

REGULAMENTO MMT – MEDA DE MOUROS TRAIL 2019

ORGANIZAÇÃO

O evento MMT - Meda de Mouros Trail vai ocorrer entre 5 e 6 de Janeiro 2019 em Meda de Mouros, concelho de Tabua, distrito de Coimbra.

É organizado pela Comissão de Melhoramentos de Meda de Mouros, em conjunto com a União de Freguesias Pinheiro de Coja e Meda de Mouros

DEFINIÇÃO DO EVENTO

Provas

-Trail Longo: prova de corrida em vales e encostas do Rio Alva, de aproximadamente 30 km com 1150 metros de desnível positivo;

-Trail Curto: prova de corrida em vales e encosta do Rio Alva de aproximadamente 17 km com 720 metros de desnível positivo.

- Caminhada: passeio em vales e encostas do Rio Alva de aproximadamente 10km, sem cariz competitivo

Etica e Valores

O MMT - Meda de Mouros Trail baseia-se em ética e valores fundamentais partilhados por todos os corredores, parceiros, voluntários e organizadores.

Ecoresponsabilidade de nunca deitar lixo ao chão mas sim nos caixotes disponíveis, respeitar a fauna e flora, seguir estritamente a rota marcada sem nunca cortar caminhos. A organização vai usar, se possível, material reutilizável e reciclável. A marcação da prova, feita a pé, vai ser removida no mesmo dia do final da prova. A limpeza da rota vai ser realizada após a passagem do último atleta. A comunicação por papel vai ser reduzida ao estritamente necessário, privilegiando o método digital. Conscientes do privilégio daqueles que podem livremente correr os trilhos, é indispensável partilhar este gosto com aqueles que estão privados do mesmo.

Solidariedade, respeito pelos corredores, os voluntários, parceiros e público, são elementos essenciais do evento MMT - Meda de Mouros Trail.

Ética, todos os atletas têm a obrigação de prestar ajuda a outros participantes que dela necessitem, de acordo com a sua condição. Não realizar esta ajuda implica um acto grave. No caso do atleta não conseguir chegar ao próximo controlo pelos seus próprios meios siga as seguintes instruções:

- Marque o contacto de emergencia localizado no dorsal

Caso não tenha rede marque 112.

ATENÇÃO: Não abandone o trilho- Quando se preparar para a prova tenha sempre previsto um

cenário em que terá que caminhar longas horas em diversas situações atmosféricas.- Informe sempre que haja alteração de algum elemento desde o seu último contacto com a equipa de socorro.

Programa

05/01/2019

15h00 às 21h00 - Abertura de secretariado (campo de futebol Meda de Mouros)

06/01/2019

6h00m – Abertura do secretariado (campo de futebol Meda de Mouros)

8h30m – Breves palavras da organização e entidades

9h00m – Partida do Trail Longo e do Trail Curto

9h15m – Partida da Caminhada

10h45m – Chegada prevista do vencedor do Trail Curto

12h00m – Chegada prevista do vencedor do Trail Longo

14h00m – Entrega de prémios (NOTA: a organização poderá antecipar e iniciar a entrega dos prémios logo que cada escalão esteja completo pela chegada dos respectivos atletas)

18h00m – Encerramento MMT - Meda de Mouros Trail

Requerimentos

É da responsabilidade de cada atleta efectuar devidamente a inscrição e confirmar atempadamente que todos os passos estão concluídos. A organização reserva-se no direito de excluir qualquer participante que demonstre conduta imprópria em qualquer altura durante o evento.

Condições de Participação

As provas competitivas do MMT - Meda de Mouros Trail são eventos com alguma exigência, que ocorrem em semi-autonomia. É necessário estar em boa forma física e ter experiência neste tipo de eventos. Os participantes têm que estar preparados para gerir as condições da corrida por vezes difíceis e a sua condição física e mental decorrentes da enorme fadiga.

Inscrição Regularizada

A inscrição só se encontra regularizada após a entrega de todos os documentos necessários e o envio do email por parte da empresa responsável pela cronometragem a indicar que está tudo regularizado.

IDADE MÍNIMA

Trail Longo (30K): Ter até à data da prova 18 anos efectuados.

Trail Curto (17K): Ter até à data da prova 18 anos efectuados.

Caminhada (10K): É aberta a todos. Crianças com menos de 10 anos têm que ser sempre acompanhadas

por um adulto.

Declaração do Atleta.

Para validar a inscrição é indispensável aceitar o regulamento e libertar de qualquer responsabilidade os organizadores do mesmo, em caso de acidente ou lesão decorridas durante a prova ou mais tarde. A declaração é efetuada durante o registo on-line ao aceitar o presente regulamento.

Seguro.

A organização irá contratualizar os seguros obrigatórios por lei para a realização deste tipo de provas. O prémio do seguro está incluído no valor da inscrição. Na eventual necessidade do atleta ter que ser resgatado por meios externos como equipa de resgate ou helicóptero, deverá ser o atleta a assumir os custos financeiros deste serviço, bem como franquias eventuais no caso sinistro que originem a participação de seguro.

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.

Inscrições.

