



REGULAMENTO 2023

1. Condições de participação

O Mondego SkyRace® é um evento em trilhos com o objectivo de percorrer determinada distância ultrapassando os obstáculos naturais do terreno e enfrentar as suas adversidades no menor tempo possível, **não é uma caminhada**. Desenvolve-se essencialmente na Freguesia de Torres do Mondego, e apresenta características que o levam a enquadrar-se na modalidade de Skyrunning, mais concretamente os 30km na vertente de Sky, etapa do Campeonato Nacional de Sky, Campeonato Nacional de Clubes na disciplina de Sky, Campeonato Regional Centro-Sul e Campeonato Centro-Sul de Clubes; e os 12km Sky a contar para o Campeonato Nacional da Juventude nas categorias de Iniciados e Juvenis.

1.1. Idade mínima de participação nas diferentes provas

Para participar na distância de SkyRace® 30km, os participantes deverão ter pelo menos 18 anos.

Para participar na distância Sky 12km os participantes deverão ter pelo menos 15 anos.

1.2. Inscrição regularizada

A inscrição no Mondego SkyRace® implica compreender e aceitar sem reservas as regras e o regulamento da prova.

Nomeadamente, é necessário:

Efetuar corretamente a inscrição, através do link disponível no website ou redes sociais do evento.

Proceder ao pagamento da respetiva taxa de inscrição, estando disponível para o efeito o pagamento por referência multibanco.

1.3. Condições Físicas

Os participantes devem:

Estar conscientes da distância e das particularidades da prova em que vão participar e estarem suficientemente treinados para concluírem a mesma.

Terem adquirido, antes da prova, uma real capacidade de autossuficiência no terreno, que permita a gestão dos problemas induzidos por este tipo de prova, nomeadamente em termos de alterações das condições climatéricas [vento, frio, nevoeiro, chuva, etc.], assim como na capacidade de ser autónomo entre dois postos de abastecimento, não somente na alimentação, mas também no equipamento e segurança.

Os participantes terão de saber enfrentar problemas físicos e mentais resultantes de fadiga extrema, problemas digestivos, articulares e dores musculares, etc.

Ter a consciência de que **não é papel da organização** ajudar um participante a ultrapassar estes problemas e que tal depende principalmente da sua capacidade em se adaptar às situações problemáticas decorrentes deste tipo de prática.

1.4. Ajuda externa / Assistência pessoal

Aos participantes é permitido receber assistência pessoal dada apenas e somente nos postos de controlo/abastecimento previamente definidos pela organização.

É estritamente proibida toda a restante ajuda externa, “pacers” ou similares. Não serão permitidos “pacers” externos ou internos (outros participantes) no evento.

1.5. Colocação do peitoral

O peitoral deve estar permanentemente visível durante toda a prova, ou seja, deve ser posicionado sobre a roupa, na zona do peito, abdómen ou sobre a frente da coxa, e não pode ser, por qualquer razão, fixado nas costas.

O nome e qualquer eventual logótipo dos patrocinadores não podem ser modificados ou escondidos.

Somente os participantes com peitoral visível terão acesso aos postos de controlo/abastecimento.

1.6. Regras de conduta desportiva

É fundamental que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo e alertem o posto de controlo mais próximo ou contatem a organização.

A entidade organizadora reserva-se o direito de excluir da corrida, mesmo antes do seu início, qualquer participante que, através do seu comportamento, condicione a gestão e/ou o bom funcionamento do evento. Caso isso ocorra, o atleta não será reembolsado.

As condutas antidesportivas serão sancionadas.

Os participantes devem abster-se de utilizar substâncias, grupos farmacológicos e métodos destinados a aumentar artificialmente as suas capacidades físicas. De qualquer forma, qualquer participante deve obrigatoriamente passar por qualquer controlo antidopagem, se para isso for solicitado.

