

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

REGULAMENTO

Muito Importante:

- Ao inscrever-se está a concordar na íntegra com o presente regulamento.
- É imprescindível beber em todos os abastecimentos e alimentar-se convenientemente.
- **Pelas características da prova, é obrigatória a utilização de: apito, reserva de água de pelo menos 0,5 litros, telemóvel e manta de emergência.**
- No **Trail Longo e Curto** só poderão participar indivíduos com idade igual ou superior a 18 anos. No Curto é possível participar com 17 anos, desde que entregue o termo de responsabilidade, assinado pelo encarregado de educação desde que gozem de boa saúde e se encontrem com uma preparação física e psíquica apta a esforços longos, não se responsabilizando a Organização por qualquer tipo de consequências provocadas pela sua participação, aconselhando os participantes a atestarem a sua condição física pelas vias médicas adequadas.
- **Caminhada** é um evento não competitivo e aconselhado a idades superior a 12 anos.
- No **Kids Trail** apenas poderão participar crianças e jovens com idade compreendida entre os 6 e os 14 anos.

Definição do Evento

Provas:

Trail Longo – prova de corrida maioritariamente em montanha de 27 km, com 1500 metros de desnível positivo.

Trail Curto – prova de corrida maioritariamente em montanha de 15 km, com 950 metros de desnível positivo.

Caminhada – evento de cariz não competitivo, com a distância de 8km.

Kids Trail – prova de corrida dos 400 aos 1000 metros.

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

1 – Condições de Participação

1.1 Idade participação diferentes provas

A participação na prova dos 27km só é autorizada a pessoas igual ou maiores de 18 anos de idade, nos 15km, a partir dos 17 anos (com Termo de responsabilidade). Para a caminhada e kids trail **os encarregados de educação dos menores de 18 anos têm de assinar um termo de responsabilidade.**

Para a caminhada podem participar os menores de idade, desde que inscritos com um adulto, respeitando e aceitando as condições descritas no presente regulamento

1.2 Inscrições regularizadas

A pré-inscrição/inscrição em qualquer dos eventos pressupõe a total aceitação das regras aqui estabelecidas.

1.3. Condições físicas

Para participar no evento o atleta deve estar consciente das dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado fisicamente e mentalmente.

De haver adquirido, antes do evento, uma capacidade real de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de prova, nomeadamente:

Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de uma fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, as pequenas lesões, etc. Por conseguinte, concordam em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e outros participantes de qualquer responsabilidade com os mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes;

● **Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito nas vilas e estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento;**

● Os atletas devem estar conscientes da distância e das particularidades das provas e estarem suficientemente treinados para isso;

● Os atletas devem **ter adquirido, antes da prova, uma real capacidade de auto-suficiência em montanha**, que permita a gestão dos problemas induzidos por este tipo de competições, nomeadamente em condições de alterações climáticas (vento, frio, nevoeiro, chuva ou neve);

● Os atletas terão de saber enfrentar problemas físicos e mentais resultantes da fadiga extrema, problemas digestivos, articulares e dores musculares, etc;

● **Ter a consciência de que não é papel da organização ajudar um atleta a ultrapassar estes problemas e que tal depende, principalmente, da sua**

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

capacidade em adaptar-se às situações problemáticas decorrentes deste tipo de competição;

- Estas provas são de participação individual, não é permitido fazer-se acompanhar de animais.

1.4. Ajuda externa

Não será permitida qualquer ajuda externa fora dos locais definidos pela organização, pelo que o atleta deve estar consciente da sua condição física e gerir os seus problemas que surjam para uma atividade em montanha, de forma segura.

1.5. Colocação de dorsal

O numero do atleta e pessoa e intransmissível e devera ser colocado na frente do corpo, a altura do peito e sempre visível.

Em caso de desistência, desclassificação ou barramento horário o atleta é obrigado a entregar o dorsal à organização, sem prejuízo do mesmo ser devolvido no final da prova (meta ou secretariado).

1.6 Regras de conduta desportiva

O atleta durante toda a prova devera adotar um comportamento digno, abstendo-se nomeadamente de fazer recurso a linguagem ofensiva, agressões verbais ou físicas.

Caso se verifiquem as infracções anteriormente descritas, estas serão alvo de penalização, nomeadamente:

- ✂ Advertência;
- ✂ Desqualificação;
- ✂ Expulsão e consequente proibição de inscrição em eventos posteriores (por um período de dois anos);
- ✂ Caso a linguagem ofensiva seja efectuada em redes sociais, blogs ou páginas será punido com a proibição de inscrição no evento e eventos posteriores (pelo período mínimo de dois anos).

1.5 Comunicação/contacto com a organização

Qualquer contacto com a organização deverá ser efectuado pelo formulário de contacto existente na página www.stopandgo.net ou através dos seguintes

Contactos:

Centro Multiusos de Lamego

E-mail: marcha.corrida@cm-lamego.pt

Telefone fixo: +351 25409008

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

2 – Prova

2.1 Apresentação das provas / Organização

O Município de Lamego em parceria com a Associação Desportiva de Avões e a Associação de Terras Dom Pedro, apoio de diversas entidades públicas, associativas e privadas, organizam a quarta edição do evento Lamecum Trail, que decorrerá no dia 28 e 29 de outubro, na cidade de Lamego, independentemente das condições climatéricas do dia, desde que a organização entenda que não ofereçam riscos aos participantes.

