



REGULAMENTO II EIRAS SINGLE TRAIL 2019

1. Informação Geral

O II EIRAS SINGLE TRAIL, será realizado no dia 5 de Maio de 2019, domingo, na localidade de Eiras, Concelho de Coimbra, independentemente das condições climatéricas desse dia, desde que a organização entenda que as mesmas não oferecem risco para os participantes.

O II EIRAS SINGLE TRAIL será constituído por uma prova competitiva Trail (18km) e Caminhada (8km).

É uma organização da Associação Os Craques da Roda Pedaleira, e conta com o apoio da União de Freguesias de Eiras e São Paulo de Frades, bem como da Câmara Municipal de Coimbra.

Os participantes devem estar devidamente preparados, com pelo menos meia hora de antecedência, devidamente equipados e aptos a participar na prova.

Cada atleta é responsável pela sua hidratação, sendo que a organização apoia com a disponibilização de água, nos abastecimentos.

Dada a impossibilidade de cortar o tráfego rodoviário nalgumas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito na vila e estradas de uso público, devendo ainda respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas.

2. Inscrições

As inscrições efectuam-se até ao dia 30 de Abril de 2019, ou caso se chegue ao limite de 400 inscrições validadas, através da plataforma disponível no sítio: <https://www.acorrer.pt/>

3. Secretariado

O secretariado funcionará na Escola EB 2/3 Rainha Santa Isabel, em Eiras, dia 5 de Maio, no horário compreendido no horário compreendido entre as 7h30 e as 9h00.

4. Condições de Participação

Para participar é indispensável:

Terem pelo menos 18 anos de idade e gozarem de boa saúde, sendo aconselhável que os participantes atestem a sua condição física pelas vias médicas adequadas.

Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos, consciente do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado física e mentalmente.

No caso de ser menor de idade (Inferior a 18 anos), só poderá inscrever-se mediante a apresentação de termo de responsabilidade por parte do tutor/encarregado do menor (ANEXO I).

5. Regras de 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.

6. Material a transportar pelos atletas durante as prova

Cada atleta deverá levar calçado apropriado adequado para este tipo de evento e recipiente para enchimento de líquidos;

7. Percursos

O Trail terá a distância de aproximadamente de 18km, com cerca de 400 e 700 metros de acumulado positivo, respectivamente. A partida será às 09h15.

A Caminhada terá a distância de aproximadamente 8km. A partida será à 09h30.

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.

8. Dorsal

O dorsal será fornecido no secretariado e deve ser colocado bem visível na parte posterior (à frente) do corpo ou como segunda hipótese em torno da cintura desde que esteja sempre visível.

9. Marcação do percurso/Postos de Controlo

A marcação do percurso está a cargo da organização e deverá ser integralmente respeitada pelos participantes, sendo totalmente proibido optar por outros caminhos ou atalhos. Ao longo do percurso existirão vários postos de controlo em locais que poderão ou não ser comunicados aos atletas.

10. Abastecimentos

O Trail terá 2 abastecimentos sólido/líquido e vários postos com líquidos durante o percurso.

A caminhada terá 1 abastecimentos sólido/líquido.

11. Respeito Pela Natureza

Todos os atletas devem deixar os trilhos como os encontraram ou ainda melhor se possível, não devem deitar ao chão embalagens vazias tais como gel, barras, garrafas ou quaisquer outras. Deverão depositá-las no abastecimento mais próximo ou transportá-las até à meta.

12. Conduta

O comportamento inadequado ou o uso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, antes, durante ou depois do evento, serão alvo de advertência ou desqualificação do participante na competição.

13. Penalizações

A penalizações serão aplicadas consoante a gravidade dos factos verificados.

A penalização máxima poderá ocorrer na desqualificação do atleta.

14. Seguro desportivo

Todos os atletas serão cobertos por seguro de acidentes pessoal. Os participantes serão responsáveis de todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais ou de saúde a si mesmo e/ou a terceiros. A organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência, roubo dos objetos e valores de cada participante.

15. Preços

Trail – 13 euros;

Caminhada – 10 euros ;

Menores de 12 anos (Trail e Caminhada): 5 euros;

Almoço para acompanhantes ou público em geral – 6 euros

16. Prémios

Para o Trail serão classificados da seguinte forma:

1º, 2º e 3º lugar da Geral (masculino e feminino);

Classificação por equipas:

Para a classificação por equipas contam as equipas com mais elementos com inscrição validada e que terminem o percurso.

17. Classificações

Na prova de trail, a ordem de classificação é atribuída mediante o tempo de chegada e posição na respetiva categoria.

18. Devolução do valor de inscrição

Em momento nenhum a inscrição será devolvida caso o atleta desista da prova, a qualquer tempo. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos/motivos.

19. Material incluído na Inscrição

Dorsal, Seguro de Acidentes, Abastecimentos, Brinde alusivo ao evento, refeição;

20. Contactos

E-mail: geral@rodapedaleira.pt Tlm. 962810316 / 917015910



ANEXO I

Termo de Responsabilidade para menores de 18 anos

Declaração

_____, residente em _____, portador do Cartão de Cidadão nº _____; válido até __/__/20__, Declara para os devidos efeitos legais que autoriza, na qualidade de _____, (pai/mãe/tutor legal) do menor, portador do Cartão de Cidadão nº _____; válido até __/__/20__, a participar no II Eiras Single Trail, que se realiza a 5 de Maio de 2019, de que a participação é efectuada por livre vontade do menor e que assume a responsabilidade pelos riscos inerentes à participação do referido menor.

_____, ____ de _____ de 20__

(assinatura)