

Regulamento do 8º TNV- TRAIL NOTURNO DE VALONGO

TNV- Trail Noturno esta de volta a 11 de Dezembro de 2021

depois de um ano de paragem devido à pandemia voltamos para a 8ª edição com as 3 distancias já um clássico da nossa prova.

22km com cerca de 700D+

12km com cerca de 450D+

e uma caminhada com 8km com cerca de 150D+

Devido as limitações que as organizações estão sujeitas vamos limitar ainda mais as nossas inscrições e teremos de ser ainda rigorosos nesse limite.

22km 200 vagas

12km 250 vagas

8km 150 vagas

depois das inscrições validadas só serão aceites trocas entre distancias caso existam vagas disponíveis.

Pontos

1. Condições de participação

1.1. Idade participação das diferentes provas

1.2. Inscrição regularizada

1.3. Condições físicas

1.4. Definição possibilidade ajuda externa

1.5. Colocação da dorsal

2. Prova

2.1. Apresentação da prova / organização

2.2. Programa

2.3. Metodologia de controlo de tempos 07

2.4. Postos de controlo

2.5 Partidas/Chegadas

2.6. Abastecimento

2.7. Material recomendado

2.8 Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

- 2.9. Penalizações / desqualificações
- 2.10. Responsabilidades perante o atleta / participante
- 2.11. Seguro desportivo

3. Inscrições

- 3.1. Processo inscrição
- 3.2. Valores e períodos de inscrição

4. Categorias e Prémios

5. Marcação e controles

6. Direitos de imagem

7. Apoio de emergência

8. Casos omissos

9. Diversos

IMPORTANTE

- É preciso ter a condição física adequada às características desta prova onde acrescenta a dificuldade ser Noturna.
- Ao inscrever-se está a concordar na íntegra com o presente regulamento.
- A inscrição é pessoal e intransmissível e é aceite por ordem de chegada.
- A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro.
- Em caso de um participante não poder participar no evento a organização não se vê no dever de devolver o valor da inscrição.
- No caso de as condições climatéricas ou motivos de força maior não permitirem a realização do evento e levarem ao seu cancelamento, as inscrições serão automaticamente transferidas para a edição de 2022 ou será feita a devolução de 50% do valor da inscrição aos participantes que requirem o reembolso.
- No mês que antecede o evento não é permitida a alteração de dados na inscrição.
- Mantenha-se no trilho traçado;

- Não deixe lixo ou outros vestígios de passagem;
- informamos que os abastecimentos líquidos não serão fornecidos através de garrafas nem de copos plásticos. Cada atleta é responsável por levar consigo o (s) recipiente (s) que julguem mais adequado (s) para a sua
- A Organização reserva-se o direito de aceitar inscrições de última hora.
- Para inscrições realizadas no último mês antes da prova, a organização não garante tamanho de t-shirt nem garante T-shirt oficial da prova.
- O presente regulamento está sujeito a alterações;
- Só será aceite troca de distancia ate a um mês da realização da prova e caso o limite de cada prova não esteja esgotada.

1. Condições de participação

1.1. Idade de participação

As provas são destinadas apenas a atletas maiores de 16 anos e caminhada a crianças com mais de 10 anos quando acompanhadas por um adulto inscrito.

1.2. Inscrição regularizada

Para a participação na prova o atleta deverá ter a sua inscrição previamente regularizada nos prazos estabelecidos e aceitar todas as normas constantes do presente regulamento.

1.3. Condições físicas

É imprescindível ter a condição física adequada às características desta prova e ter em conta que se realiza em Dezembro e de noite.

1.4. Possibilidade de ajuda externa

O apoio aos atletas por elementos externos à organização é apenas permitido nos postos de abastecimento.

1.5. Colocação da dorsal

O dorsal é pessoal e intransmissível. O dorsal do atleta deve estar em local facilmente visível aos elementos da organização e demais entidades que apoiam e/ou colaboram com a mesma. Em caso de desistência o atleta deverá entregar o dorsal à organização no secretariado da prova, comunicando dessa forma a sua desistência.

