

TRAIL NOTURNO DE VALONGO

11ª EDIÇÃO

07 DEZEMBRO 2024

19:00H | EB2/3 VALLIS LONGUS



INSCRIÇÕES
STOPANDGO.NET

21KM
TRAIL LONGO

13KM
TRAIL CURTO

9KM
CAMINHADA

REGULAMENTO

ORGANIZAÇÃO:



COORDENAÇÃO:



TNV- Trail Noturno de Valongo está de volta a 07 de Dezembro de 2023.

A 11ª edição do **TNV- TRAIL NOTURNO DE VALONGO** é uma prova que percorre trilhos e caminhos na serra de Quinta Rei, no concelho de Valongo, com partida e chegada na Escola EB 2/3 Vallis Longus .

O Trail Longo 21km e o Trail Curto 13km estão abertos a maiores de idade (16 anos), e caminhada aberta a menores desde que acompanhados por uma pessoa maior de idade.

O TNV é a 2ª prova pontuável para o Circuito de Trilhos de Valongo.

Na 10ª edição tivemos as vagas disponíveis, 800, esgotadas

Este Ano voltamos a limitar as vagas : **LIMITE Volta a ser os 800 Atletas.**

Trail Longo 21km Disponíveis 200 vagas

Trail Curto 13 Km Disponíveis 350 Vagas

Caminhada 9 Km Disponíveis 250 Vagas

Depois das inscrições validadas só serão aceites trocas entre distâncias caso existam vagas disponíveis.

Pontos

1. Condições de participação

- 1.1. Idade participação das diferentes provas
- 1.2. Inscrição regularizada
- 1.3. Condições físicas
- 1.4. Definição possibilidade ajuda externa
- 1.5. Colocação da dorsal

2. Prova

- 2.1. Apresentação da prova / organização
- 2.2. Programa
- 2.3. Metodologia de controlo de tempos
- 2.4. Postos de controlo
- 2.5. Partidas/Chegadas
- 2.6. Abastecimento
- 2.7. Material recomendado

- 2.8. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário
 - 2.9. Penalizações / desqualificações
 - 2.10. Responsabilidades perante o atleta / participante
 - 2.11. Seguro desportivo
- 3. Inscrições
 - 3.1. Processo inscrição
 - 3.2. Valores e períodos de inscrição
- 4. Categorias e Prémios
- 5. Marcação e controles
- 6. Direitos de imagem
- 7. Apoio de emergência
- 8. Circuito de Trilhos de Valongo 2023/2024
- 9. Casos Omissos
- 10. Diversos

IMPORTANTE

É preciso ter a condição física adequada às características desta prova onde acrescenta a dificuldade ser Noturna.

Ao inscrever-se está a concordar na íntegra com o presente regulamento.

A inscrição é pessoal e intransmissível e é aceite por ordem de chegada.

A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro.

Em caso de um participante não poder participar no evento a organização não se vê no dever de devolver o valor da inscrição.

No caso de as condições climáticas ou motivos de força maior não permitirem a realização do evento e levarem ao seu cancelamento, as inscrições serão automaticamente transferidas para a edição de 2025 ou será feita a devolução de 50% do valor da inscrição aos participantes que requeiram o reembolso.

Alteração de dados na inscrição só é permitida até ao dia 17 de Novembro 2024.

Mantenha-se no trilho traçado;

Não deixe lixo ou outros vestígios de passagem;

Informamos que os abastecimentos líquidos não serão fornecidos através de garrafas nem de copos plásticos. Cada atleta é responsável por levar consigo o (s) recipiente (s) que julguem mais adequado (s) para a sua hidratação.

A Organização reserva-se o direito de aceitar inscrições de última hora.

Para inscrições realizadas no último mês antes da prova, a organização não garante tamanho de T-shirt nem garante T-shirt oficial da prova.

O presente regulamento está sujeito a alterações;

Só será aceite troca de distância até a um mês da realização da prova e caso o limite de cada prova não esteja esgotada.

1. Condições de participação

1.1. Idade de participação

As provas são destinadas apenas a atletas maiores de 16 anos e caminhada a crianças quando acompanhadas por um adulto inscrito.