2. Prova

2.1. Apresentação das provas / Organização

O Clube de Praticantes Mondego Ultra Trail e a Junta de Freguesia de Torres do Mondego, tendo a Câmara Municipal de Coimbra como coorganizadora colocam no terreno o evento denominado Mondego SkyRace® que decorrerá no dia 10 de Setembro de 2023 com o devido enquadramento ambiental e cultural.

Devido a questões de logística o Mondego SkyRace® é limitado a 350 lugares, no total das duas provas, distribuídos da seguinte forma: Mondego SkyRace® 30km – 150 lugares; Mondego Sky 12km – 200 lugares;

A entidade organizadora reserva para si os lugares necessários para satisfazer os seus compromissos.

A entidade organizadora reserva-se ainda o direito de aumentar ou reduzir o número de vagas por razões de segurança ou por qualquer outro motivo que possa afetar o bom funcionamento da prova. Todas as alterações serão anunciadas com a devida antecedência no website oficial e na página Facebook do evento.

Os percursos das 2 provas do Mondego SkyRace® atravessam zonas pertencentes à freguesia de Torres do Mondego: Torres do Mondego, Carvalhosas, Palheiros, Zorro, Serra do Carvalho, Carvalho, Dianteiro, Cova do Ouro, Casal do Lobo, Ribeira da Misarela, Casal da Misarela, Vale de Canas, Mata Nacional de Vale de Canas e Serra das Torres.

A anterior descrição pretende dar uma orientação genérica dos percursos, mas não especifica em pormenor os mesmos, assim como, por vezes, faz uso da toponímia popular, pelo que a organização rejeita qualquer responsabilidade que possa advir da leitura da mesma.

2.2. Programa/Horário

Sábado 9.SET.2023

15:00 | Abertura do Secretariado [Praia Fluvial de Palheiros e Zorro]

20:00 | Encerramento do Secretariado.

Domingo 10.SET.2023 [sujeito a revisão]

07:00 | Abertura do Secretariado. [Praia Fluvial de Palheiros e Zorro]

07:30 | Abertura de box SkyRace® 30km [verificação do material obrigatório].

08:00 | Partida SkyRace® 30km [Praia Fluvial de Palheiros e Zorro].

08:30 | Partida do primeiro BUS para a partida da Sky 12km.

10:00 | Abertura de box Sky 12km [verificação do material obrigatório].

10:30 | Partida Sky 12km [Roxo]

15:00 | Cerimónia de entrega de prémios [hora prevista]

16:00 | Encerramento de Meta

2.3. Mapa/ Perfil altimétrico/ descrição percurso

Os percursos do Mondego SkyRace® são maioritariamente compostos por caminhos, trilhos, veredas, linhas de água, estradas florestais não asfaltadas e pequenas extensões de asfalto. Os percursos utilizam vias públicas, quer seja em estrada ou fora de estrada, atravessam sítios e aldeias e utilizam acessos de serventias que passam por propriedades privadas. Os percursos não estarão, pois, fechados para as provas e, nesse sentido, os participantes devem ter em consideração o facto de poder haver viaturas, pessoas e animais a circular num e noutro sentido nos percursos das provas.

Os percursos das provas atravessam algumas estradas e, por vezes, cruzam-nas na perpendicular. O atravessamento deve merecer a máxima atenção por parte dos participantes.

Atempadamente, serão disponibilizados os gráficos de altimetria provisórios, bem como os definitivos, através das plataformas de divulgação habituais.

A organização sinalizará o percurso com fitas sinalizadoras, placas e outras marcas se justificável. É imperativo seguir os caminhos sinalizados sem tomar atalhos. Os participantes, se deixarem de ver sinalização, durante aproximadamente 500 metros, deverão voltar para trás até encontrar novamente a respectiva sinalização. O bom senso deverá imperar.

2.4. Tempo limite

O Mondego SkyRace® é um evento que integra duas provas de etapa única, com tempo limite de execução a divulgar atempadamente.

