

Regulamento

Descrição da Prova

O III “ TRAIL RUNNING de Baleizão “19, Nas Margens do Rio Guadiana”, será realizado no dia 20 de Outubro de 2019 (Domingo), em Baleizão, independentemente das condições climatéricas desse dia, desde que a Organização entenda que as mesmas não oferecem risco para os participantes.

O local da partida e chegada será na Sociedade Filarmónica 24 de Outubro de Baleizão, os banhos serão no campo de jogos de futebol.

Será constituído por duas provas de carácter competitivo:

Trail Longo – 25 kms, Trail Curto – 15 kms, para além de uma Caminhada de 10 kms, e de Corrida para Jovens, dos escalões de Benjamin a Juvenis.

É uma Organização do GD Sociedade Filarmónica 24 de Outubro de Baleizão, Associação sem fins lucrativos, com sede em Baleizão, e que conta com o apoio da, Junta de Freguesia de Baleizão, Câmara Municipal de Beja, alguns patrocinadores e a colaboração da Associação de Atletismo de Beja.

As provas de carácter competitivo percorrem caminhos e trilhos nas encostas, margens do Rio Guadiana com início e final na Sociedade Filarmónica 24 de Outubro de Baleizão.

A prova **“Trail Longo de 25 kms ”** terá a distância de aproximadamente 25 Kms, com 1100 metros de desnível positivo e 800 metros de desnível negativo. **A partida será às 9h00.**

A prova **“Trail Curto de 15 Kms ”** terá a distância de aproximadamente 15 Kms, com 490 metros de desnível positivo e 300 metros de desnível negativo. **A partida será às 9h10**

A **“Caminhada de 10 Kms ”** terá a distância de aproximadamente 10 Kms, com 200 metros de desnível positivo e 150 metros de desnível negativo. A partida será às 9h20

O **“Corrida Jovens”** terá cinco distâncias (300, 500, 1000, 2000 e 3000 metros), A partida será a partir das 09h45, na Rua dos Pintores nº 10, junto à Sociedade Filarmónica 24 de Outubro de Baleizão.

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.

Os participantes devem estar devidamente preparados, com pelo menos meia hora de antecedência, devidamente equipados e aptos a participar na corrida que escolherem. Existirá controlo nas partidas destas provas, que abrirá 30 minutos antes do seu começo e encerrará 10 minutos antes da partida.

O presente regulamento tem como objetivo definir as regras de participação no evento desportivo III TRAIL RUNNING “Nas Margens do Rio Guadiana”.

Condições de Participação

1. As idades de participação são as seguintes:
2. Trail Longo (25kms) – serão admitidos atletas com idade igual ou superior a 18 anos.
3. Trail Curto (15kms) – serão admitidos atletas com idade igual ou superior a 18 anos.
4. As inscrições para a “Corrida Jovens” deverão ser feitas através do e-mail da Associação de Atletismo de Beja (atletismo.beja@gmail.com) e na Junta de Freguesia de Baleizão.

5. Caminhada (10Kms) serão admitidos participantes com idade igual ou superior a 10 anos, sendo que os menores de idade terão que ser acompanhados por um responsável maior de idade e mediante entrega da respetiva declaração de autorização do encarregado de educação.
6. A organização faculta no dia as respetivas autorizações.
7. O ato de inscrição pressupõe a total aceitação das regras aqui estabelecidas.

Inscrição

- 1- As inscrições terão que ser efetuadas online no site: www.acorrer.pt, não sendo necessário enviar comprovativo de pagamento para a organização.
- 2- O período de inscrições termina de acordo com prazo indicado no site www.acorrer.pt
- 3- A inscrição fica regularizada após liquidação do pagamento até à sua data limite.
- 4- Todas as inscrições sem confirmação de pagamento até ao prazo limite não serão consideradas
- 5- As inscrições são pessoais e intransmissíveis. A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro.
- 6- Os dorsais serão entregues Individualmente ou a responsável de equipa para levantamento coletivo, deverão apresentar o CC/BI no momento de recolha dos mesmos.
- 7- Não se aceitam alterações dos dados fornecidos pelos participantes após o término das inscrições.

