

REGRAS ADMINISTRATIVAS

1 ORGANIZAÇÃO

- A PT281® Ultramarathon é uma coorganização da Horizontes Turismo Desportivo e Viagens e a Associação Interior Convida.

2 ACEITAÇÃO DAS REGRAS E ÉTICA DA CORRIDA

- A participação no PT281® Ultramarathon implica a aceitação expressa e sem reservas do presente regulamento, a ética do evento e todas as instruções enviadas pelo organizador aos participantes.
- É fundamental que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo e alertem o posto de controlo mais próximo ou contactem a organização.

3 PARTICIPAÇÃO

3.1 Idade participação

- Todas as pessoas com 20 anos ou mais no momento da inscrição.
- Apesar de não existirem restrições para a participação na corrida, é altamente recomendável já ter participado de outras corridas longas (100km ou mais), de vários dias.
- A organização reserva o direito de não aceitar o registo sempre que considerar que o interessado não preenche requisitos mínimos para participar.

3.2 Inscrição regularizada

- Inserir na plataforma documento médico que ateste a sua condição física
- O Termo de Responsabilidade é obrigatório para todos os participantes e é aceito pelo participante no decorrer do processo de inscrição.
- 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.

3.3 Condições físicas

- Ter a plena consciência da extensão, especificidade da prova e ter adquirido capacidade de autonomia pessoal para gerir as dificuldades e problemas que podem advir neste tipo de evento, especialmente a relacionadas com as alterações das condições climatéricas e ter a capacidade de ser autónomo entre postos de abastecimentos, em relação a alimentos, vestuário e segurança.
- Deverá 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 evento. Assim sendo, a segurança primária dos atletas depende basicamente da qualidade dos materiais/equipamentos que os mesmos possuem.
- Informar a Organização de qualquer problema de saúde que tenha, para conhecimento prévio dos primeiros socorros, caso necessite, tais como: diabetes, hipertensão, asma e outras doenças crónicas.

- A Organização reserva-se no direito de excluir do evento, mesmo antes do seu início, qualquer participante que, através de seu comportamento, condicione a gestão e/ou o seu bom funcionamento. Caso isso ocorra, o atleta não será reembolsado.

4 INSCRIÇÕES

4.1 Processo inscrição

- A inscrição é efetuada através do formulário específico que estará disponível em: <https://stopandgo.net> e obter mais informações no site da <https://horizontes.pt>.
- Qualquer questão relacionada com as inscrições, os atletas devem contactar através do email: info@horizontes.pt ou para o nº 274673139.

4.2 Valores e períodos de inscrição

Categoria	01/11/23 a 10/03/24	11/03/24 a 10/07/24
Solo	€ 360,00	€ 410,00
Equipa 2*	****	€ 520,00
Equipa 4*	****	€ 840,00

Para pagamentos em parcelas, envie email a info@horizontes.pt, para receber mais informações

*Novas Formas de Participação inseridas a 13/03/2024

4.3 Condições cancelamento/ troca de inscrição

- Não são permitidas alterações aos dados dos participantes após o dia 30 de Junho de 2024.
- Em caso de desistência, ficará o montante desta edição em crédito para o mesmo atleta ou outro que indicar, em exclusivo para a edição de 2025 da PT 281® Ultramarathon, de acordo com a seguinte tabela:

Desistências	Montante em crédito
Até 31 de Março/24	75%
Até 31 de Maio/24	50%
Até 30 de Junho/24	25%

NOTA: Não haverá devoluções em dinheiro.

4.4 A inscrição regularizada inclui:

Brinde de presença

Assistência e suprimentos de líquidos e sólidos em todas as bases de apoio

Serviço de proteção e socorro ao longo da prova.

Transfers desde Proença-a-Nova a Belmonte – Dia 18/07/24

Prémio de finisher

Festa de consagração
Seguro de acidentes pessoais
Massagens e serviços de enfermagem da Cruz Vermelha em algumas Bases de Apoio.

