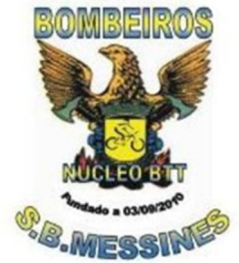




Bombeiros voluntários de S.B. Messines Grupo cultura e desporto



REGULAMENTO DO 5º TRAILL RUNING BOMBEIROS DE MESSINES TRILHOS DO REMEXIDO

DESCRIÇÃO

O "5º 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 objectivo 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.

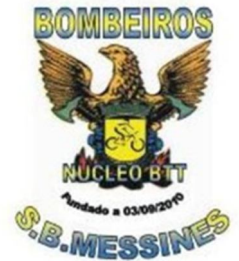
Bombeiros voluntários de S.B. Messines grupo cultura e desporto

Tlm:967594094

bvsbmbttculdsporto@gmail.com



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 efectuadas online no site, <http://acorrer.pt>
 - Os pagamentos serão efectuados 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 23h 59m do dia 20 de Março
 - Os brindes para as inscrições feitas no dia da prova são limitados.
 - A participação na prova tem o custo de 12€ por participante ou 18€ com almoço.
 - Os acompanhantes pagam 6€ cada para almoço.

PARTICIPAÇÃO

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

Será atribuída classificação a 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.

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.

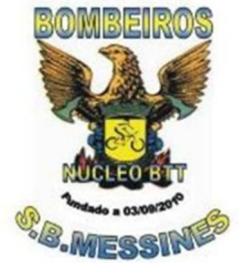
Bombeiros voluntários de S.B. Messines grupo cultura e desporto

Tlm:967594094

bvsbmbttculdsporto@gmail.com



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



CRONOMETRAGEM

A cronometragem eletrónica das corridas de 10 km e 30 km será publicado no site ACORRER.PT/CLASSIFICACOES.NET e é efectuada através de código barras inserido nos dorsais, A organização responsabiliza-se pelas picagens ao longo dos percursos e 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 respectivo evento.

DIVERSOS

A organização aconselha todos os atletas participantes a efectuarem um exame médico antes da prova. Da sua aptidão física serão responsáveis os Clubes ou entidades que procederem à sua inscrição,

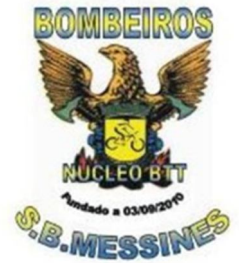
Bombeiros voluntários de S.B. Messines grupo cultura e desporto

Tlm:967594094

bvsbmbttculdsporto@gmail.com



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



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 efectuar a minha inscrição aceito e concordo com as seguintes condições de participação, Pelo presente, aceito os riscos de participar no "5º 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.

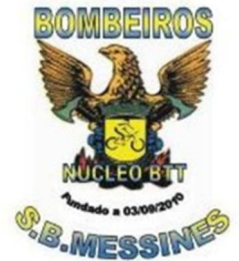
Para o efeito vai assinar termo de responsabilidade anexo que deverá ser entregue à organização para efeitos de levantamento do dorsal de participação.

A organização

S.B. Messines 05 de Dezembro 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 RUNING dos Bombeiros Voluntários de S.B. Messines" a realizar no próximo dia 24 de Março de 2019 e que a sua participação é efectuada 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)