica, de modo a que sejam de fácil identificação para o atleta.

- O Trail Longo tem a distância aproximada de 25km. Altimetria: aprox. 900m . Nível de dificuldade médio/elevado
- O Trail Curto tem a distância aproximada de 15km. Altimetria: aprox. 650m. Nível de dificuldade médio.
- A Caminhada terá uma distância aproximada de 8 km, com algum desnível positivo e sem classificações. Nível de dificuldade baixo

3.4. Mapa / Perfil altimétrico / descrição do percurso

O percurso é feito em trilhos de montanha, passando por rios. O terreno é maioritariamente em terra batida com alguma pedra, podendo pontualmente passar por alcatrão e paralelo.

Os percursos do Trail Requeijão Terras D'Algodres são compostos por passagem pela zona histórica de Fornos de Algodres, antigos caminhos utilizados pelas populações das aldeias, trilhos de montanha, estradas florestais, ribeiras, etc.

De salientar que as provas não são fechadas e nesse sentido os participantes devem ter em conta o fato de haver viaturas, animais, pessoas, bicicletas a circular em partes do percurso da prova.

Os atletas devem ter atenção aquando do atravessamento das estradas públicas e estradões florestais.

Vão ser elaborados percursos alternativos, para precaver a necessidade de anular trilhos no dia da prova.

3.5. Tempo limite

Os atletas podem fazer a prova a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem os tempos limites estabelecidos:

- Trail longo – 05h00 de tempo limite;
- Trail curto – 03h30 de tempo limite;
- Caminhada – sem tempo limite.

Os “Corredores Vassoura” ou o responsável de cada controle terão poder para retirar da prova qualquer corredor se o seu tempo na corrida, ou o seu estado de saúde assim aconselhar.

Ultrapassando o tempo de passagem limite, os atletas deverão desistir, garantindo a organização transporte desde os postos de abastecimento até ao local de concentração/meta. A partir desse momento a organização não garante a segurança dos atletas e os elementos da organização que fecham os percursos podem mesmo recolher as fitas sinalizadoras.

O corredor que se retirar deverá avisar a organização (secretariado) do seu abandono, entregando à mesma o seu dorsal. Se a organização recomendar a desistência do atleta devido ao seu estado de saúde, este deverá obedecer, de modo a garantir o seu bem-estar.

3.6. Metodologia de controlo de tempos

- Os participantes devem estar preparados com pelo menos meia hora de antecedência do horário de partida e devidamente equipados. Existirá uma área reservada com controlo de acessos que abrirá às 08h30 encerrando 5 minutos antes da partida.
- Para o controlo de tempos é utilizado um sistema eletrónico de controlo de tempos com recurso a um sistema de chip RFID.

3.7. Postos de controlo

A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo o atleta respeitá-lo ao longo da prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos.

Ao longo do percurso existirão cerca de 2 postos de controlo (informação suscetível de ser alterada). Os atletas terão de parar a fim de ser registado o controlo do seu dorsal. Os atletas devem respeitar a ordem de chegada ao controlo.

A prova será em sistema de open-road , o atleta é responsável pela passagem de estradas, cumprindo as regras do Código de Estrada.

A organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo ou abastecimento, sem aviso prévio.

Caso as condições climatéricas se verifiquem extremas (ex.: incêndio florestal) a partida pode ser atrasada no máximo de duas horas, período após o qual a prova é cancelada.

Poderá também suspender, reduzir ou parar a prova, nas condições climatéricas mencionadas, **não havendo em caso algum direito a reembolso.**

3.8. Locais de abastecimento (Sujeito a alteração)

- Casal Vasco – Sólido e Líquido - Trail Longo
- Algodres – Sólido e Líquido - Trail Curto e Longo
- Infias - Sólido e Líquido – Trail Longo e Trail Curto

Haverá outros locais de abastecimento, mas que divulgaremos, nos locais apropriados, mais perto da realização da prova.

Na chegada, haverá um abastecimento reforçado para todos os atletas.

Cada participante é responsável por levar a quantidade de bebida e comida necessária até alcançar o próximo abastecimento.

3.9. Material aconselhado

Todos os participantes nas provas deverão ter em atenção que, pela dureza da prova e dificuldades acrescidas pelas condições atmosféricas que se poderão verificar.

O material obrigatório para todos os atletas do Trail Longo e Trail Curto é o peitoral/dorsal visível, colete/bolsa/cintura de hidratação com capacidade mínima de 1 litro, telemóvel, apito e copo de hidratação, a manta térmica é obrigatória somente no Trail Longo.

O material opcional para todos os atletas do Trail Longo e Trail Curto é bastões de caminhada, outro material que o atleta achar necessário para a realização da prova.