Valor Inscrição

1- As inscrições têm os seguintes valores:

- a) – Trail Longo 25 Kms: 12,50 €;
- b) – Trail Curto 15 Kms: 10, 00 €
- c) - Caminhada: 7,50 €
- d) – Corrida de Jovens - Grátis
- e) – Almoço volante só para participantes: Gratuito
- f) – Almoço volante para acompanhantes: 5,00 €

Devolução do valor de inscrição

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

As inscrições devem ser feitas de acordo com os prazos indicados (prazo limite: 24h00, do dia 17 de outubro de 2018) e através do site: www.acorrer.pt

O valor de inscrição inclui o direito a: Almoço Volante, Dorsal, Seguro de acidentes pessoais e Responsabilidade Civil, Abastecimentos sólidos e líquidos, Prémio Finisher, T-shirt oficial do evento, Duche, entre outros brindes.

Numero limite de Participantes

Trail Longo de 25 kms – **Sem Limite**

Trail Curto de 15 Kms - **Sem Limite**

Caminhada de 10 Kms - **Sem Limite**

Corrida de Jovens - **Sem Limite**

NOTA: Os numeros limite de participantes poderão ser alterados se a organização assim o entender.

Secretariado

O secretariado funcionará na Sociedade Filarmónica 24 de Outubro de Baleizão, situada na rua dos Pintores, nº 10 em Baleizão, no dia 20 de Outubro, (sábado), das 16:00 às 19:00, e no dia do evento (domingo) a partir da 07:00 da manhã.

Corrida Jovens

Benjamin A Masc/Fem	2011/10/09	+ - 300 metros	1 volta
Benjamin B Masc/Fem	2008/2007	+ - 500 metros	1 volta
Infantis Masc/Fem	2006/2005	+ - 1000 metros	1 volta
Iniciados Masc/Fem	2004/2003	+ - 2000 metros	2 volta
Juvenis Masc/Fem	2002/2001	+ - 3000 metros	3 volta

Escalões Etários das provas

“Trail Longo de 25 Kms Trail Curto de 15 kms”

(Para efeitos de escalão considera-se a idade que o participante terá no dia da prova)

Femininos

Sub 23 (18 a 22 anos)
Seniores (23 a 39 anos)
Veteranos F 40 (40 a 44 anos)
Veteranos F 45 (45 a 49 anos)
Veteranos F 50 (50 a 54 anos)
Veteranos F 55 (55 a 59 anos)
Veteranos F 60 (a partir 60 anos)

Masculinos

Sub 23 (18 a 22 anos)
Seniores (23 a 39 anos)
Veteranos M 40 (40 a 44 anos)
Veteranos M 45 (45 a 49 anos)
Veteranos M 50 (50 a 54 anos)
Veteranos M 55 (55 a 59 anos)
Veteranos M 60 (a partir 60 anos)

Classificações e Prémios –

“Trail Longo de 25 Kms Trail Curto de 15 kms”

Nas provas “Trail Longo de 25 Kms e Trail Curto de 15 kms”, haverá troféus para os 3 primeiros classificados da classificação geral (femininos e masculinos) e de cada escalão, assim como para as três equipas melhor classificadas.

Para a classificação coletiva contarão os 3 melhores atletas de cada equipa, independentemente do seu escalão ou sexo, sendo o resultado da cada equipa obtido pela soma dos pontos alcançados na classificação geral, vencendo a equipa que somar menos pontos (pelo seguinte sistema de pontuação:

1º Classificado – 1 ponto,

2º Classificado – 2 pontos,

3º Classificado – 3 pontos, e assim sucessivamente).

Em caso de empate entre duas equipas, o critério de desempate terá em conta a “equipa que fechar primeiro”. Ou seja, a classificação individual do 3º melhor atleta de cada equipa, definirá a ordem pela qual as mesmas serão classificadas.

