

# **Regulamento**

## **1º Trail Entre o Rio e a Aldeia**

### **1. Prova**

#### **1.1. Apresentação da prova / Organização**

- O 1º Trail Entre o Rio e a Aldeia será realizado nos dias 20 de abril de 2019 e é um evento organizado pela Comissão de Festas de Santo Amador, com o apoio de vários parceiros institucionais e privados.

#### **1.2. Programa / Horário**

##### **Dia 20 de abril**

**07:30 h** – Abertura do Secretariado na mata da ribeira – Rio Ardila – Santo Amador (Local da Partida).

Todos os participantes deverão levantar a documentação necessária/dorsal até 15 minutos antes do início da prova.

**09:00 h** – Início da prova.

- Partida do Trail Longo (19 Km).

- Partida do Trail curto (12 Km).

**09:05 h** – Partida da caminhada (7 Km).

**12:00 h** – Início da entrega de prémios (a partir da hora indicada dar-se-á início à cerimónia consoante o fecho de cada pódio).

#### **1.3. Mapa/ Perfil altimétrico/ descrição percurso**

- A informação do perfil altimétrico será disponibilizada em breve. Os percursos estão a ser aperfeiçoados pelo que será normal existirem pequenas alterações aos mesmos, informaremos todos os participantes das mesmas em tempo oportuno.

- O percurso será sinalizado através de fitas. Para além destas serão colocadas placas direcionais e informativas com indicação de zonas perigosas e de quilómetros percorridos ou a percorrer.

- Existirão membros da organização nos locais mais críticos e passíveis de engano ou dúvida (separações de provas, passagens de estrada, etc).

- Todos os participantes devem acatar as indicações da organização sob pena de poderem vir a ser desclassificados.

#### **1.4. Tempo limite**

- Todos os participantes têm 4h00m de tempo limite para terminar o percurso em que estão inscritos.

- Se a organização entender afastar um atleta devido ao seu estado de saúde, este assim o deve fazer, de modo a garantir o seu bem-estar.
- Por motivos de segurança – mau tempo, incêndio ou outro motivo – reserva-se à organização o direito de modificar o traçado ou a distância a ser percorrida ou mesmo a cancelar o evento.
- Os postos de controlo serão os postos de informação privilegiados para comunicar aos concorrentes as decisões técnicas respeitantes ao evento.

### **1.6. Metodologia de controlo de tempos**

- O controlo de tempos e classificações serão assegurados pela empresa ACORRER, sendo as mesmas publicadas no site do evento, bem como na plataforma da **ACORRER**.
- Qualquer reclamação às classificações deve ser efetuada por escrito até 60 minutos após o término do último atleta em prova, para que produza efeitos no dia da prova.

### **1.7. Postos de controlo**

- Serão efetuados diversos controlos de passagem por parte da organização em locais que só serão do conhecimento dos atletas no decurso da prova.
- Qualquer falha de passagem em controlo dará direito a desclassificação da prova. É imprescindível que o participante transporte o dorsal bem visível.
- Caso ocorra a perda do dorsal durante a prova, deverá ser fornecido o seu número, pelo participante, nos postos de controlo da organização, de modo a ficar registada a sua passagem.

### **1.8. Locais dos abastecimentos**

- Haverá diversos postos de abastecimento ao longo dos percursos.
- Informação acerca de distâncias de PA's, alimentação e hidratação fornecida pela organização será disponibilizada na página do Facebook do evento
- **A organização não fornecerá copos nas assistências**, pelo que os atletas devem transportar meios para que possam abastecer-se, como caneca, bidon, camelback, etc.

### **1.9. Material recomendado para Trail Longo**

- Manta Térmica
- Telemóvel – funcional
- Apito
- Reservatório para líquidos (capacidade 1L)

- Corta-Vento ou Impermeável

- Caso as condições meteorológicas estejam instáveis e/ou em estado de alerta, poderá a organização, avisando em tempo útil todos os participantes, tornar obrigatório o material referido como aconselhável. Caso isso aconteça será comunicada até 48 horas antes do evento.

### 1.10. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

- A prova irá decorrer em poucos troços de passagem com tráfego rodoviário.

- Todos os atletas terão que ter cuidado ao passar nos troços rodoviários, pois não haverá corte de trânsito em vias onde a circulação automóvel seja possível, devendo os mesmos cumprir escrupulosamente todas as normas aplicáveis aos peões.

### 1.11. Penalizações/ desclassificações

Incumprimento	Penalização
Não complete o percurso estipulado	Desclassificação
Ausência de passagem em um ou mais pontos de controlo	Desclassificação
Exceder o tempo limite de prova	Desclassificação
Ignorar as indicações da organização ou conduta antidesportiva	Desclassificação
Alterar o dorsal ou participar com o dorsal de outro atleta	Desclassificação

### 1.12. Responsabilidades perante o atleta/ participante

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

### 1.13. Seguro desportivo

- A organização contratualizará um seguro para o evento de responsabilidade civil e ainda um de acidentes pessoais para cada atleta.

- Em breve disponibilizaremos as coberturas e apólice contratada, sendo que a mesma preverá no mínimo as coberturas exigidas por lei.

## 2. Condições gerais de participação

### 2.1. Idade de participação

Prova	Distância	Participação permitida a partir de*	Classificação Escalões	Classificação Geral
Ultra Trail	45 Km	18 anos	SIM	SIM
Trail Longo	25 Km	18 anos	SIM	SIM
Trail Curto	15 Km	18 anos	SIM	SIM
Caminhada	10 Km	Sem restrições	N / A	N / A

\* A idade a ter em conta será a que o participante terá em 31 de outubro de 2019

## **2.2. Inscrição regularizada**

- O processo de inscrição será efetuado através da plataforma de inscrições do nosso parceiro **ACORRER**

## **2.3. Condições físicas**

- Para participar é indispensável:

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos, do desnível positivo e negativo das mesmas, e de se encontrar preparado física e mentalmente de forma adequada.
- Adquirir antes do evento, capacidades reais de autonomia em montanha que permitam a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas.
- Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro e chuva.
- Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc.
- Estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas.