A organização acompanha em permanência a evolução das condições climatéricas podendo suspender/anular a prova a qualquer momento.

A IV Edição do Lamecum Trail será constituída pelos seguintes eventos:

Nota: Os horários das partidas podem ser antecipados se as condições climatéricas assim o exigirem.

Kids Traill Km – Distância, horários e tempo limite

Sábado, dia 28 de junho. Início às 15h30, na mata dos Remédios, Carreira Central

Lamecum 27 Km – Distância, horários e tempo limite

Domingo dia 29 de outubro. Início às 9h45, na Avenida Dr. Alfredo de Sousa, num percurso com uma distância de 27 Km e aproximadamente 1550 metros de desnível positivo, terminando na praça em frente ao Escadório.

O tempo limite para conclusão do Trail Longo é de 5h00 horas, passadas as quais todos os atletas em prova serão retirados do percurso..

Lamecum 15Km – Distância, horários e tempo limite

Domingo dia 29 de outubro. Início às 9h45, na Avenida Dr. Alfredo de Sousa num percurso com uma distância de 15 Km e aproximadamente 950 metros de desnível positivo, terminando na praça em frente ao Escadório.

O tempo limite para conclusão do Trail Curto é de 3h30 horas, passadas as quais todos os atletas em prova serão retirados do percurso..

Caminhada – 8 km

Domingo, dia 29 de outubro. Início às 10h15, na igreja matriz de Avões. num percurso com uma distância de 8 Km e aproximadamente 450 metros de desnível positivo, terminando na praça em frente ao Escadório.

Os participantes serão acompanhados por colaboradores, sendo este um evento não competitivo.

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

2.2 Programa / Horário

28 de outubro, sábado

10h00 – Abertura do secretariado (Centro Multiusos).

15h30 – Kids Trail

Mata do Santuário, carreira central

6 aos 7 anos – 1 volta

8 aos 9 anos – 2 voltas

10 aos 12 anos – 3 voltas

13 aos 14 anos - 4 voltas

16h30 – Entrega de Prémios kids

21h00 - Encerramento secretariado

29 de outubro, domingo

8h00 – Abertura do secretariado (Centro Multiusos).

Local Partida dos 15km e 27km – Avenida Dr. Alfredo de Sousa

9h15- Controle material obrigatório Trail Longo e Curto

9h45- Partida dos 15km e dos 27 km

Caminhada - Local de partida: Igreja matriz de Avões

10h15 - Partida Caminhada 8km - Haverá transporte para o local de partida

(transporte - local do secretariado, a partir das 9h00, de 10 em 10 minutos, última carrinha às 9h50)