As barreiras horárias são calculadas para permitir aos participantes alcançar a linha de meta no tempo limite imposto, contabilizando já as possíveis paragens [descanso, abastecimento, etc.].

Para serem autorizados a continuar em prova, os participantes devem chegar e sair do posto de controlo antes do seu encerramento, caso contrário, serão impedidos de prosseguir e, consequentemente, serão desclassificados.

Qualquer participante excluído da prova e que deseje continuar, só pode fazê-lo entregando o peitoral, prosseguindo à sua própria responsabilidade e em completa autonomia.

Por razões de força maior [meteorológicas e/ou de segurança], a organização reserva-se o direito de alterar as barreiras horárias.

2.5. Metodologia do controlo de tempos

Será utilizado um sistema eletrónico de controlo de tempos. Nos postos de controlo existirá uma estação eletrónica que registará a passagem dos atletas.

Será colocado no peitoral um chip integrado, o qual, nos postos de controlo, deverá ser aproximado do sistema de controlo, ficando assim registado a passagem do atleta.

Além do controlo eletrónico, haverá igualmente controlo manual de registo de passagem.

O peitoral só deverá ser retirado após a finalização do evento.

2.6. 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.

Não passar por um ou mais pontos de controlo, levará à desclassificação do participante.

Durante a prova poderão existir “controlos-surpresa”, de forma a assegurar o cumprimento integral do percurso. A sua posição, obviamente, não será comunicada pela organização.

Na eventualidade de um acidente ou lesão em que o participante esteja imobilizado e não consiga alcançar um posto de controlo, deve ativar o número SOS, entrando em contacto com a organização.

O número de contacto da organização, para efeitos de emergência, estará impresso no peitoral do participante e deverá ser igualmente gravado antecipadamente no telemóvel do participante.

A organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo / abastecimento, sem aviso prévio. Em caso de condições climáticas fortemente adversas, a partida pode ser atrasada ou cancelada. Não haverá direito a reembolso da inscrição.

Durante a prova, em caso de mau tempo, e por razões de segurança, a organização reserva-se o direito de modificar as barreiras horárias e, ou, de suspender, reduzir, neutralizar ou parar a prova. Não haverá direito a reembolso.

2.7. Locais dos abastecimentos

Os postos de abastecimento irão disponibilizar aos participantes comida e bebida para ser consumida no local. Embora sejam disponibilizadas no local outras bebidas, somente será fornecida água para encher os depósitos dos participantes e outros recipientes. Cada participante deverá certificar-se, ao deixar cada posto de abastecimento, que tem a quantidade de bebida e comida necessária para alcançar o próximo abastecimento.

Haverá dois tipos de postos de abastecimento: uns, só de líquidos e, outros, de sólidos e líquidos, que irão variar de acordo com a sua localização.

Haverá primeiros socorros estrategicamente colocados no terreno. É fundamental que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo, alertem o posto de controlo mais próximo e/ou contactem a organização.

Os participantes devem acatar as decisões do pessoal médico especializado.

2.8. Material obrigatório/ verificações de material

Aquando da entrada na box de partida os atletas deverão colaborar com os elementos da organização e/ou juízes árbitros que procederão à verificação do material.

Durante a competição, todos os participantes têm de se fazer acompanhar da totalidade do material obrigatório. Em qualquer momento durante a prova, os juízes-árbitro, diretores ou chefes de controlo podem verificar o mesmo. O participante terá de aceitar estes controlos de forma pacífica, sem contestar, sob pena de ser excluído da prova, de acordo com a lista de penalizações.

Os primeiros 5 [cinco] atletas da geral, masculino e feminino, de todas as provas podem ser inspecionados, após conclusão da mesma.