4.5 Serviços disponibilizados

Transfers

Transfers desde Lisboa (Comboio) a Vila Velha de Ródão - Dia 17/07/24
Transfers desde Vila Velha de Ródão (Autocarro) a Proença a Nova - Dia 17/07/24
Transfers desde Proença-a-Nova (Autocarro) a Vila Velha de Ródão - Dia 21/07/24
Transfers desde Vila Velha de Ródão (Comboio) a Lisboa - Dia 21/07/2024
Valor por atleta – 40€

4.6 Seguro

- A organização contratualiza os seguros obrigatórios, conforme o Decreto-Lei n.º 10/2009 de 12 de janeiro, para este tipo de prova, estando o seu prémio incluído no valor da inscrição. O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas.
- A participação de sinistro junto da seguradora deverá ocorrer até ao máximo de oito dias úteis à data do sinistro. Após esta data a seguradora reserva-se ao direito de não aceitar a referida participação.
- Todo e qualquer documento de despesa relacionado com um sinistro já participado, será previamente liquidado pelo respetivo sinistrado (participante) 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 efetuar a participação. Se o participante for por sua conta à procura de assistência hospitalar sem qualquer conhecimento da organização, o seguro não será ativado e o participante terá de assumir 100% das despesas que incorrer.
- Embora a Organização forneça seguro para todos os participantes, é aconselhável que os mesmos tenham um seguro pessoal que cubra a prática de trail-running e que no momento da assistência, verifiquem qual o seguro mais vantajoso na cobertura das despesas decorrentes da situação.

4.7 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 (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, internet, cartazes, meios de comunicação social, etc.), cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

4.8 Interpretação do Regulamento

- Os participantes inscritos no PT281® Ultramarathon aceitam participar voluntariamente e sob a sua própria responsabilidade na competição. Por

consequente, isentam, renunciam, 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.

- Todas as dúvidas sobre a interpretação do Regulamento e demais casos relacionados com a prova serão analisadas e decididas pela Organização do Evento.
- Compete exclusivamente à Organização aprovar qualquer correção que considere oportuna e a qualquer tempo, a qual será divulgada na Internet, no site oficial do evento, no guia do participante e no secretariado.
- Caso o presente Regulamento venha a ser publicado noutros idiomas e em caso de dúvidas relativas à sua interpretação, o texto Português será o único considerado como válido.
- A organização, em casos de mau tempo e/ou por razões de segurança, reserva-se o direito de interromper, mudar horários, suspender ou cancelar a realização da prova na data e local previsto. Nestes casos, não haverá qualquer reembolso a fazer aos concorrentes das verbas já pagas ou aos patrocinadores.
- Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pela comissão organizadora, de cujas decisões não haverá recurso.
- Fica estabelecido o Fórum da Justiça do domicílio das organizadoras

REGRAS RELACIONADAS COM A COMPETIÇÃO

5. APRESENTAÇÃO DA PROVA

- A PT281® Ultramarathon é uma corrida a pé em ambiente natural, percorrendo trilhos florestais, caminhos rurais, estradas de terra e de asfalto, O percurso atravessa uma paisagem histórica e natural da Beira Baixa – Portugal e tem como partida a o Castelo da Vila de Belmonte e chegada em Proença-a-Nova.
- A extensão total do percurso é de 281 km, 6.733 D+ e com prazo limite de 66 horas para conclusão, em regime non stop, com a utilização de GPS e em semi-autossuficiência. Atravessa 7 Municípios, numa época do ano extremamente quente, com temperaturas entre os 30° a 50°.

5.1 PARTICIPAÇÃO / FORMAS DE PARTICIPAÇÃO

INDIVIDUAL

- A participação é apenas de um atleta

EQUIPAS (ESTAFETAS)

- A participação é possível em equipas constituídas por 2 ou 4 elementos, masculinos, femininos e mistos em forma de estafetas.
- O primeiro atleta a partir tem que percorrer as 2 primeiras bases desde Belmonte a Penamacor.
- O segundo atleta tem que percorrer as 2 bases seguintes desde Penamacor Idanha a Nova.
- Nas participações em estafetas, as trocas de testemunho ficam ao critério de cada equipa e só são possíveis nas bases de apoio indicadas pela organização. É obrigatório que cada corredor faça no mínimo uma ligação entre Postos de Controlo.