O pagamento consiste apenas numa pré-inscrição. A inscrição só é considerada válida quando todos os documentos requeridos para a prova estiverem entregues. As inscrições têm que estar validadas antes do dia 31 de Dezembro 2018 ou irão ser consideradas inválidas e sem direito a reembolso. O estado da inscrição poderá ser consultado no site próprio para o efeito. Qualquer inscrição feita antes do dia 23 de Dezembro 2018 dará ao atleta o direito a um dorsal para a prova inscrita, salvo se esgotado o limite de inscrições previsto. A organização tem o direito de aumentar ou reduzir o número de inscritos por motivos de segurança ou outros que possam alterar o decorrer da prova, estando limitado a 400 participantes no total das provas de corrida (Trail Longo e Trail Curto).

Desistência ou alteração da inscrição.

Na eventualidade de desistência, por motivo de lesão ou doença, com apresentação do respectivo atestado/comprovativo médico, até dia 23 de Dezembro 2018, será devolvido uma % do valor da inscrição. Após esta data não haverá direito a qualquer reembolso em caso de desistência. O cancelamento deve ser solicitado por e-mail para a empresa responsável pela gestão das inscrições. A este pedido terá de ser anexado o atestado médico. O pedido para reembolso deverá ser entregue acompanhado pelo certificado médico devidamente autenticado. Os pedidos serão tratados nos dois meses seguintes ao evento. Qualquer cancelamento deve ser pedido por email ou correio, telefone ou fax não são aceites. Não se efectua transição de inscrições para anos seguintes. Serão aceites alterações de inscrição entre provas até dia 23 de Dezembro de 2018.

Nas situações de upgrade de prova (alterações do Trail Curto (17K) para o Trail Longo (30K), será cobrado o pagamento do valor da diferença entre provas. Por outro lado, o eventual valor de diferença entre provas não será restituído, nas situações de alteração da inscrição para a distância inferior (alterações do Trail Longo para o Trail Curto).

Proteção de Dados.

Os dados dos participantes indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos de processamento no evento nomeadamente, seguradora, lista de inscritos, notícias e classificação. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para a empresa responsável pela gestão das inscrições.

Modificações.

Estas regras podem ser editadas, alteradas ou melhoradas a qualquer momento pela entidade organizadora, sem aviso prévio. O facto de realizar a sua inscrição implica a aceitação do presente regulamento.

Condições da Corrida

Prova

Custo

Trail Longo (30K) - €14

Trail Curto(17K) - €12

Caminhada (10K) - €5

Almoço - 5€ / pessoa

As inscrições que forem efectuadas após o dia 23 de Dezembro de 2018, terão um acréscimo de 2€

Abastecimentos.

Irão estar disponíveis abastecimentos de sólidos e líquidos durante o percurso. Irá estar um responsável devidamente identificado em cada abastecimento que poderá limitar ou proibir a entrada de acompanhantes dos atletas de forma a facilitar a gestão da prova.

A organização não disponibilizará copos nos abastecimentos, pelo que aconselhamos todos os atletas e participantes a possuírem um no decorrer da prova.

Ajuda Externa.

Só é permitido ajuda externa em postos de abastecimento indicados para o efeito. Qualquer ajuda externa fora destes locais está sujeita a uma penalização por tempo ou desqualificação da prova.

Dorsais.

É necessária a apresentação de documentos oficiais com fotografia para levantamento do dorsal. Nunca deverá ser trocado ou cedido a terceiros. Deve estar visível durante toda a prova e na parte da frente do atleta. A inscrição é pessoal e intransmissível, e será aceite pela ordem de chegada. Qualquer atleta que corra com um dorsal não correspondente à sua identidade será imediatamente

desclassificado e impossibilitado de participar em futuras edições.

Controlos.

A quantidade e localização dos postos de controlo irão ser anunciadas pela organização. Irão existir controlos surpresa ao longo do percurso. Os atletas deverão responder às questões colocadas pelos responsáveis do controlo, enfermeiros, médicos, técnicos de saúde. A recusa de responder a questões direccionadas à saúde do atleta podem levar à sua desqualificação.

Tempos. É obrigatório o atleta registar-se nos postos de controlo previstos para esse efeito, saída e chegada incluídos.

Se decidiram começar com bastões devem transportar durante toda a prova, é proibido entregar ou levantar durante o decorrer da mesma. Mudanças de roupa e sapatinhas só serão permitidas em local próprio para o efeito.

Modificações, Barreiras e Cancelamento

Durante a semana anterior ao evento a organização irá informar sobre as potenciais alterações que poderão ocorrer baseando-se nas previsões meteorológicas. As decisões finais serão, no entanto, tomadas no briefing na sexta-feira do dia anterior à prova. A informação será depois disponibilizada no website e redes sociais da prova MMT - Meda de Mouros Trail®

Assistência.

A assistência pessoal é tolerada exclusivamente em posto previamente anunciado para esse efeito. À excepção destes postos é expressamente proibido ser acompanhado por uma pessoa não registada na prova. Qualquer material que seja cedido ou devolvido durante a prova a um atleta, por um elemento não concorrente, fará com que esse atleta seja imediatamente desclassificado.