Material Obrigatório	30km	12km
Vestuário e calçado apropriado para corridas na montanha;		

Peitoral – a ser colocado no peito ou abdómen do atleta e visível durante a totalidade do percurso.		
Manta térmica (min. 100x200 cm).		
Recipiente para líquidos (a organização não cederá copos nos abastecimentos)		
Telemóvel operacional (com saldo e bateria suficientes).		
Apito.		

NOTA:

Lembramos que à data do evento a temperatura pode ser elevada.

Por questões de segurança, é recomendável aos participantes que façam a verificação do seu material, no intuito de se certificarem que está em perfeitas condições para a realização da prova.

2.9. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, com exceção da partida, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito em localidades 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

O Júri da competição, constituído pelo Presidente do Júri, os juízes-árbitro e o Diretor de prova, bem como os chefes de controlo presentes nos Postos de Controlo serão responsáveis pela aplicação das regras e regulamento que regem a prova. Os elementos que constituem o Júri da competição estão autorizados a aplicar as penalizações e desclassificações estabelecidas de seguida.

DECLASSIFICAÇÃO

- Não prestar assistência a um participante que esteja a necessitar de ajuda.
- Abandonar a prova sem avisar a organização.
- Partilhar o peitoral com outra pessoa, durante parte ou na totalidade do percurso.
- Utilizar caminhos que não os sinalizados para a prova, atalhando intencionalmente o percurso.

- Utilizar transporte não autorizado [boleia].
- Falta gravosa ao respeito para com a organização ou outros participantes [agressão ou insulto].
- Retirar sinalização do percurso.
- Desobedecer às medidas de segurança indicadas pela organização e entidades associadas.
- Ausência de material obrigatório que não o recipiente para líquidos, apito, e/ou recusa da sua apresentação, se solicitado pela organização.
- Exceder o tempo limite de controlo nos postos de controlo com barreira horária.
- Falhar um ou mais postos de controlo.
- Perda do chip.
- Atirar lixo para o chão e/ou danificar o meio envolvente.
- Pedir ajuda sem necessidade fundamentada.
- Não comparecer na cerimónia de pódio, sem justificação plausível ao Presidente do Júri de Competição.

PENALIZAÇÃO DE 1 HORA

- Receber ajuda externa fora das áreas definidas pela organização.
- Peitoral não visível ou afixado nas costas.
- Falta de recipiente para líquidos.
- Falta de apito.

O Júri da competição tem poderes para desclassificar ou não permitir a permanência em prova aos participantes que, a dado momento, configurem qualquer um dos seguintes casos:

- * Problemas de saúde física ou mental;
- * Abuso ou violação premeditada do presente Regulamento da Prova;
- * Conduta antidesportiva;
- * Ingestão exagerada de bebidas alcoólicas;
- * Participação na prova sob a influência de drogas alucinogénias;
- * Grosseiro desrespeito pelas leis vigentes, religiões ou costumes;
- * Grosseiro desrespeito pelo meio ambiente (inclui deitar propositadamente ao chão invólucros de barras energéticas ou outros);
- * Grosseiro desrespeito pelas regras de trânsito.

2.11. Responsabilidades perante o atleta / participante

Os participantes inscritos no Mondego Skeyrace® aceitam participar voluntariamente e sob a sua própria responsabilidade na competição. 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.

2.12. Seguro desportivo

O organizador subscreve um seguro de responsabilidade civil e de acidentes pessoais durante a vigência do evento. Este seguro garante a cobertura das suas responsabilidades, das dos seus colaboradores e participantes.

Em caso de acidente, o participante deverá, **em primeiro lugar**, contactar a organização, a qual providenciará o seu encaminhado para a instituição médica mais adequada ao seu estado de saúde.

Todo e qualquer documento de despesa relacionado com um sinistro já participado, será previamente liquidado pelo respetivo sinistrado e os seus originais enviados à seguradora para posterior reembolso.

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

3. Inscrições

3.1. Processo de inscrição [página web, pagamento]

Somente as inscrições feitas na página web da empresa de cronometragem serão aceites.