- As equipas inscritas terão que providenciar o seu próprio transporte entre as bases de apoio dos seus elementos. A organização se isenta dessa obrigação. Na corrida, apenas pode estar um elemento em competição. O substituto deverá dirigir-se para o ponto de substituição anunciado e aí realizar a troca.
- Cabe aos atletas confirmarem a chegada e anunciarem a partida do outro elemento.
- Independentemente de correrem uma distância menor, todas as obrigações se mantêm como se de um atleta a solo se tratasse.
- A desistência de um elemento não impede que os restantes participantes continuem em prova. No entanto, não serão classificados nem terão prémios de finalista.
- As bases de apoio com alimentos serão para os atletas em prova
- Apenas será utilizado 1 GPS, este será o testemunho para troca de atleta.

5.2 Ajuda externa

- O apoio no percurso, quando premeditado, é proibido e desclassifica imediatamente o participante. No entanto, todos os atletas podem comprar e receber alimentos sólidos e líquidos nos locais por onde passam, neste último caso, desde que não seja premeditado.
- A cada corredor é permitido um máximo de dois assistentes nas bases de apoio. Os assistentes não devem perturbar os outros corredores ou os voluntários que trabalham nesses locais e devem trazer consigo as identificações fornecidas pela organização.
- A presença das equipas de apoio só é permitida no máximo de dois elementos dentro das Bases e apenas com a presença do participante.
- O atleta deverá entrar nas Bases e retirar as bebidas e alimentos que necessitar e poderá se dirigir para o local dos seus apoios.

NOTA: Assistentes não podem consumir a comida e bebida destinada aos corredores, sem a devida autorização da organização.

5.3 Pacer, marcapassos

- No último trecho entre a última Base de Apoio e a Meta de Chegada será permitido a qualquer pessoa correr com o atleta.
- Poderá apenas acompanhar o atleta, sem, o auxiliar com qualquer outro tipo de ajuda como: carregar a mochila, empurrar ou rebocar o atleta.
- Os “pacers” são proibidos no restante percurso da PT281® Ultramarathon.
- Não é permitido pessoas não acreditadas a correr junto do participante. Sempre que isso aconteça, exija que o mesmo se afaste. Só assim estará a ajudá-lo a concluir a corrida sem mácula. A penalização nestes casos é a desclassificação.
- Participantes que se inscrevam apenas para servir de “lebre” a outro, sempre que sejam identificados como tal, serão obrigados a retirar-se da prova.
- Aos elementos da equipa de apoio, apenas lhe é permitido correr nos 200 metros antes e depois das bases de apoio.

5.4 Dorsal | Peitoral

- Cada dorsal é dado individualmente e mediante apresentação de identificação com foto. Não serão entregues, senão ao próprio, as identificações de participação.

- Às equipas de apoio serão dados identificadores para uso próprio e nos veículos.
- Os identificadores do atleta deverão ser visíveis de frente ou atrás.
- Os identificadores das equipas de apoio deverão estar sempre legíveis.
- O dorsal é necessário para ter acesso aos serviços de transporte, reabastecimento, socorro e salas de repouso, sacos, etc.

5.5 Descrição do percurso

- Os percursos da PT281® Ultramarathon são maioritariamente compostos por caminhos, trilhos, estradas florestais não asfaltadas e grandes extensões de asfalto. Os percursos utilizam vias públicas, quer seja em estrada ou fora de estrada, atravessam sítios e vilas 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.
- Não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito em cidades 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.
- Haverá locais dos percursos em cujos caminhos poderão existir portões ou cancelas que os participantes terão de abrir e fechar. Sempre que um participante se depare com um portão ou cancela fechada deve deixá-la da forma que a encontrou, ou seja fechada.
- A organização disponibilizará os tracks GPS dos percursos das provas.
- O participante pode abandonar o percurso da prova sempre que quiser, não sofrendo qualquer punição, sempre que volte a ele pelo mesmo ponto que o abandonou.

5.6 Material obrigatório

Ao entrar na corrida, cada corredor compromete-se a levar todo o material obrigatório. O não cumprimento de qualquer uma das obrigações desclassifica o participante.

Mochila

GPS e baterias de reserva

Documento de identificação(Pode ser cópia)

Reservatório de água com capacidade mínima de 1.5 litros.

Dois frontais com a possibilidade de trocar as baterias.