Meta – Avenida Dr. Alfredo de Sousa

Almoço volante

12h30 às 15h00

centro multiusos

Cerimónias

14h30

Local*: palco junto à meta

Entrega de Prémios 15 km / 27 km e Equipas

Bengaleiro e Banhos

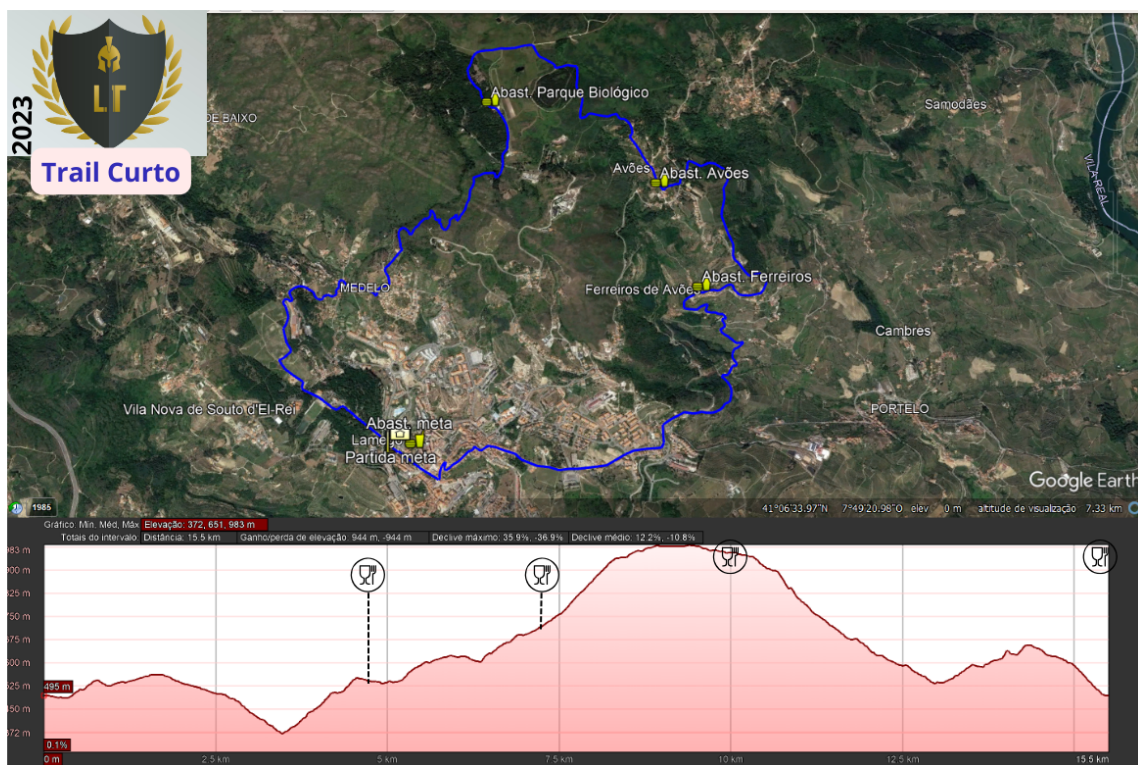
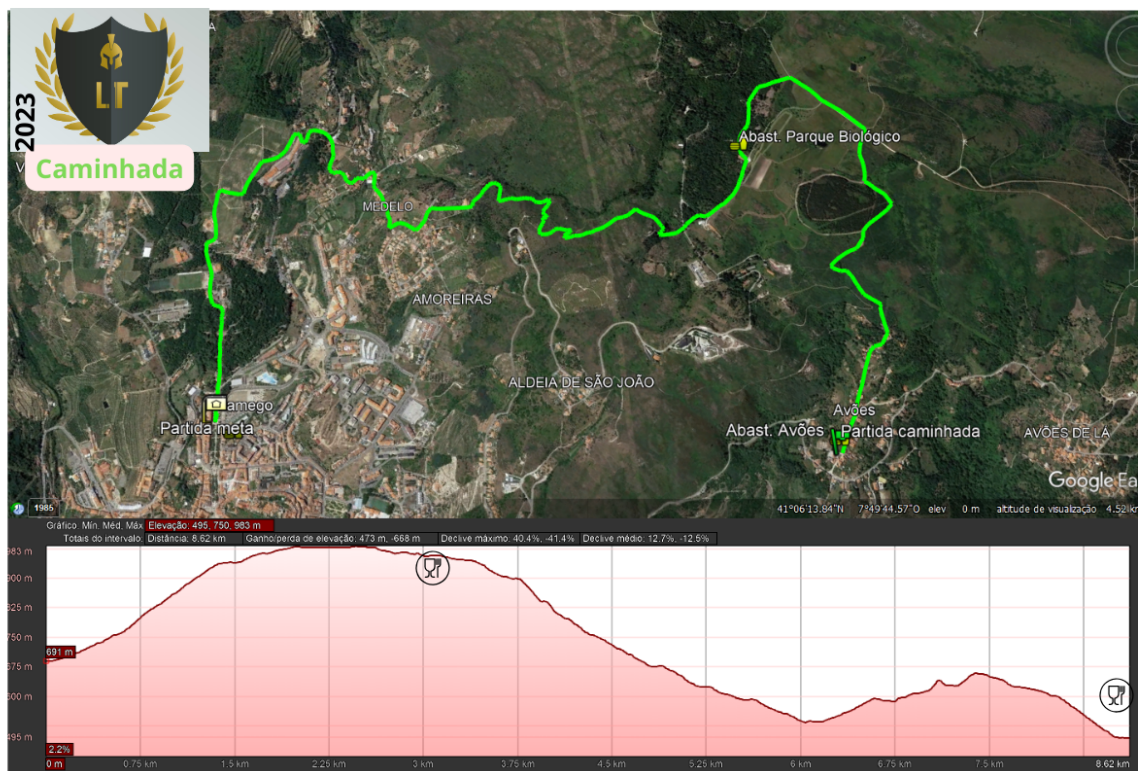
centro multiusos

*Nota: em caso de condições climatéricas adversas as cerimónias decorrem no interior do Centro Multiusos.