Cada participante deve preencher corretamente o formulário de inscrição e pagar o valor da mesma, sendo o participante responsável pela veracidade dos seus dados.

O meio de pagamento disponível é por referência Multibanco.

Após confirmação do pagamento, o nome do atleta vigorará na lista de inscritos.

O pagamento da taxa de inscrição implica uma reserva de lugar, pessoal e intransmissível.

Qualquer esclarecimento adicional deverá ser solicitado por e-mail para **mondegoultratrail@gmail.com**

3.2. Valores e período de inscrição

O período de inscrições decorrerá entre 01 de Junho 2023 e 3 de Setembro de 2023.

As taxas de inscrição são as seguintes:

Prova	27/05 a 04/09	Alteração de dados
Mondego SkyRace® 30km	30€	5€
Mondego Sky 12km	15€	5€

Até à data limite de inscrições, é permitida a alteração de inscrição entre provas, sempre que houver disponibilidade de lugares.

Caso a alteração seja de valor menor para um valor maior, haverá lugar ao pagamento do diferencial. Se for de um valor maior para um valor menor, não haverá devolução do diferencial.

Após o fecho de inscrições, não são permitidas alterações.

3.3. Condições para devolução do valor de inscrição

O reembolso pode ser solicitado única e exclusivamente quando um participante tiver comprovadamente um impedimento para fazer a prova, desde que o mesmo esteja associado a um acidente ou a uma doença diagnosticada após o registo na prova.

O cancelamento deve ser solicitado por e-mail para mondegoultratrail@gmail.com. A este pedido terá de ser anexado o atestado médico.

Não serão aceites cancelamentos por telefone.

Os montantes reembolsados aos participantes que reúnam as condições acima mencionadas, irão variar de acordo com a data em que seja solicitado o reembolso.

A organização não procederá ao 'congelamento' de inscrições.

O reembolso das taxas pagas será feito nas seguintes condições:

Até 01 de Agosto de 2023 | 50% da taxa será devolvida

Até 25 de Agosto de 2023 | 25% da taxa será devolvida

A partir de 26 de Agosto de 2023 | Não haverá direito a reembolso

Se o evento for cancelado por razões alheias à vontade da organização, até à data limite das inscrições, haverá direito a reembolso numa determinada percentagem calculada pela organização, que permita cobrir os gastos até então assumidos com o evento.

3.4. Material incluído com a inscrição

Peitoral personalizado.

Chip integrado ou similar.

Lembrança oficial do evento.

Lembrança de Finisher [Finalizador] para os atletas da Mondego SkyRace® 30km, e Mondego Sky 12km que cumprirem a totalidade do percurso dentro do tempo limite estipulado.

Certificado de participação [digital, a ser descarregado posteriormente].

3.5. Secretariado da prova [Check-In] / Horários e locais

3.5.1 – O Secretariado da prova funcionará nos seguintes horários e locais.

Sábado 9.SET.2023 | 15:00 às 20:00 [Praia Fluvial de Palheiros e Zorro]

Domingo 10.SET.2023 | 07:00 às 10:00 [Praia Fluvial de Palheiros e Zorro]

Para o Check-In os participantes devem apresentar os seguintes documentos:
- B.I. / C.C. ou Passaporte.

3.6. Serviços disponibilizados

3.6.1 – Serviços incluídos na inscrição

Abastecimento de sólidos e líquidos, enquanto em competição, nos postos assinalados.

Assistência médica, nos postos assinalados.

4. Categorias e Prémios

4.1. Definição da data, local e hora da entrega dos prémios

A entrega de prémios terá lugar no domingo, dia 10 de Setembro, entre as 15h00 e as 16h00, conforme programa, junto ao local da meta.

Só serão realizados os pódios da geral masculina e feminina, sendo que será sempre o mais breve quanto possível após estarem completos. Todos os restantes serão entregues de forma individual conforme forem ficando definidos oficialmente.