Abandono voluntário.

Salvo em caso de lesões, o abandono só é permitido em postos de abastecimentos ou de controlo próprios para o efeito. Se este ponto não for acessível por veículo o atleta terá que se dirigir ao ponto mais próximo sozinho ou por meios próprios. É proibido abandonar a prova sem avisar a organização e ter a devida autorização. O responsável do abastecimento irá informar o atleta onde se dirigir para conseguir o transporte para a meta. A desistência em postos de controlo sem transporte implica que o atleta poderá ter que esperar várias horas até a chegada do mesmo, ou ao fecho do posto.

Abandono obrigatório.

A equipa da organização pode reter por breves momentos um atleta ou até retirá-lo da prova se considerar que o atleta apresenta um estado que ponha em causa a integridade física e segurança do próprio atleta.

Meteorologia.

Em caso de meteorologia adversa ou de catástrofe natural, a organização reserva-se no direito de neutralizar o evento, modificar o percurso, tempos barreira, partida e até cancelar o mesmo. No caso de paragem temporária ou cancelamento da prova a organização encarregar-se-á de efectuar a evacuação de todos os participantes ainda no percurso.

Cancelamento.

A organização pode cancelar o evento, sempre que entenda que a segurança dos participantes possa estar em causa. Em caso de cancelamento não existe devolução do valor da inscrição.

Reembolso.

Os inscritos poderão cancelar a sua inscrição e terão direito a uma % da mesma até dia 7 de Dezembro 2018. É da responsabilidade de cada atleta verificar que todo o processo de cancelamento foi efectuado correctamente entrando em contacto com a empresa responsável pelas inscrições. A percentagem do valor devolvido irá variar de acordo com a data de cancelamento.

REGRAS

PENALIZAÇÕES

Sair do percurso marcado - 15 minutos

Fazer-se acompanhar de pessoas não registadas na prova excepto nas zonas previstas para o feito - 2 horas

Saida do percurso marcado representando um atalho significativo - 1 a 5 horas

Atirar lixo voluntariamente - Desclassificação

Não ajudar um atleta em necessidade (lesão, hipotermia, exaustão...) 1 hora ou desclassificação (dependendo da gravidade)

Não passar nos postos de control - Desclassificação

Abandono da prova sem avisar a organização e ter devida autorização - Impedido de participar nas edições e eventos seguintes

Transferencia do dorsal para outra pessoa antes ou durante o decorrer da prova - Desqualificação e proibição de entrar em futuros eventos

Providenciar falsa informação à organização - Desqualificação e proibição de entrar em futuros eventos

Receber ajuda fora das zonas indicadas para o efeito ,1º aviso - 30 minutos ,2º aviso - desclassificação

Reclamações.

Os atletas podem apresentar as suas reclamações ao juri do evento, em texto, num prazo máximo de 2 horas após a entrega dos prémios da respectiva prova. As reclamações deverão ser efectuadas preenchendo um formulário presente no secretariado. Um depósito de 50€ deverá ser efectuado para apresentar a queixa. Esse valor será devolvido se a queixa se verificar verdadeira e resolvida a favor do atleta. Da queixa podem resultar alterações nas classificações e respectivos prémios atribuídos. A reclamação será estudada por um juri constituído por:

- Director da prova

- Director da liga desportiva em questão

- Gestor da cronometragem (se necessário)
- Atleta escolhido aleatoriamente

As decisões poderão demorar até um máximo de 7 dias a serem tomadas e não é possível reclamar da decisão do júri. Em caso de resultado favorável ao atleta serão devolvidas todas as penalizações implicadas.

Caso não haja formulário disponível no local deverá escrever os seguintes dados num email:

- Nome completo
- Número Cartão Cidadão
- Morada
- Dorsal
- Telefone
- Exposição da reclamação
- Pedido que pretende rever
- Em anexo a prova que refute a decisão tomada

Classificações e Prémios

Classificação Geral

Trail Longo 30K : troféu e prémio para os três primeiros homens e mulheres

Trail Curto 17 km: troféu e prémio para os três primeiros homens e mulheres

Escalões e classificação por escalões

Troféu por Escalões (Masculino e Feminino)

Sub 23 - 18 a 23 anos

Seniores - 23 a 39 anos

M40 - 40 a 49 anos

M50 - 50 a 59 anos

M60 - mais de 60 anos

Troféus por Equipas-

Recebem troféus as primeiras três equipas de cada distância,.

Nota: Para efeitos de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerado o ano de nascimento do atleta, ou seja considera-se a idade que o atleta terá a 31 de Dezembro da corrente

época competitiva.

Ex: Um atleta que faz 40 anos em 31 de Dezembro, será classificado no escalão M40 durante todo o circuito.

Finishers

Todos os atletas que completarem a prova terão uma recordação da sua participação na mesma. Podem ser adquiridos através do número do dorsal após terminarem a prova e até ao último dia do evento. Nunca os prémios irão ser enviados por correspondência. Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pela comissão organizadora, de cujas decisões não haverá recurso

A organização MMT – Meda de Mouros Trail 2019