2. Prova

2.1. Apresentação da prova / organização

O TNV- Trail Noturno de Valongo é organizado pela KeMedo Team Associação Desportos em Natureza. Conta ainda com a colaboração da Câmara Municipal de Valongo e da Junta Freguesia de Valongo, Bombeiros Voluntários de Valongo, Clube BTT Valongo e Longusbike

Provas:

Trail Longo 22 km – Tem início às 19.15h

Trail Curto 12km - Tem Início as 19.30h

Caminhada 8km- Tem inicio as 19.45h

2.2. Programa

10 de Dezembro (Sexta)

das 14h as 19h - Funcionamento do secretariado/Distribuição de dorsais TNV na Loja Longusbike

11 de Dezembro

das 10h00 as 18h

Funcionamento do secretariado/Distribuição de dorsais TNV na Loja Longusbike

19h15 – partida dos 22km

19h30 - partida dos 12 km

19.45h- Partida caminhada 8km

20h15 – Chegada prevista dos primeiros atletas 12km

20h45 – Chegada prevista dos primeiros atletas 22km

22h00 -Cerimónia de entrega de prémios Trail Longo 22 km e Trail Curto 12 km

2.3. Metodologia de controlo de tempos

Controlo realizado através dum chip que o atleta tem de validar em cada um dos postos de controlo.

2.4 Postos de controlo

Os controlos intermédios estarão em lugar a definir pela organização.

2.5. Partidas e Chegadas

Se na data de realização do evento a Pandemia por COVID-19 ainda se mantiver serão aplicadas as medidas de segurança que se descreverão neste e nos pontos seguintes do regulamento. No caso da Pandemia se manter as partidas serão feitas de forma faseada. Os atletas irão partir em grupos de definidos pela organização e pelas entidades responsáveis na semana do evento.

O uso de máscara facial é obrigatório na partida e até 400m após a mesma, podendo depois ser retirada em local que estará devidamente assinalado.

O relógio iniciará a contagem no momento estabelecido, com ou sem a presença dos participantes.

À chegada, após cortar a meta, todos os participantes são obrigados a colocar novamente a máscara de proteção.

Todos os atletas para poderem participar no TNV tem que ter certificado Vacina para à covid valido ou teste negativo nas ultimas 72h antes do evento.

2.6. Abastecimento

À entrada nos abastecimentos é obrigatória a desinfecção das mãos e o uso de máscara de proteção durante a permanência nos mesmos. São aconselhados todos os participantes a manter o distanciamento social de 2m e a fazer a lavagem eficaz das mãos sempre que possível.

Os elementos da organização irão gerir o bom funcionamento dos Abastecimentos e o cumprimento das regras de segurança, nomeadamente no que diz respeito ao tempo de permanência nos mesmos, apelando sempre ao bom senso dos intervenientes.

Os participantes devem sempre obedecer às orientações dos elementos da organização.

As 3 provas deste evento realizam-se em semi-autonomia, sendo fundamental que cada atleta se faça acompanhar por uma quantidade mínima de calorias e líquidos, de forma a satisfazer as suas necessidades entre abastecimentos.

Informa-se que os abastecimentos líquidos não serão fornecidos através de garrafas nem de copos plásticos.

Cada atleta é responsável por levar consigo o (s) recipiente (s) que julgue mais adequado (s) para a sua hidratação

Apenas os elementos do staff tocarão nos recipientes com a comida e bebidas disponibilizadas. Os atletas não

devem tocar nos recipientes e apenas indicar o que pretendem.

Após abastecerem-se, os atletas devem sair da Área de alimentação, manter o distanciamento social de 2m recomendado pela DGS relativamente a outros atletas e, só após, retirarem a máscara de proteção para poderem comer.

2.7. Material obrigatório e recomendado

É obrigatório Telemóvel e Frontal e Mascara, sem este material o atleta é impedido de participar no TNV, é barrado a zona de partida e desclassificado sendo que será informado que o chip será desativado.

O uso de máscara de proteção no recinto de levantamento dos dorsais, na arena do evento, no local da partida até ponto devidamente assinalado, nos postos de abastecimento e logo após o corte da meta.

Material altamente recomendado:

Manta Térmica, Mochila/Colete com Hidratação

Independentemente das condições climáticas os participantes devem considerar este material como o seu Kit de Sobrevivência, portanto aconselha-se que acompanhe sempre os atletas em terreno montanhoso e Noturno .