Lamecum Trail

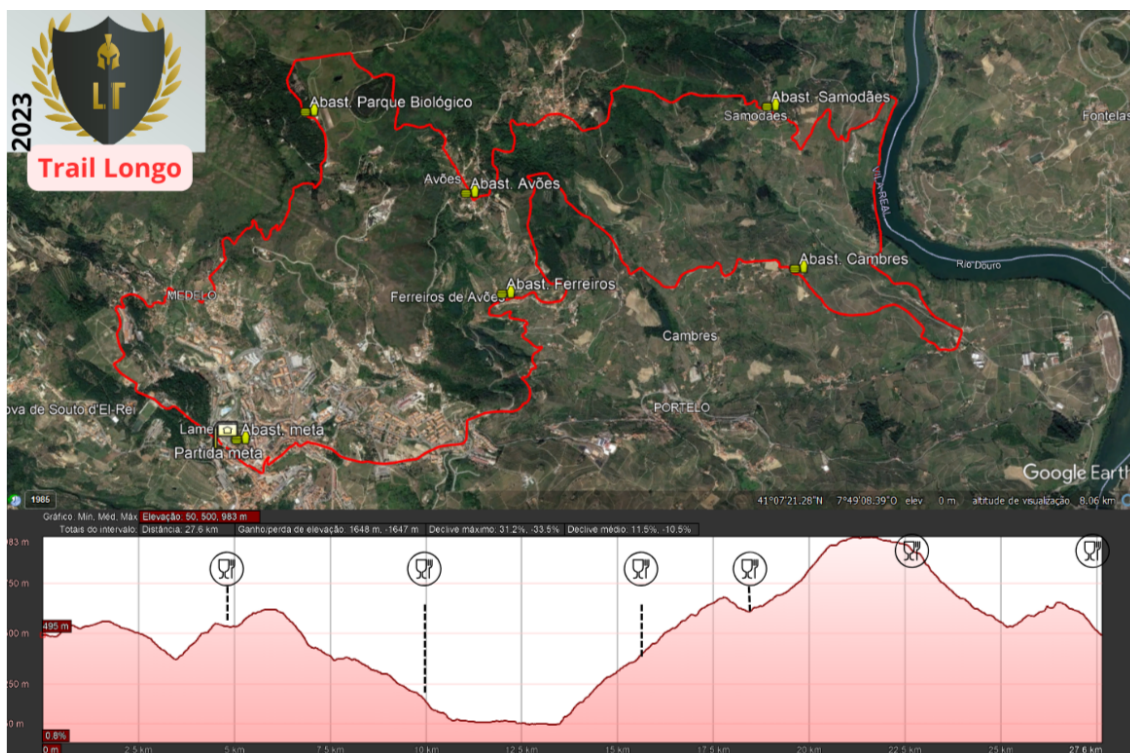
28 e 29 de outubro

2.3 Distância / altimetria / Abastecimentos



Lamecum Trail

28 e 29 de outubro



Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

2.4 Mapa / Perfil altimétrico / descrição dos percursos

Os percursos são compostos por passagem pelas zonas históricas da Lamego, trilhos antigos, caminhos utilizados pelas populações das aldeias, levadas, estradas florestais, ribeiras, etc.

De salientar que as provas não são fechadas e nesse sentido os participantes devem ter em conta o fato de haver viaturas, animais, pessoas, bicicletas a circular em partes do percurso da prova.

Os atletas devem ter atenção aquando do atravessamento das estradas públicas e estradões florestais.

Vão ser elaborados percursos alternativos, para precaver a necessidade de anular trilhos no dia da prova.

2.5 Metodologia de controlo de tempos

Será utilizado um sistema electrónico de controlo de tempos por intermédio de um chip colocado no dorsal.

Nos pontos de controlo existirá um tapete ou outro dispositivo que registará a passagem dos atletas.

2.6 Postos de controlo

A marcação do percurso e da responsabilidade da organização, devendo o atleta respeitá-lo ao longo da prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos.

Ao longo do percurso existirão cerca de 2 postos de controlo (informação susceptível de ser alterada). Os atletas terão de parar a fim de ser registado o controlo do seu dorsal. Os atletas devem respeitar a ordem de chegada ao controlo.

A prova será em sistema de open-road, o atleta é responsável pela passagem de estradas, cumprindo as regras do Código de Estrada.

A organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo ou abastecimento, sem aviso prévio.

Caso as condições climáticas se verifiquem extremas (ex.: incêndio florestal) a partida pode ser atrasada no máximo de duas horas, período após o qual a prova é cancelada.

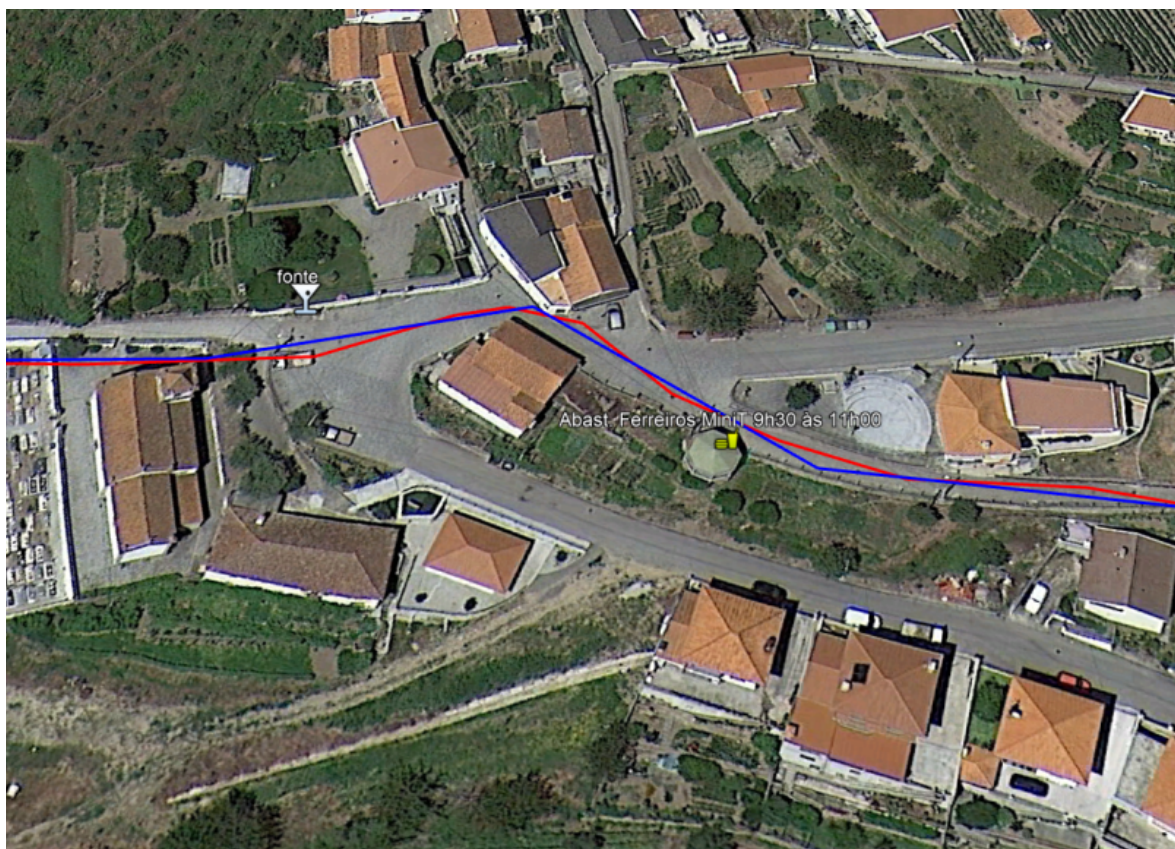
Poderá também suspender, reduzir ou parar a prova, nas condições climáticas mencionadas, **não havendo em caso algum direito a reembolso.**