Luz traseira (pisca a pisca)

2 Mantas de sobrevivência

Apito

Telemóvel operacional (adicionar os números de segurança da organização. Não esconda o número e verifique se a bateria está totalmente carregada antes de sair)

5.7 Material Recomendado

Chapéu

Muda de roupa

Canivete

Protetor solar
Óculos de sol
Repelente de insectos
Creme anti-fricção

5.9 Penalizações

- Desclassificação significa que o corredor deve abandonar a corrida imediatamente. Caso o participante decida continuar em prova, será por sua inteira responsabilidade.
- As penalidades serão aplicadas pela adição de 4 horas ao tempo final, permitindo assim que o corredor possa concluir a corrida.
- Irregularidades demonstradas por imagens de vídeo, fotografias enviadas aos organizadores, mesmo após a corrida, podem resultar em desqualificação ou em penalidades.
- Ao longo do percurso, pessoal autorizado da organização está autorizado a verificar a conformidade com o regulamento, por parte dos corredores e informar imediatamente a direção de prova de quaisquer violações que ocorram. Os mesmos podem aplicar as penalidades especificadas abaixo:
- Ausência de material de segurança obrigatório: apito, manta de sobrevivência, dois frontais, reservatório de água com capacidade mínima de 1.5litros, telefone operacional - 4 HORAS PENALIDADE DE TEMPO
- Corredor ou equipa de apoio que deitar lixo no chão - DESCLASSIFICAÇÃO
- Uso de meios de transporte; compartilhamento ou troca de números de dorsais; não passar numa Base de Apoio; a ausência de ajuda a um corredor em dificuldades; linguagem insultuosa, maus modos e ameaças, são motivos para desclassificação - DESCLASSIFICAÇÃO
- Utilizar caminhos que não os sinalizados para a prova, atalhando intencionalmente o percurso (decisão do Diretor de Prova) – 4 HORAS PENALIDADE DE TEMPO
- Desobediência às ordens da direção de prova, médicos ou outros elementos identificados como organização - DESCLASSIFICAÇÃO
- Partida de uma Base de Apoio para além do prazo estabelecido - DESCLASSIFICAÇÃO

5.10 Classificações | Prémios

- O vencedor da corrida será o corredor ou equipa que precisar do menor tempo para alcançar a linha de chegada.
- Não há prémios em dinheiro.
- Cada corredor que completar a corrida será dado um prémio de “finisher”.
- Um ranking geral será elaborado de todos os participantes, bem como rankings para homens e mulheres, duplas e quadras de ambos os sexos e mistas
- Serão atribuídos prémios aos 3 primeiros homens e mulheres na classificação geral.
- Os vencedores solo serão consagrados como vencedores absolutos da PT281® Ultramarathon. Todos os outros deverão acrescentar a categoria da estafeta.

REGRAS RELACIONADAS COM A LOGÍSTICA

6 METODOLOGIA DE CONTROLO DE TEMPOS

- Em todas as provas será utilizado um sistema eletrónico de controlo de tempos através de chip colado ao dorsal.
- Nos postos de controlo existirá um dispositivo que registará a passagem dos atletas.

7 BASES DE APOIO

- Ao longo do percurso existirão postos de reabastecimento, Bases de Apoio, com comida e bebida que deve ser consumida no local. Cada corredor deve garantir que tem a quantidade de alimentos e água necessários para ser autossuficiente até ao próximo posto.
- O participante deverá confirmar o registo da sua passagem em todas as bases de apoio
- Só os corredores com o seu número de dorsal visível terão acesso aos pontos de reabastecimento.
- A organização reserva-se ao direito de efetuar controlos em quaisquer outros pontos ao longo da rota.

8 SEGURANÇA / ASSISTÊNCIA MÉDICA / DESCANSO

- Em algumas bases de apoio há serviços necessários para dar assistência a qualquer pessoa em dificuldade.
- As equipas de socorro estão autorizadas a retirar da corrida, por qualquer meio à sua disposição, todos os corredores que acreditem estar em perigo.
- Quaisquer corredores que solicitam os serviços de um médico ou socorrista, submetem-se à sua autoridade e se comprometem a aceitar quaisquer decisões tomadas.
- Nas bases de apoio os corredores podem parar para um descanso prolongado, desde que saiam dentro da hora limite estabelecida como barreira horária.
- Dormir é fundamental para o vosso conforto e segurança.
- Sempre que necessitar dormir fora das bases de apoio, deverá avisar a organização ou fazê-lo muito próximo da linha do percurso, preferencialmente em local que os corredores ao passarem o vejam.
- Nas bases de apoio assinaladas pela organização poderá, para além de dormir tomar banho. Alguns dos locais terão balneários com água quente, ou fria, para retemperar energias.