Todos os participantes que terminarem as suas provas terão direito a um prémio Finisher.

Notas: Os escalões referem-se à idade do participante na data da prova/inscrição.

Todos os atletas da Corrida Jovens, terão direito a prémio, Medalha/Troféu.

Condições físicas

Todos os participantes são responsáveis por:

- a) Ter consciência das dificuldades físicas e mentais inerentes à participação em qualquer uma das distâncias do evento.
- b) Ter capacidades mínimas, tanto físicas como emocionais para uma participação em segurança em qualquer uma das distâncias do evento.
- c) Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas
- d) Saber gerir os problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, as pequenas lesões.

Ajuda externa

Não será permitida a ajuda de pessoas alheias à organização, excepto em situações de emergência.

Dorsal

- 1 - A identificação por número de dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve estar sempre bem visível.
- 2 - O participante é responsável pela integridade do respetivo dorsal.
- 3 - Estão impressos no dorsal os números de telefone em caso de emergência.

Regras de conduta desportiva

- 1- Todos os atos do evento deverão ser norteados por um completo fair-play, assumindo a organização e os concorrentes, pelo fato de aceitarem este regulamento ao inscreverem-se, aquilo que é o património cultural deste desporto: entreajuda, respeito pelo desafio, pelos outros concorrentes, organizadores e colaboradores.
- 2 - O comportamento inadequado, como seja, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou física, poderá ser punido com advertência,

desqualificação ou expulsão com proibição de inscrição em eventos posteriores.

Compromisso Ambiental

1- “ TRAIL RUNNING “Nas Margens do Rio Guadiana” é um desporto de contacto com a natureza pelo que o único vestígio da passagem dos atletas será as suas pegadas.

2- Todos os atletas são responsáveis pelo transporte do seu “lixo” durante a prova, depositando esses resíduos nos locais de abastecimento ou então levando-os consigo até à meta.

A prova disputa-se nas seguintes categorias;

Trail Longo - 25 km, por caminhos, trilhos,vinha,olivais,mato,nas margens do Rio Guadiana.

Trail Curto – 15km, por caminhos, estradas florestais, trilhos e olivais e vinha,mato,nas margens do Rio Guadiana.

Todas as distâncias evitam estradas alcatroadas, excepcionando as entradas e saídas da Aldeia. Nas mesmas estarão elementos da organização para assegurar a segurança dos participantes.

Em paralelo às provas existirá também uma caminhada com a distância, 10 km em caminhos e trilhos de terra, pelas paisagens envolventes à aldeia de Baleizão.

Tempo Limite

Os atletas podem fazer o percurso a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem o tempo limite que será de:

- a) Trail Longo 25 Km – 6 horas
- b) Trail Curto 15 Km – 4 horas
- c) A Caminhada não terá tempo limite de chegada. Tem uma duração prevista de cerca de duas a três horas.

Programa Horário

Secretariado da prova

Local: Sociedade Filarmónica 24 de Outubro de Baleizão

Sábado, 19 de Outubro de 2019

18:00 - Abertura do secretariado na Sociedade Filarmónica 24 de Outubro de Baleizão para levantamento do dorsal

20:00 – Encerramento do secretariado

Domingo, 20 de Outubro 2019

07:00 - Abertura do secretariado para levantamento do dorsal

08:20 - Encerramento do Secretariado

08:30 - Briefing para todas as distâncias

09:00 – Partida do Trail Longo

09:15 - Partida do Trail Curto

09:20 - Partida para a Caminhada

09:45 – Início Corrida Jovens

12:15 – Hora limite de chegada do Trail Curto

13:00 – Início do almoço

15:00 - Hora limite de chegada Trail Longo

15:00 - Entrega de Prémios

*O programa horário poderá sofrer ligeiros acertos até ao dia da prova.

