

TRAIL

CAMINHOS DO DIABO

SAMUEL, SOURE – COIMBRA

Trail Caminhos do Diabo

REGULAMENTO

1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

O Trail Caminhos do Diabo é uma prova que percorre trilhos e caminhos locais rurais e florestais na Freguesia de Samuel, Concelho de Soure.

O Trail Caminhos do Diabo está dividido em três provas competitivas:

Trail Longo de aproximadamente 28 km,

Trail Curto de aproximadamente 17 km ,

Mini-Trail de aproximadamente 12Km

É composto igualmente por 1 prova não competitiva:

Caminhada de 12 km.

1.1. Idade Mínima de Participação nas Diferentes Provas

As provas de Trail estão abertas a maiores de idade (18 anos) e a Caminhada aberta a menores desde que acompanhados por uma pessoa maior de idade.

1.2. Inscrição Regularizada

A inscrição no Trail Caminhos do Diabo 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.

A prova está limitada a 1 250 inscritos pagos. Após atingir este limite, não são asseguradas vagas para atletas já inscritos, mas que, pelas diversas circunstâncias não tenham regularizado o pagamento.

Não é necessário enviar comprovativo de pagamento para a organização. No momento do levantamento do dorsal só é necessário levar documento de identificação referente à inscrição.

1.3. Condições Físicas

Para participar no Trail Caminhos do Diabo é indispensável a aceitação dos seguintes aspetos referentes à própria condição física do atleta, a saber:

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e, do desnível positivo e negativo das mesmas e, de se encontrar adequadamente preparado física e mentalmente;
- De ter adquirido, antes do evento, capacidades reais de autonomia em trilhos que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas;
- Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro e chuvas;
- Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc;
- Estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar e corredor a gerir os seus problemas;

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.

1.5. Colocação do Dorsal

O dorsal deve estar permanentemente visível durante toda a prova.

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

1.6. Regras de Conduta Desportiva

O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas as modalidades, serão alvo de advertência, expulsão ou desqualificação.

Em caso de desistência durante a prova o atleta terá de imediato informar a organização (em qualquer posto de controlo ou pelo telefone disponibilizado no dorsal).

2. PROVA

2.1. Apresentação das Provas/Organização

O Trail Caminhos do Diabo é organizado pela Associação Cultural Recreativa e Social de Samuel e a Equipa Desportiva “Diabinhos de Samuel” e tem como objetivo promover a prática desportiva na Freguesia de Samuel, sendo a sua partida/chegada realizada na sede da Associação Cultural Recreativa e Social de Samuel.

O Trail Caminhos do Diabo será constituído por:

- - 1 Prova de Trail Longo, com aproximadamente 28 km, **cronometrada**;
- - 1 Prova de Trail Curto, com aproximadamente 17 km, **cronometrada**;
- - 1 Prova de Mini Trail, com aproximadamente 12Km, **cronometrada**;
- - 1 Caminhada, com aproximadamente 12 km, **não cronometrada**.

2.2. Programa / Horário

Sábado 04 Novembro 2023

16.00 h – Abertura do secretariado e entrega dos dorsais na Junta de Freguesia de Samuel

22.00 h – Encerramento do secretariado

Domingo 05 Novembro 2023

07:00 h – Abertura do secretariado e entrega dos dorsais na Junta de Freguesia de Samuel

08:45 h – Encerramento da entrega dos dorsais Trail Longo

09:00 h – Partida Trail Longo

09:00h – Encerramento da entrega dos dorsais Trail Curto

09.15 h – Partida Trail Curto

09.15 h – Encerramento entrega dorsais Mini Trail

9.30 h - Partida Mini Trail

9.30 h - Encerramento entrega dorsais caminhada

9.45 h - Partida da caminhada

12:30 h - Almoço

13:00 h – Entrega de Prémios

Mapa/Perfil Altimétrico/Descrição Percurso

Os percursos do Trail Caminhos do Diabo 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 foras 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, página do facebook da prova Trai Caminhos do Diabo e site de inscrições.

A organização sinalizará o percurso com fitas sinalizadoras, placas e marcas no pavimento 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 respetiva sinalização. O bom senso deverá imperar.