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

2.7 Locais de abastecimento

1. Abastecimento de Ferreiros (coreto)



Número	1
Localização	Coreto Ferreiros
Kids	
Caminhada	
Curto	Sim km4,7
Longo	Sim km4,7

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

2. Abastecimento de Cambres (cruzamento quinta das murtunheiras)

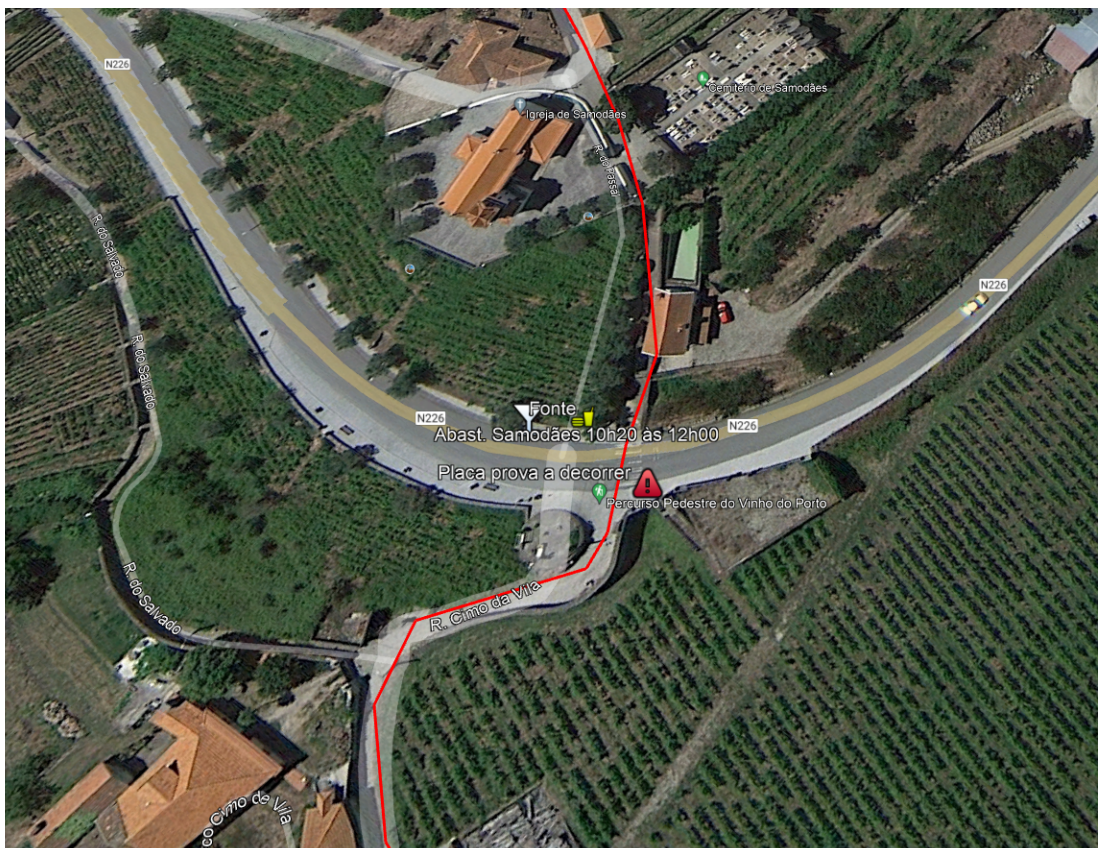


Número	2
Localização	Cambres
Kids	
Caminhada	
Curto	
Longo	Sim km 9,3

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

3. Samodães

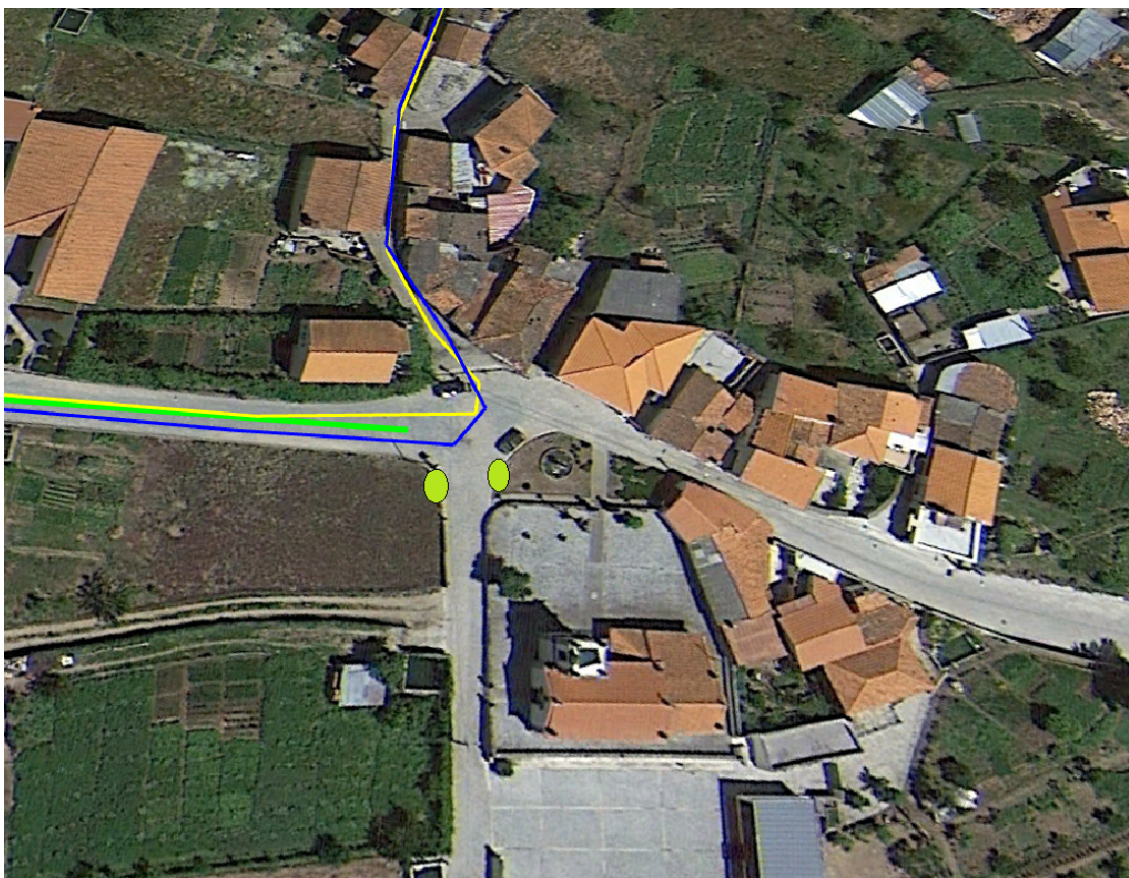


Número	4
Localização	Igreja Samodães
Kids	
Caminhada	