Postos de Controlo

1) Trail Longo 25km – 3 postos de controlo

2) Trail Curto 15km – 2 posto de controlo

É obrigatória a passagem dos concorrentes pelos postos de controlo que se situam no percurso.

Abastecimentos

- 1) Trail Longo 25 Km – 3 postos de abastecimentos
- 2) Trail Curto 15 Km – 2 postos de abastecimento
- 3) Caminhada 10 Km – 1 posto de abastecimento

Todos os postos de abastecimento terão líquidos e sólidos.

Material obrigatório

A prova dar-se-á em regime de semi autonomia dos atletas pelo que estes deverão, obrigatoriamente, ser portadores do seguinte material mínimo:

- Reservatório para líquidos (bidon, flask, copo reutilizável, etc.)
- Telemóvel
- Apito
- Reforços energéticos/alimentares (gel, barra, etc).

É da exclusiva responsabilidade dos atletas serem portadores do material acima descrito.

Penalizações/ desclassificações

O não cumprimento dos pontos mencionados neste regulamento poderão levar à penalização dos participantes e em casos limite à sua desqualificação. As penalizações a aplicar serão decididas pela equipa técnica responsável pela prova em função da gravidade da infracção

Será motivo de penalização:

- a) Não leve o dorsal bem visível (penalização de 5 min.);
- b) Ignore as indicações da organização (penalização de 5 min.)

Será motivo de desclassificação:

- a) Tenha uma conduta anti-desportiva
- b) Não complete na totalidade o percurso
- c) Alteração do dorsal
- d) Deitar lixo nos trilhos

Seguro Desportivo

Seguro Desportivo de acordo com a lei em vigor

As condições da apólice do seguro de acidentes pessoais e responsabilidade civil, são as do seguro desportivo obrigatório e aplicáveis a todos os participantes, federados ou não.

Material Incluído com a inscrição

- Dorsal
- Seguro de acidentes pessoal e Responsabilidade Civil;
- Abastecimentos líquidos;
- Abastecimentos sólidos
- T-shirt técnica, oficial do evento;
- Duche;
- Prémio Finisher;
- Almoço Volante (sopa, bifana, fruta e garrafa de água);
- Brindes adicionais;

Marcação do Percurso

A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo os atletas respeitá-lo ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos. A marcação será feita recorrendo a marcas no chão com cal, sinalização vertical (placas), fitas sinalizadoras e/ou uma combinação de todas as anteriores. Para além de indicações por colaboradores da Organização em atravessamento de estradas e outros locais.

Serviços disponibilizados

- 1) Dormida na escola (ginásio) de 19 para 20 para quem solicitar
- 2) Duches quentes
- 3) Haverá Vassouras em todas as distâncias
- 4) Transporte dos postos de abastecimento para Baleizão para os atletas desistentes

5) Haverá apoio de emergência ao longo de toda a prova mediante solicitação da mesma

6) No caso de um concorrente considerar necessário receber assistência médica deve proceder do seguinte modo:

a) Solicitar assistência aos membros da Organização que encontrar; ou telefonar para o número de telemóvel da organização que será inscrito no dorsal;

b) Telefonar para o 112 (neste caso responsabiliza-se pelas despesas que os atos médicos e de transporte acarretarem e que não estejam cobertos pelo seguro de prova)

Direitos de Imagem

Ao inscreverem-se os concorrentes renunciam aos direitos de imagem durante todos os atos do evento, nomeadamente à prova e às cerimónias protocolares. Os direitos de imagem, ficarão a cargo da BTT-TV.

Apenas a organização pode transmitir esse direito de imagem a outros, tais como, órgãos de comunicação social.

Durante a prova existirão fotografos, que irão documentar o evento.

Casos Omissos

Os casos omissos serão resolvidos pela Organização.

Diversos

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições encontradas no dia do evento, assim como à suspensão da prova se as condições não permitirem o seu desenvolvimento em segurança.

Este regulamento ainda pode ser alterado de modo a que fique mais completa a informação.

Baleizão, 24 Julho de 2019

A Organização