2.4. Tempo Limite

- Trail Longo – 5 horas
- Trail Curto – 4 horas
- Mini Trail – 3 horas
- Caminhada – 5 horas

Atingindo o respetivo limite, deverão os atletas retirar-se da prova, pois nem a organização nem os serviços de assistência podem garantir a sua cobertura. Assim, o responsável de cada controlo poderá retirar da prova, qualquer corredor se o seu tempo na corrida ou se o seu estado de saúde assim aconselhar.

2.5. Metodologia do Controlo de Tempos

Será utilizado um sistema eletrónico de controlo do tempo.

Nos postos de controlo existirá uma estação eletrónica que registará a passagem atletas.

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

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

O dorsal 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 pela organização.

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

Na eventualidade de um acidente ou lesão em que o participante esteja imobilizado e não consegue 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 dorsal 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 climatéricas 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 de Abastecimento

Trail Longo: 2 abastecimentos sólidos e líquidos

Trail Curto: 1 abastecimentos sólidos e líquidos

Caminhada e Mini Trail: 1 abastecimentos sólidos e líquidos

2.8. Material Obrigatório e Verificação de Material

Os participantes devem ter como material obrigatório das provas Trail Longo, Trail Curto e Mini Trail:

- Telemóvel;
- Depósito de água de 500 ml ou outro similar (**a organização não fornecerá**

recipientes para água nos abastecimentos);

- Apito

Tendo em conta eventuais condições climatéricas adversas, será aconselhável, manta térmica, camelbak, corta-vento e chapéu. Sendo que, caso se verifiquem na semana anterior prova, condições climatéricas especialmente adversas para o dia da prova, a organização da prova poderá definir em comunicado, na página do Facebook Trail Caminhos do Diabo, material obrigatório adicional.

2.9. Informação sobre Passagem de Locais com Tráfego Rodoviário

A prova irá decorrer com troços de passagem de tráfego rodoviário.

A prova será em “open road”, pelo que, todos os atletas terão de ter cuidado ao passar nos troços rodoviários, tendo a organização, voluntários nesses pontos do percurso.

2.10. Penalizações/Desclassificações

Será penalizado ou desclassificado todo o atleta que:

- a) Não complete a totalidade do percurso (desclassificado);
- b) Deteriore ou suje o meio por onde passe (desclassificado);
- c) Não leve o dorsal bem visível (penalizado 15 min);
- d) Alteração do dorsal (desqualificação);
- e) Ignore as indicações da organização (penalização 1 hora);
- f) Tenha alguma conduta antidesportiva (desclassificado);
- g) Não passe nos postos de controlo (desclassificado)

2.11. Responsabilidades perante o Atleta/Participante

O Trail Caminhos do Diabo terá um seguro, de acidentes pessoais, para todos os atletas devidamente inscritos. O seguro estará de acordo com a legislação em vigor (Dec. Lei 10/2009), que obriga todos os promotores e organizadores de eventos desportivos à realização de seguro de acidentes pessoais com as seguintes coberturas:

- a) Morte;
- b) Despesas de Funeral;
- c) Invalidez permanente absoluta;
- d) Invalidez permanente parcial;
- e) Despesas de tratamento e repatriamento.

A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para efetivar a participação ao seguro.

3. INSCRIÇÕES

3.1. Processo de Inscrição

As inscrições serão efetuadas no site <http://stopandgo.com.pt> onde estará disponível toda a informação sobre a prova.

Após ser feita a inscrição, os atletas terão de regularizar o pagamento para que a mesma seja válida, existindo um limite de 1250 inscrições pagas.

3.2. Valores e Período de Inscrição

Taxa de inscrição:

- Trail Longo 28 km – 18€
- Trail Curto 17 km – 16€
- Mini Trail – 14€
- Caminhada 12 km – 12€

A prova terá como data limite de inscrição 29/10/2023 ou quando atingir o limite de 1 250 inscrições pagas. Após este limite, não são asseguradas vagas para atletas já inscritos, mas que, pelas mais adversas circunstâncias não tenham regularizado o pagamento.

3.3. Condições Devolução do Valor de Inscrição

Em momento algum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista de participar na prova.