Curto	
Longo	
	Sim 15,5km

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

4. Abastecimento Igreja de avões



Número	4
Localização	Igreja Avões
Kids	
Caminhada	Sim partida
Curto	Sim km6,9
Longo	Sim km19,2

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

5. Abastecimento parque biológico

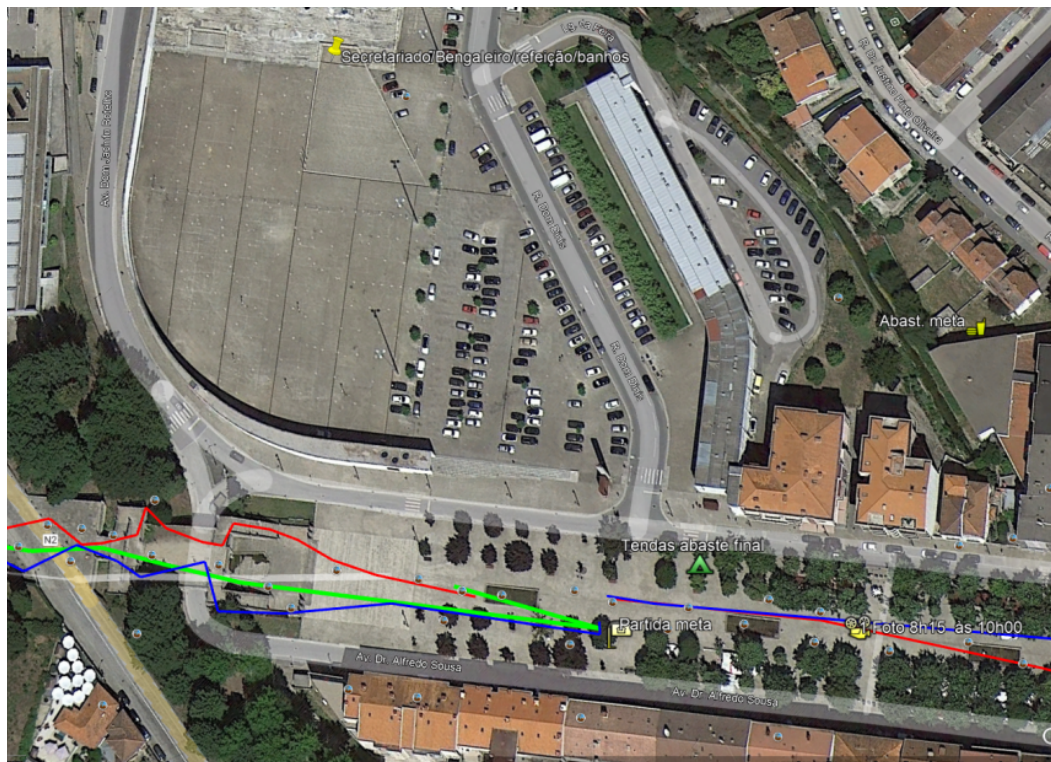


Número	6
Localização	Parque biologico
Kids	
Caminhada	Sim km 3
Curto	Sim km 9,9
Longo	Sim km22,3

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

6. Abastecimento final



Número	8
Localização	Meta
Kids	
Caminhada	Sim km 8,3
Curto	Sim km15,2
Longo	Sim km27,6