2.8. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

A organização terá um sistema de segurança ao longo de todo o percurso, contudo, dado que será impossível realizar corte de tráfego rodoviário nalgumas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito nas estradas de uso público.

2.9. Desqualificações

Ficará ainda desclassificado todo aquele que:

- Não cumpra o presente regulamento;
- Não complete a totalidade do percurso;
- Deteriore ou suje o meio por onde passe;
- Não leve o seu número bem visível;
- Ignore as indicações da organização;
- Tenha alguma conduta antidesportiva.

2.10. Responsabilidades perante o atleta / participante

A inscrição na prova implicará total aceitação do presente regulamento.

2.11. Seguro desportivo

A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei para a realização deste tipo de provas. O prémio do seguro está incluído no valor da inscrição.

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição

A inscrição é realizada online através do site <https://stopandgo.com.pt>

3.2. Valores e períodos de inscrição

Abertura das inscrições a 11 de Setembro 2021

1ª Fase - 11 a 30 Setembro

Trail Longo 11€

Trail Curto 11€

Caminhada 6€

2ª Fase - 1 a 31 Outubro

Trail Longo 13€ Trail Curto 13€

Caminhada 7€

3ª Fase- 1 a 28 Novembro

Trail Longo 15€

Trail Curto 15€

Caminhada 7€

Fecho das inscrições a 28 Novembro 2021

O valor de inscrição inclui: dorsal, seguro de acidentes pessoais, T-shirt da prova, banhos, reforço alimentar durante a prova, assim como todas as ofertas que a organização venha ainda a conseguir.

O Reforço final habitual do TNV neste momento não está garantido derivado à Pandemia.

Caso não seja possível a organização substitui esse reforço por outra oferta similar.

Todos os participantes devem levantar o seu dorsal nos dias e horários previstos, para evitar constrangimentos

no secretariado facilitando o cumprimento das orientações da DGS relativamente à

Pandemia por COVID-19. Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de um documento de identificação É obrigatória a desinfeção das mãos e o uso de máscara durante a permanência no secretariado.

O levantamento do dorsal será pessoal, isto é, o dorsal só será entregue ao atleta em questão.

Tendo em conta as orientações da DGS no combate à COVID-19, no ato do levantamento do dorsal será

solicitado a cada participante a assinatura de um Termo de Responsabilidade, no qual assumirá o seguinte:

- Que leu e aceita na íntegra o presente regulamento;
- Que tem capacidade física e psicológica para participar neste tipo de evento;
- Que não apresenta sintomatologia suspeita de infeção por COVID-19;
- Que não teve contato com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-Cov-2 ou Covid-19 nos últimos 14 dias.
- Que tenha certificado de vacinação Covid válido ou teste negativo Covid 72 horas antes do evento

O Termo de Responsabilidade deve ser impresso, devidamente assinado e entregue no secretariado no ato

do levantamento do dorsal.

O link para download do ficheiro será facultado brevemente.

4. Categorias e Prémios

4-1 Haverá classificação e prémios por equipas para a qual contam os tempos dos 3 melhores atletas na classificação geral, (não há distinção de sexo ou idade).

Irá também haver classificação segundo os seguintes escalões etários:

- M/F Seniores - dos 18 aos 39 anos
- M/F40 – dos 40 aos 49 anos
- M/F50 – dos 50 aos 59 anos
- M/F60 - mais de 60 anos

Serão atribuídos troféus aos 3 primeiros homens e 3 primeiras mulheres de cada escalão etário.

5. Marcação e controles

O percurso estará marcado com pequenos refletores só visíveis com lanterna ou frontal, numa distância entre si no máximo de 20 metros onde será reforçada a marcação nos desvios e locais de maior dúvida.

6. Direitos de imagem

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza aos organizadores da prova a gravação total ou parcial da sua participação na mesma, pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a imagem do atleta para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

7. Apoio e emergência

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem.

8. Casos omissos

Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pela comissão organizadora, de cujas decisões não haverá recurso.

9. Diversos

- Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar as regras de viação nos cruzamentos da estrada.
- A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova se as condições meteorológicas assim o obrigarem, ou devido a força maior.