A organização, em função das previsões meteorológicas, pode exigir previamente o uso de determinado equipamento específico obrigatório para além do indicado;

A organização poderá em qualquer momento da prova solicitar a verificação deste material. O incumprimento desta norma é punido com desclassificação.

3.10. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário e propriedades privadas

As provas decorrem em “open road”, no entanto, membros da organização estarão responsáveis pelo controle do tráfego no atravessamento das vias rodoviárias com mais movimento de trânsito.

Existem vias secundárias de tráfego em que os participantes devem cumprir as regras de trânsito nas estradas de uso público, devendo ainda respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento e desclassificação da prova.

3.11. Penalizações/desclassificações

Será penalizado ou desclassificado todo aquele que:

- Falta de assistência a outro atleta em dificuldades;
- Abandonar a prova sem avisar a organização
- Troca de dorsal entre atletas
- Desobedecer às medidas de segurança indicadas por elementos da organização/voluntários
- Ausência ou recusa de apresentar material obrigatório
- Falhar um dos postos de controlo
- Atirar lixo para o chão
- Perda de Dorsal
- Receber ajuda externa fora dos locais definidos
- Dorsal não visível

Será ainda inibido de participar na edição seguinte quem prevaricar com os seguintes comportamentos:

- Agressão ou insulto a elementos da organização e atletas
- Insultos à organização em redes sociais, blog ou páginas de internet associadas ao Trail Requeijão Terras D'Algodres
- Retirar sinalização do percurso

3.12 Responsabilidades perante o atleta

O participante assume, por livre e espontânea vontade os riscos e suas consequências decorrentes na participação na prova, sejam eles danos morais, físicos, materiais ou de qualquer natureza.

Os atletas inscritos no Trail do Requeijão, Terras de Algodres aceitam participar voluntariamente e sob sua própria responsabilidade na competição. Por conseguinte concordam em não reclamar ou exigir à organização,

colaboradores, autoridades, patrocinadores e outros participantes de qualquer responsabilidade com os mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes.

A inscrição nas provas implicará a total aceitação do presente regulamento.

3.13 Seguro desportivo

A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei (acidente pessoais e de responsabilidade civil) conforme o Decreto-Lei nº 10/2009 de 12 de Janeiro, para este tipo de prova, estando o seu prémio incluído no valor da inscrição. O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas. Qualquer acidente ou incidente, que ocorra durante o decorrer do percurso é da responsabilidade dos participantes, em tudo que exceder o risco coberto pelo seguro. A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

3.14. Reclamações

Qualquer reclamação às classificações deve ser efetuada, por escrito, até às 18h00 do dia do evento, para que permita ser analisada pela organização e produzir efeitos no dia da prova.

Outras reclamações ou sugestões podem ser dirigidas à organização da prova através do email geral da organização.

Os participantes podem ainda apresentar reclamações perante as classificações apresentadas pela organização no prazo de dois dias após a sua afixação, mediante um pagamento de 100,00 €. Findo este prazo as mesmas assumem-se como definitivas.

As decisões tomadas pelo júri são soberanas e não são objeto de recurso.

3.15. Segurança

O Trail Requeijão Terras D'Algodres realiza-se independentemente das condições climáticas do dia do evento, podendo a organização entender pelo seu cancelamento ou adiamento, sempre que entenda estar em risco a integridade física dos participantes;

Na passagem em locais com tráfego rodoviário ou em áreas de perigo devidamente sinalizadas, como tal durante os percursos os atletas devem ser responsáveis, cumprir as normas de trânsito relativas ao código da estrada e a sua legislação regulamentar, e zelar pela sua segurança e integridade física;

Haverá dois postos de apoio médico aos participantes, estando um localizado na chegada e outro durante o percurso;

O peitoral/dorsal incluirá um número de contato de emergência.

3.16. Responsabilidade do Atleta

O participante é responsável pelo transporte dos invólucros e outro lixo não natural, provenientes de géis, barras, entre outros materiais, no seu próprio material, e depositá-lo no abastecimento mais próximo ou transportá-lo até á meta.

Não é permitido destruir ou alterar propositadamente qualquer elemento natural (muros, plantações, sinalética, marcações, etc.) ao longo do percurso. Os atletas devem ser responsáveis e abster-se de quaisquer atos que possam causar danos a terceiros, nomeadamente em terrenos contíguos aos percursos.

O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas as modalidades, serão caso de advertência, desqualificação e/ou expulsão, sem lugar a qualquer tipo de reembolso.

Sendo o Trail Requeijão Terras D'Algodres um evento que promove e privilegia os princípios da Ética Desportiva, todos os participantes encontram-se obrigados a prestar auxílio durante a prova a qualquer participante em situação de perigo, bem como a alertar os elementos da organização no posto de controlo/abastecimento mais próximo.