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

2.8 Material obrigatório / Verificação de material

Material Obrigatório	Lamecum 27km	Lamecum 15km	Caminhada 8km
Dorsal-Colocado em local visível	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório
Depósito de água de pelo menos 0,5 l	Obrigatório	Obrigatório	Recomendado
Reserva alimentar ou energética	Recomendado	Recomendado	-
Manta de Sobrevivência	Obrigatório	Obrigatório	-
Corta -vento	Obrigatório	Recomendado	Recomendado
Chapéu	Recomendado	Recomendado	Recomendado
Protetor solar	Recomendado	Recomendado	Recomendado
Apito	Obrigatório	Obrigatório	Recomendado
Copo	Recomendado	Recomendado	Recomendado
Telemóvel operacional	Obrigatório	Obrigatório	Aconselhável

NOTA: A organização não fornece garrafas e ou copos nos abastecimentos

2.9 Informação sobre passagem de locais e com tráfego rodoviário

Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito nas vilas e estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

2.10 Penalizações / Desclassificações

- Falta de assistência a outro atleta em dificuldades
- Abandonar a prova sem avisar a organização
- Troca de dorsal entre atletas
- Agressão ou insulto a elementos da organização ou atletas
- Insultos a organização em redes sociais, blogs ou páginas
- Retirar sinalização do percurso
- Desobedecer as medidas de segurança indicadas por elementos da organização/voluntários
- Ausência ou recusa de apresentar material obrigatório
- Exceder o tempo limite nos postos de controlo
- Falhar um dos postos de controlo
- Atirar lixo para o chão
- Perda de Dorsal/Chip
- Receber ajuda externa fora dos locais definidos
- Dorsal não visível

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

2.11 Responsabilidades perante o atleta

O participante assume, por livre e espontânea vontade os riscos e suas consequências decorrentes da participação na prova, sejam eles danos morais, físicos, materiais ou de qualquer natureza.

Os atletas inscritos aceitam participar voluntariamente e sob sua própria responsabilidade na competição. Por conseguinte concordam em não reclamar ou exigir a organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e outros participantes de qualquer responsabilidade com os mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes.

A inscrição nas provas implicara a total aceitação do presente regulamento.

2.12 Seguro Desportivo

A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei (acidente pessoais e de responsabilidade civil) conforme o Decreto-Lei no 10/2009 de 12 de Janeiro, para este

tipo de prova, estando o seu premio incluído no valor da inscrição. O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, e da exclusiva responsabilidade dos atletas.

Qualquer acidente ou incidente, que ocorra durante o decorrer do percurso e da responsabilidade dos participantes, em tudo que exceder o risco coberto pelo seguro.

A organização não assumira despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

3 - Inscrições

3.1 Processo inscrição (local, página web, método de pagamento)

A inscrição, consoante a prova e modalidade devera ser efetuado através do formulário específico que estará disponível no site <https://www.stopandgo.pt/> Não serão aceites outros métodos de inscrição por email ou telemóvel. Ao fazer a inscrição os atletas que queiram participar, se aceitarem os termos gerais do regulamento.

O levantamento do dorsal depende da exibição do comprovativo de pagamento da inscrição correspondente e de um documento de identificação.

3.2 Valores, vagas e períodos de inscrição**

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

Prova	Distância	n.º de Vagas	1.ª Fase	2.ª Fase	3.ª Fase
			4 e 5 de setembro	6 setembro a 12 outubro	13 a 20 de outubro
Kids Trail 6 aos 14 anos	400m a 1000m	50	Gratuito	Gratuito	Gratuito
Caminhada	8 km	200	5 €	5 €	8 €
Lamecum Curto	15 km	200	7 €	10 €	15 €
Lamecum Longo	27 km	100	7 €	10 €	15 €

3.3 Condições devolução do valor de inscrição

Na eventualidade de desistência após a inscrição a organização não reembolsa o valor da inscrição, exceto no seguinte caso:

✂ Motivo de lesão ou doença (será necessário apresentar atestado médico) devolve-se 50% do valor de inscrição até ao dia 5 de outubro de 2023. A partir desta data, não será reembolsado qualquer valor.

✂ Os 50% serão calculados após subtraindo as taxas e impostos de processamento da inscrição.

A partir do dia 10 de outubro não se aceitam alterações de inscrições.

Deve o atleta remeter um e-mail com os seus dados de inscrição e o iban para: marcha.corrida@cm-lamego.pt

3.4 Material incluído com a inscrição

O valor da inscrição inclui:

T-shirt oficial do evento;

Prémio Finisher,

Lembranças

Dorsal;

Abastecimentos sólidos e líquidos;

Duche;

Seguro de Acidentes Pessoais;

3.5 Serviços disponibilizados (transporte, massagem, duche, etc)

A organização tem ao dispor dos atletas transporte até à chegada em caso de lesão ou desistência, estando condicionados a lotação dos veículos de transporte.

E disponibilizado duche, massagens de relaxamento e em caso de necessidade um check-up pela equipa disponível no Posto que se encontrará na meta.

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

4 – Entrega de prémios

4.1 Definição das categorias etárias / Sexo individuais e equipas

- Haverá prémios para os três primeiros classificados do Trail longo e curto da classificação geral (femininos e masculinos).

Prémios por escalão quer masculino quer feminino.

Prémios por escalão quer masculino quer feminino.

