



# Regulamento 1º Trail Aldeia Ribeirinha - Granja 06 Abril 2019

## 1. Prova

### 1.1. Apresentação da prova | Organização

O Trail Aldeia Ribeirinha é um evento no âmbito do desporto amador e do turismo de natureza, que terá lugar na Freguesia de Granja, Concelho de Mourão, Distrito de Évora no dia 6 de Abril de 2019, com o apoio de vários parceiros institucionais e privados.

Esta iniciativa é organizada pelo Núcleo do Sporting Clube de Portugal da Granja que tem como objetivo primário dinamizar a freguesia de Granja como local com excelentes características naturais para o Desporto Aventura.

O Trail Aldeia Ribeirinha – Granja será composto por um Trail Longo (+/- 25Km), Trail Curto (+/- 15Km) e uma Caminhada (+/- 5Km).

### 1.2. Programa | Horário

**Dia 6 de abril**

**08h00m** - Abertura do Secretariado junto à sede do Núcleo do Sporting Clube de Portugal da Granja, sita na **Rua Álvaro Afonso, 41 (Local da Partida)**.

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

**10h00m** - Início da prova.

- Partida do Trail Longo (+/- 25 Km).
- Partida do Trail curto (+/- 15 Km).
- Partida da caminhada (+/- 5 Km).

**12h30m**- 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, pelo que 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 5h00m de tempo limite para terminar o percurso em que estão inscritos.



### 1.5. Segurança

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 o cancelamento do 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.PT.

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 Postos de Abastecimentos, alimentação e hidratação fornecida pela organização será disponibilizada no dia 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.

Os abastecimentos serão constituídos por sólidos e líquidos, e o atleta, ao deixar cada posto de abastecimento, é responsável por ter a quantidade de bebida necessária para alcançar o próximo abastecimento.

### 1.9. Material recomendado para Trail longo

- ✓ Calçado/Vestuário adequados;
- ✓ Telemóvel;
- ✓ Dorsal (visível) (alfinetes para a colocação do mesmo);
- ✓ Boné ou outra proteção para a cabeça;
- ✓ Protetor solar;
- ✓ Mochila;
- ✓ Apito;
- ✓ Água (recipiente para água) e alimentos energéticos.
- ✓ Manta Térmica
- ✓ 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 |
| Não cumpra o presente Regulamento                              | 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 poro o evento de acidentes pessoais para cada atleta.

Em breve serão disponibilizadas 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 |
|-------------|-----------|-------------------------------------|------------------------|---------------------|
| Trail Longo | +/- 25 Km | 18 anos                             | SIM                    | SIM                 |
| Trail Curto | +/- 15Km  | 16 anos                             | SIM                    | SIM                 |
| Caminhada   | +/- 5Km   | Sem restrições                      | N/A                    | N/A                 |

**\* A idade a ter em conta será a que o participante terá em 6 de Abril de 2019**

**NOTA:** A participação de menores de 18 anos obriga a entrega da declaração de autorização do encarregado de educação.

### 2.2. Inscrição regularizada

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



### 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 trails 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

Não se permitirá a ajuda de pessoas alheias ao evento durante o percurso do mesmo.

### 2.5. Colocação dorsal

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível devendo 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.

**Nota: Todos os participantes deverão ser portadores de alfinetes para o dorsal ou porta dorsal.**

### 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.PT que é responsável pela atribuição de número de dorsal. O valor base é de 13€, exceto outros extras que estejam propostos aos atletas pela acorrer.pt.

Aquando da inscrição o atleta aceita as regras estabelecidas neste documento.

Para dúvidas e esclarecimentos acerca do evento, poderá ser utilizado o email:

[nucleoscpgranja@gmail.com](mailto:nucleoscpgranja@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 1 de abril de 2019.



### 3.2. Valores e condições de inscrição

| Prova                   | Valor |
|-------------------------|-------|
| Trail Longo (+/- 25 Km) | 13€   |
| Trail Curto (+/- 15 Km) | 13€   |
| Caminhada (+/- 5 Km)    | 7€    |
| Refeição                | 7€    |
| Refeição (Acompanhante) | 9€    |

### 3.3. Condições devolução do valor de inscrição

No caso de Fenómenos Extremos que possam por em causa a segurança do evento este será marcado para uma data posterior que será comunicada aos participantes tão breve quanto possível sem que haja direito a devolução do valor da inscrição.

### 3.4. Incluído na inscrição

- ✓ Dorsal (Trail Longo - Trail Curto)
- ✓ Prémios 3 Melhores Classificados (Trail Longo - Trail Curto/ Masculinos Femininos)
- ✓ Abastecimentos sólidos e líquidos
- ✓ Seguro de acidentes pessoais
- ✓ Banho
- ✓ Cronometragem Trail Longo - Trail Curto
- ✓ Medalha Finished
- ✓ T-Shirt técnica alusiva ao evento - Trail Longo - Trail Curto
- ✓ Entradas Grátis para Visita ao Museu da Aldeia da Luz (Participante e acompanhante)
- ✓ Outras ofertas especiais serão divulgadas posteriormente.

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

#### Dia da Prova

**08h00m** - Abertura do Secretariado junto à sede do Núcleo do Sporting Clube de Portugal da Granja, sita na Rua Álvaro Afonso, 41 (Local da Partida)

### 3.6. Serviços disponibilizados

- ✓ Balneários no Ringue Desportivo da Granja (800 m do local de partida e chegada).
- ✓ Serviço de Bar (Junto à chegada).

## 4. Categorias e Prémios

### 4. 1. Definição das categorias etárias/sexo individuais

Tanto no Trail Longo como no Trail Curto não existem categorias etárias sendo que os escalões existentes são apenas o de Masculinos e Femininos.

**CAMINHADA:** Sem Escalões

**Classificação por equipas:** Não haverá Classificação por Equipas.

### 4.2. Prémios

Prémio aos 3 primeiros classificados da geral 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 trilho 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.