9 TEMPO LIMITE | BARREIRAS DE TEMPO | DESISTÊNCIAS

- O tempo máximo para a conclusão da prova é de 66 horas.
- As barreiras horárias, para entrada e saída de cada um dos principais pontos de apoio, será indicada no guia do participante.
- Estes prazos são calculados de forma a permitir que os participantes alcancem a linha de chegada dentro do prazo fixado.
- As barreiras horárias consideram os tempos de paragem para reabastecimento e descanso.
- Para ser autorizado a continuar com a corrida, os corredores devem entrar e sair das bases de apoio, dentro da hora estabelecida pela organização.
- Os corredores que decidirem não continuar a corrida devem prosseguir, sempre que possível, para a base de apoio mais próxima e informar os organizadores de sua decisão.

10 SACOS DOS CORREDORES (DROP BAG)

- A organização entregará a todos os participantes etiquetas e sacos para dropbags, com os respetivos números de dorsal, para identificarem os sacos que serão transportados para as várias bases de apoio. Ao atleta cabe colocar o número da base de apoio onde pretende esse saco.
- Objetos frágeis, ou valiosos, não devem ser colocados em sacos.
- Os objetos que precisarem na meta, por favor, não os coloque em sacos de apoio intermédio. Esses deverão ser transportados da partida para a chegada.
- Os sacos das bases de apoio poderão ser entregues apenas no último dia da corrida. Só em casos excecionais os sacos serão transportados para a meta antes de o último participante passar na base de apoio.
- A organização declina qualquer responsabilidade pela perda ou dano de quaisquer objetos durante o transporte. Assegura sim, o maior cuidado com todos os pertences que lhe forem entregues.

11 ALTERAÇÕES NO PERCURSO / BARREIRAS HORÁRIAS – CANCELAMENTO DA CORRIDA

- A organização reserva-se o direito de, a qualquer momento e sem aviso prévio, de fazer alterações à rota, à localização das bases de apoio ou nas barreiras horárias.
- A organização, em casos de mau tempo e/ou por razões de segurança, reserva-se o direito de adiar o início da corrida em 5 horas no máximo. Após o que a corrida será cancelada.
- Reserva-se ainda, por motivos de força maior, a possibilidade de interromper, mudar horários ou suspender a realização da prova na data e local previsto. Nestes casos, não haverá qualquer reembolso a fazer aos concorrentes das verbas já pagas ou aos patrocinadores.

12 O GPS

- O GPS para além de funcionar como seu guia no terreno, será através dele que será efetuada a confirmação do seu percurso. A não entrega do equipamento, se solicitado, no final da prova para descarregar motiva a desclassificação.
- É um equipamento obrigatório e deve ter como requisito principal a sua autonomia e a possibilidade de gravar no mínimo 10.000 pontos.
- O equipamento deverá ter a possibilidade de trocar as baterias em qualquer momento da prova.
- O GPS é a única garantia de que o percurso a seguir é o correto.
- A organização fornecerá os “tracks” com a antecedência necessária para analisá-los e introduzir no GPS. Se persistirem dúvidas, não se preocupe que a organização terá uma solução de ajuda.

13 TRACKS GPS / GUIA DO PARTICIPANTE

- Os ficheiros para GPS, KML ou GPX, barreiras horárias e outras informações estão disponíveis na página online do evento.
- Para segurança dos Concorrentes, a Organização entrega-lhes dispositivos de monitorização do seu posicionamento geográfico (Geolocalizador).
- Os danos que o geolocalizador apresentar, aquando da sua devolução à Organização, ou o seu desaparecimento presumem-se imputáveis ao Concorrente que o transportava.

- A não devolução do mesmo ou a devolução do aparelho danificado no final da corrida, obriga o Concorrente que o transportava ao pagamento da sua reparação ou substituição, cujo valor pode ascender a 150,00€ (cento e cinquenta euros).
- Ao concorrente que se recuse a transportar o tracker ou a não transportá-lo no local indicado pela Organização, é-lhe anulada a etapa.