## **2.4. Possibilidade ajuda externa**

- Os atletas poderão receber ajuda externa durante a prova desde que não cause interferência com outro atleta em prova e em zonas identificadas pela organização.

- Por ajuda externa entende-se a assistência ao atleta, quer seja no fornecimento de alimentação, primeiros socorros ou similar e nunca poderá ser confundida com ajuda no transporte ou ação que ajude o participante a transpor o percurso com maior facilidade.

## **2.5. Colocação dorsal**

- O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível, deve ser usado à frente do atleta e de preferência à altura do peito, sendo proibida a sua colocação em mochilas. Não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação.

## **2.6. Regras conduta desportiva**

- O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas as modalidades, serão alvo de advertência, expulsão ou desqualificação.

- Todos os participantes devem proteger o meio ambiente, deixando o meio envolvente tal como o encontraram, por isso **exigimos** que não deixem lixo nos trilhos fora das zonas de assistência (PA's).

### 3. Inscrições

#### 3.1. Processo inscrição

- As inscrições serão efetuadas online através da plataforma de eventos do nosso parceiro **ACORRER**,

- Para dúvidas e esclarecimentos acerca do evento, poderá ser utilizado o email: [cfsantoamador1819@gmail.com](mailto:cfsantoamador1819@gmail.com).

- Para todas as inscrições serão geradas referências automáticas de Multibanco, não sendo necessário o envio do comprovativo de pagamento tendo, no entanto, as mesmas um tempo limitado para pagamento, sob pena de serem inativadas.

- O processo de inscrições termina no dia 14 de abril de 2019.

#### 3.2. Valores e condições de inscrição

Prova	Valor
TRAIL LONGO 19 Km	10 €
TRAIL CURTO 12 Km	10 €
CAMINHADA 7 Km	7€
REFEIÇÃO	3€

### 4. Secretariado da prova/ horários e locais

#### Dia 20 de ABRIL

07:30 h – Abertura do Secretariado na mata da ribeira – rio Ardila (Local da Partida).

#### 3.5. Serviços disponibilizados

- Balneários no Campo de Futebol de Safara (10km do local de partida e chegada).
- Serviço de Bar (junto à chegada).

### 4. Categorias e Prémios

#### 4.1. Definição das categorias etárias/sexo individuais

#### TRAIL LONGO/TRAIL CURTO

MASCULINO	FEMININO
M Seniores – 18 a 39 anos	F Seniores – 18 a 39 anos
M 40 – 40 a 49 anos	F 40 – 40 a 49 anos
M 50 – 50 a 59 anos	F 50 – 50 a 59 anos
M 60 – mais de 60 anos	F 60 – mais de 60 anos

#### CAMINHADA: Sem Escalões

**Nota:** Para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerado a idade que o atleta terá à data da prova.

## Classificação por equipas

- A classificação coletiva determina-se da seguinte forma: primeiro, e com base na classificação geral absoluta (masculinos e femininos), somam-se os lugares dos 3 primeiros classificados de cada equipa. Em caso de empate declara-se vencedora a equipa que em primeiro lugar feche a classificação coletiva. Seguidamente organizam-se as equipas por ordem crescente de pontos obtidos na operação anterior.

- Exemplo:

- Equipa A:  $5^{\circ} + 6^{\circ} + 7^{\circ} = 18 \Rightarrow 1^{\circ}$  lugar
- Equipa B:  $3^{\circ} + 4^{\circ} + 12^{\circ} = 19 \Rightarrow 2^{\circ}$  lugar
- Equipa C:  $1^{\circ} + 2^{\circ} + 17^{\circ} = 20 \Rightarrow 3^{\circ}$  lugar

### 4.3. Prémios

- Lembrança à equipa com mais elementos inscritos;
- Prémio às três equipas melhor classificadas do, Longo e Curto.
- Prémio aos 3 primeiros classificados da geral do Trail Longo e Curto;
- Prémio aos 3 primeiros classificados de cada escalão (masc./fem.) do Trail Longo e Curto.

## 5. Marcação do Percurso

- A marcação principal será constituída por fitas penduradas em elementos naturais à altura dos olhos. A cor da fita será anunciada no momento da Partida.

- Para além das fitas sinalizadoras serão utilizadas outras sinaléticas como setas impressas, pó de pedra a cortar as estradas e informações diversas para além de indicações por colaboradores da organização em passagens de estradas e outros locais.

- Os concorrentes obrigam-se a percorrer todo o trilha sinalizado o mais perto possível das marcações não devendo atalhar nos pontos em que eventualmente tal seja possível. O não acatamento desta norma pode levar à desclassificação se no entender da organização da prova tal for feito com a intenção de diminuir a distância percorrida ou de diminuir as naturais dificuldades técnicas do percurso.

- No caso de um concorrente percorrer alguma parte do percurso sem sinalização deverá voltar atrás pelo caminho que seguiu e procurar o caminho sinalizado.

## 6. Imagem e Marketing

- Os dados fornecidos à Organização para inscrição, bem como as imagens (fotos e vídeos) que possam ser recolhidas durante o evento, poderão ser usados pela Organização para futuras ações de marketing.

## 7. Casos Omissos

- Casos omissos ao presente regulamento, notas e alterações serão da responsabilidade da organização, sendo as mesmas devidamente comunicadas.