Longo e Curto irão ser considerados os seguintes escalões:

Prémios para os três primeiros classificados, Masculinos e Femininos

Geral Absoluto Masculina e Feminina

Masculinos Femininos

MSub23 – 19 a 22 anos FSub23 – 19 a 22 anos

MSeniores – 23 a 39 anos FSeniores – 23 a 39 anos

M40 – 40 a 44 anos F40 – 40 a 44 anos

M45 – 45 a 49 anos F45 – 45 a 49 anos

M50 – 50 a 54 anos F50 – 50 a 54 anos

M55 – 55 a 59 anos F55 – 55 a 59 anos

M60 – 64 anos F60 – 64 anos

M65 e F65 - igual ou superior a 65 anos

4.2 Classificações por equipas

Será atribuído um prémio à melhor equipa em cada distância, Longo, Curto (obrigatório ter pelo menos três atletas que terminem a distância). O cálculo para a classificação será através dos três melhores classificados da equipa.

Melhor equipa Trail Curto

Melhor equipa Trail Longo

Equipa mais numerosa

Equipa mais divertida (avaliada pela organização)

4.3 Kids Trail – medalha para todos participantes e troféu para os três primeiros classificados.

Escalão A - 6 aos 7 anos

Escalão B- 8 aos 9 anos

Escalão C- 10 aos 12 anos

Escalão D- 13 aos 14 anos

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

5. ABASTECIMENTOS E POSTOS DE CONTROLO

Os postos de controlo são pontos obrigatórios de passagem e estão localizados em locais delineados pela organização.

Em cada um destes controlos estará um responsável da organização.

Durante a prova poderão existir “controlos-surpresa” de forma a assegurar o cumprimento integral do percurso.

Somente os atletas com o dorsal visível terão acesso aos postos de controlo e abastecimentos.

Os abastecimentos serão constituídos por sólidos e líquidos para serem consumidos no local. Somente água é destinada a encher depósitos ou outros recipientes. Cada atleta, ao deixar cada posto de abastecimento, é responsável por ter a quantidade de bebida e comida necessária para alcançar o próximo abastecimento.

Durante o percurso os atletas poderão encontrar postos de controlo surpresa e poderá haver verificação de **material!**

6. BALIZAGEM

A organização balizará o percurso com fitas sinalizadoras, placas e marcas no pavimento ou outros suportes apropriados.

É imperativo seguir os caminhos balizados sem tomar atalhos. Caso deixem de ver sinalização durante aproximadamente 200 metros, os atletas deverão voltar para trás, até encontrarem novamente as respetivas fitas. O bom senso deverá imperar.

7. Finishers

Todos os atletas que completarem a prova terão uma recordação da sua participação na mesma.

Nunca os prémios irão ser enviados por correspondência.

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

8 PENALIZAÇÕES E DESCLASSIFICAÇÕES

8.1. A Organização nomeará as seguintes pessoas para controlar qualquer competição:

- Presidente do Júri;
- Juiz-árbitro de itinerário;
- Juiz-árbitro de inscrições, saída e chegada.
- Diretor de prova.

Estão assim autorizados a aplicar as penalizações e desclassificações descritas abaixo:

8.2 Incumprimento Penalização

Penalização 2h

Não cumprir o percurso estipulado

Penalização 1h

Dorsal não visível

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

Na falta de Telemóvel

Na falta de Manta térmica

Na falta de depósito de água (garrafa) 30 minutos

Desclassificação:

Não passar em um ou mais pontos de controlo;

Exceder o tempo limite nos pontos de controlo com barreira horária

Desobedecer às medidas de segurança indicadas por elementos da organização ou colaboradores

Conduta anti-desportiva

Conduta poluidora

Não ajudar um atleta/colega quando a sua integridade física estiver em causa

Retirar sinalização do percurso

Abandonar a prova sem dar conhecimento à organização;

Não assinar o controlo de partidas

Troca de Dorsal Desclassificação

Na falta de lanterna ou frontal 1 hora

O Júri da prova reserva-se o direito de sancionar condutas não descritas anteriormente e que infrinjam as disposições do presente regulamento.

9. ABANDONO, APOIO E EMERGÊNCIA

Os abandonos devem ser feitos somente nos postos de controlo/abastecimentos, excepto nos casos em que o atleta se encontre imobilizado e não consegue alcançar um posto de controlo, devendo, nestes casos, ativar a operação de socorro entrando em contato com a organização.

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

O número de contato da organização e da equipa de socorro estará impresso no dorsal e deverá ser igualmente gravado no telemóvel do atleta.

A organização não se responsabiliza pela condição física dos atletas, por qualquer acidente ou outro dano sofrido antes, durante ou após a realização da prova, para além daqueles que se encontrem cobertos pelo seguro da prova.

10 – Informação

RESPONSABILIDADE AMBIENTAL

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.

11. DIREITOS DE IMAGEM E PUBLICIDADE

Direitos de imagem. Todos os participantes concordam em ceder a sua imagem e autorizam a organização e os seus parceiros a usar e publicar livremente quaisquer fotografias e vídeos decorrentes do evento. Qualquer projeto ou suportes publicitários produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da organização.

Lamecum Trail

28 e 29 de outubro

12. PROTECÇÃO DE DADOS

Os dados dos atletas indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos exclusivos de processamento no evento, sendo publicados nomeadamente na lista de inscritos, notícias diversas e classificação.

Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, rectificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para lamecumtrail@gmail.com

13. Casos Omissos

O preenchimento e envio da ficha de inscrição para as provas do Lamecum Trail implicam que o atleta que se inscreve, tome conhecimento e aceite sem quaisquer reservas o presente Regulamento.

Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos pelo Júri de Prova, de cujas decisões não haverá recurso.

*Regulamento sujeito a alterações que serão, caso as haja, informadas atempadamente.