3.4. Material incluído na inscrição

Trail Longo Trail Curto e Mini Trail

- Seguros de acidentes pessoais;
- Dorsal com chip integrado;
- T' Shirt;
- Banhos;
- Abastecimento durante a prova;
- Almoço.

Caminhada:

- Seguros de acidentes pessoais;
- T' Shirt;
- Abastecimento durante a prova;
- Almoço .

3.5. Secretariado da Prova (Check in/Horários e Locais)

O Secretariado da Prova funcionará nos seguintes horários e locais:

Sábado 04 Novembro 2023:

16.00 h às 22:00 h na Junta de Freguesia de Samuel GPS 40°05'14.6''N 8°42'32.6''W

Domingo 05 Novembro 2023:

06:30 h – 08:45 h na Junta de Freguesia de Samuel GPS 40°05'14.6''N 8°42'32.6''W

A organização não se responsabilizará pela entrega dos dorsais após o encerramento do secretariado.

4. ESCALÕES E PRÉMIOS

Os escalões etários serão definidos automaticamente em função dos dados disponibilizados pelos participantes no ato da inscrição, tendo como referência a idade que o atleta terá a 31 de outubro de 2023, sendo os seguintes:

- - Sub-23 M/F: até aos 22 anos;
- - Seniores M/F: dos 23 aos 39 anos;
- - M40/F40: dos 40 aos 49 anos;
- - M50/F50: dos 50 aos 59 anos;
- - M60/F60: mais de 60 anos

Prémios para o Trail Longo 28 km:

Geral Masculino e Feminino – Prémios para os 3 primeiros M e F

- Sub-23 M/F: Prémios para os 3 primeiros M e F
- Seniores M/F: Prémios para os 3 primeiros M e F
- M40/F40: Prémios para os 3 primeiros M e F
- M50/F50: Prémios para os 3 primeiros M e F
- M60/F60: Prémios para os 3 primeiros M e F

Prémios para o Trail Curto 17 km

Geral Masculino e Feminino – Prémios para os 3 primeiros M e F

- Sub-23 M/F: Prémios para os 3 primeiros M e F
- Seniores M/F: Prémios para os 3 primeiros M e F
- M40/F40: Prémios para os 3 primeiros M e F
- M50/F50: Prémios para os 3 primeiros M e F
- M60/F60: Prémios para os 3 primeiros M e F

Prémios para Mini-Trail 12Km

Geral Masculino e Feminino – Prémios para os 3 primeiros M e F

- Sub-23 M/F: Prémios para os 3 primeiros M e F
- Seniores M/F: Prémios para os 3 primeiros M e F
- M40/F40: Prémios para os 3 primeiros M e F
- M50/F50: Prémios para os 3 primeiros M e F
- M60/F60: Prémios para os 3 primeiros M e F

Prémios por equipa

Haverá classificação 1º 2º e 3º lugar por equipas em cada distância com carácter competitivo 28k ,17k e Mini trail determina-se com base na classificação geral absoluta (masculinos e femininos), somam-se os lugares dos 3 primeiros classificados de cada equipa. Em caso de empate declara-se vencedora a equipa que em primeiro lugar feche a classificação coletiva.

Equipa mais numerosa

Haverá prémio para a equipa mais numerosa no conjunto das 4 provas (Trail Longo, Trail Curto, Mini Trail e Caminhada). Em caso de empate o prémio será atribuído à equipa que tiver mais atletas inscritos na prova de Trail Longo, Trail Curto e Mini Trail.

Prémios para a Caminhada:

Individualmente a caminhada não terá atribuição de prémios dado não existir carácter competitivo.

5. INFORMAÇÕES E DISPOSIÇÕES FINAIS

5.1. Local de Início da Prova

Associação Cultural Recreativa e Social de Samuel

5.2. Marcação e Controlos

O percurso estará marcado com fitas e placas, existindo postos de controlo intermédios para o Trail Longo e Trail Curto e Mini trail.

5.3. Responsabilidade Ambiental

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo 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.

5.4. 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 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) e 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.

5.4. Casos Omissos

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

5.6. Diversos

Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar as regras de viação nos cruzamentos das estradas.

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 assim o obrigarem.

Este regulamento ainda pode ser alterado de modo a que fique mais completa a informação.

Samuel, 14 de Agosto 2023