Classificações e Prémios:

As diferentes provas serão ganhas pelos concorrentes que somarem o menor tempo no final das mesmas, somadas que forem as devidas penalizações, se as houver.

Para as duas provas, somente os participantes que sejam controlados em todos os postos de controlo e cortarem a linha de meta dentro do tempo estipulado, serão classificados.

O apuramento da classificação por equipas será efetuado com base nas três melhores classificações dos respetivos atletas.

Não haverá prémios monetários.

É obrigatória a presença dos premiados na cerimónia de entrega de prémios.

A organização não enviará troféus, lembranças de finisher, nem quaisquer outros elementos por correio postal ou outro meio de distribuição.

Para cada prova haverá uma classificação individual feminina e masculina à geral, por escalão e coletiva.

Serão premiados os três melhores tempos de cada escalão em cada uma das provas.

4.2. Definição das categorias etárias/ sexo individuais e equipas

As categorias etárias serão definidas automaticamente em função dos dados disponibilizados pelos participantes no ato da inscrição.

4.2.1 Categorias Mondego SkyRace® 30km e Mondego Sky 12km

Masculinos:

- Juniores: 18 e 19 anos, isto é, que não façam 20 no ano de referência;
- Sub 23- 20 a 23 anos feitos no ano de referência;
- Seniores: 24 a 39 anos, feitos no ano de referência;
- Veteranos: a partir de 40 anos, feitos no ano de referência.
- Geral.

Femininos:

- Juniores: 18 e 19 anos, isto é, que não façam 20 no ano de referência;
- Sub 23- 20 a 23 anos feitos no ano de referência;
- Seniores: 24 a 39 anos, feitos no ano de referência;
- Veteranos: a partir de 40 anos, feitos no ano de referência.
- Geral.

Equipas:

Para obter classificação coletiva, as equipas terão de ser formadas por um mínimo de 3 elementos.

4.3. Prazo para reclamação de classificações

Toda e qualquer reclamação deve ser colocada por escrito e remetida ao Presidente do Júri, acompanhada de uma caução de 50,00 € [não reembolsável caso a reclamação seja indeferida] até duas horas após a chegada do participante em questão. Na reclamação deve constar o nome do reclamante, n.º BI/CC ou passaporte, nome do[s] participante[s] afetados, n.º do peitoral e motivos alegados.

As classificações provisórias também podem ser alvo de reclamação, até 15 minutos após a sua publicação.

O Júri da competição, que analisará a reclamação, é composto pelo Presidente do Júri, os juízes-árbitro e o Diretor de prova.

O Júri pronunciar-se-á antes da afixação dos resultados oficiais.

Os participantes têm ainda um prazo de uma semana para a apresentação de retificações nas classificações.

5.Direitos de Imagem e Publicidade

As entidades organizadoras reservam-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do Mondego Ultra Trail® e de audiovisuais fotográficos e jornalísticos do evento. Qualquer projeto ou suportes publicitários produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da organização.

6. 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 mondegoultratrail@gmail.com

Ao aceitar o regulamento o participante declara implicitamente que os seus dados pessoais podem ser comunicados à Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal, para efeitos de utilização nas classificações dos troféus de Skyrunning, bem como para fins estatísticos e no âmbito de iniciativas publicitárias e de marketing [ex: envio de newsletters], por parte do Clube de Praticantes Mondego Ultra Trail.

7. 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.

8. Skyrunning

A este documento acresce o Regulamento de Competições de Skyrunning da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal em vigor, no que aos critérios das distâncias Mondego SkyRace 30km e Mondego Sky 12km diz respeito e a outros assuntos não contemplados neste regulamento de prova.

9. Outros

O Júri da competição decidirá sobre todos os assuntos relacionados com o evento que não foram objeto de regulamentação ou sobre más interpretações do presente regulamento.