4. INSCRIÇÕES

4.1. Processo inscrição

O pedido de inscrição é feito através do site: www.acorrer.pt e deverá ser feito de acordo com os prazos estabelecidos (9 de abril de 2019).

O ato da inscrição pressupõe a total aceitação das regras estabelecidas neste regulamento.

A inscrição é pessoal e intransmissível, será aceite por ordem de inscrição e validada após pagamento. Não se aceitam alterações dos dados fornecidos pelos participantes após o fecho das inscrições.

Nota: as inscrições até dia 1 de Março de 2019 receberão via email um voucher de desconto de 1 € na compra de um queijo na Feira do Queijo de Fornos de Algodres 2019.

4.2. Valores da inscrição

Caminhada - 5€

Trail curto - 10€

Trail longo - 10€

Almoço – 3 €

4.3. Condições de devolução do valor de inscrição

Em momento nenhum o valor da inscrição será devolvido. Desistências, lesões, doenças, e situações análogas são consideradas situações normais neste tipo de eventos e tem que ser assumidas pelos participantes como tal.

4.5. Secretariado da prova/horários e local

O secretariado funcionará:

- Dia 12 de abril de 2019 das 14h às 17h no Mercado Municipal de Fornos de Algodres

- Dia 13 de abril de 2019 das 07:30h às 8:45h no Mercado Municipal de Fornos de Algodres

4.6. Balneários

Serão disponibilizados os balneários do Pavilhão Gimnodesportivo da Escola EB 2,3/S de Fornos de Algodres, Piscina Municipal e do Estádio Municipal da Serra da Esgalhada, para todos os participantes do Trail Curto e Trail Longo.

No final da prova, casos os participantes pretendam, será facultado transporte para a zona dos balneários.

5. CATEGORIAS E PRÉMIOS

5.1 Sistema de Classificação e Pontuação

As provas são ganhas pelos participantes que obtiverem o menor tempo no final das mesmas.

Para cada prova é estabelecida uma classificação individual feminina e masculina, geral e por escalões.

5.2 Definição das categorias etárias/sexo individuais

As categorias etárias são definidas automaticamente em função dos dados disponibilizados pelos participantes no ato da inscrição, e tendo como referência o ano de nascimento do atleta, assim:

- Sub-23 M/F - nascidos em 2001 e 1996;
- Seniores M/F - nascidos entre 1995 e 1978;
- Veteranos M40/F40 - nascidos entre 1979 e 1968;
- Veteranos M50/F50 - nascidos entre 1969 e 1959;
- Veteranos M60/F60 - nascidos antes de 1959 inclusive.

Os escalões referem-se à idade do participante na data da prova. Os participantes menores de idade não têm escalão atribuído.

5.3 Definição data, local e hora de entrega de prémios

A cerimónia de entrega de prémios ocorrerá junto da zona da meta pelas 13h00, após a chegada dos 3 primeiros classificados de cada prova e escalões

5.4 Prémios de classificação

- Troféu "Trail Requeijão Terras D'Algodres" aos três primeiros classificados da geral, masculino e feminino, na provas Trail Longo e Trail Curto;
- Troféu aos três primeiros classificados, masculino e feminino, de cada categoria;
- Troféu para a equipa mais numerosa, em termos de aletas, Trail Longo + Trail Curto;
- Outros Trofeus ainda a designar

Responsabilidade ambiental

Respeito absoluto pela natureza e pelos animais. A organização pretende deixar o percurso pelo menos igual ao que encontrou e por isso cada atleta terá que ser responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Os resíduos deverão ser depositados obrigatoriamente nos cestos instalados durante o percurso, nomeadamente nos abastecimentos e na zona da meta

Protecção de dados

Todo o participante, ao formalizar a sua inscrição, autoriza a publicação dos seus dados pessoais necessários ao desenrolar da prova, seja nas listas oficiais, em meios de comunicação e/ou internet, assim como, o seu uso para envio de informação relativa ao evento, incluído posteriores edições. Igualmente autoriza que as imagens recolhidas possam ser utilizadas de forma intemporal em qualquer acção publicitaria, com o único fim de promoção e divulgação do evento.

Cada participante é responsável pela veracidade dos dados fornecidos na sua inscrição. O titular dos dados terá direito de acesso, rectificação, cancelamento oposição conforme determina a Lei Orgânica 15/1999 de 13 de dezembro, Lei da Protecção de Dados de Caracter Pessoal.

Direitos de imagem

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza aos organizadores da prova a gravação total ou parcial da sua participação na mesma, pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a imagem do atleta para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, internet, cartazes, meios de comunicação social, etc.) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

Decisões Soberanas

As dúvidas ou omissões deste Regulamento serão aplicadas pela Organização de forma soberana, não cabendo recursos a essas decisões.

*** Regulamento sujeito a alterações.**