1.2. Inscrição regularizada

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.

1.3. Condições físicas

É imprescindível ter a condição física adequada às características desta prova e ter em conta que se realiza em Dezembro e de noite.

1.4. Possibilidade de ajuda externa

O apoio aos atletas por elementos externos à organização é apenas permitido nos postos de abastecimento.

1.5. Colocação da dorsal

O dorsal é pessoal e intransmissível. O dorsal do atleta deve estar em local facilmente visível aos elementos da organização e demais entidades que apoiam e/ou colaboram com a mesma. Em caso de desistência o atleta deverá entregar o dorsal à organização no secretariado da prova, comunicando dessa forma a sua desistência.

2. Prova

2.1. Apresentação da prova / organização

O TNV- Trail Noturno de Valongo é organizado pela **KeMedo Team Associação Desportos em Natureza**. Conta ainda com a coorganização da **Câmara Municipal de Valongo** e apoio da **Junta Freguesia de Valongo e Bombeiros Voluntários de Valongo**.

Provas:

Trail Longo 21 km Tem início às 19.15h

Trail Curto 13km - Tem Inicio as 19.30h

Caminhada 9km- Tem inicio as 19.35h

2.2. Programa

Sexta 06 de Dezembro

Das 19h as 22h - Funcionamento do secretariado/Distribuição de dorsais TNV na Escola EB 2/3 Vallis Longus.

Sábado 07 de Dezembro

Das 10h às 12h30 e das 14h às 18h - Funcionamento do secretariado/Distribuição de dorsais TNV na Escola EB 2/3 Vallis Longus.

19h15 Partida dos 21km

19h30 - Partida dos 13 km

19.40h- Partida caminhada 9km

20h30 Chegada prevista dos primeiros atletas 13km

21h00 Chegada prevista dos primeiros atletas 21km

22h00 -Cerimónia de entrega de prémios Trail Longo 21 km e Trail Curto 13 km

2.3. Metodologia de controlo de tempos

Controlo realizado através dum chip que o atleta tem de validar em cada um dos postos de controlo.

2.4 Postos de controlo

Os controlos intermédios estarão em lugar a definir pela organização.

2.5. Partidas e Chegadas

O relógio iniciará a contagem no momento estabelecido, com ou sem a presença dos participantes.

2.6. Abastecimento

As 3 provas deste evento realizam-se em semi-autonomia, sendo fundamental que cada atleta se faça acompanhar por uma quantidade mínima de calorias e líquidos, de forma a satisfazer as suas necessidades entre abastecimentos.

Informa-se que os abastecimentos líquidos não serão fornecidos através de garrafas nem de copos plásticos.

Cada atleta é responsável por levar consigo o (s) recipiente (s) que julgue mais adequado (s) para a sua hidratação

2.7. Material obrigatório e recomendado

É obrigatório Telemóvel, Apito, Manta Térmica e Frontal e sem este material o atleta é impedido de participar no TNV, é barrado a zona de partida e desclassificado sendo que será informado que o chip será desativado.

Material altamente recomendado:

Mochila/Colete com Hidratação, Camisola Térmica, Buff ou Boné.

Independentemente das condições climáticas os participantes devem considerar este material como o seu Kit de Sobrevivência, portanto aconselha-se que acompanhe sempre os atletas em **TERRENO MONTANHOSO E NOTURNO.**

2.8. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

A organização terá um sistema de segurança ao longo de todo o percurso, contudo, dado que será impossível realizar corte de tráfego rodoviário nalgumas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito nas estradas de uso público.

2.9. Desqualificações

Ficará ainda desclassificado todo aquele que:

Não cumpra o presente regulamento;

Não complete a totalidade do percurso;

Deteriore ou suje o meio por onde passe;

Não leve o seu número bem visível;

Ignore as indicações da organização;

Tenha alguma conduta antidesportiva.

2.10. Responsabilidades perante o atleta / participante

A inscrição na prova implicará total aceitação do presente regulamento.

2.11. Seguro desportivo



A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei para a realização deste tipo de provas. O prémio do seguro está incluído no valor da inscrição.

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição

A inscrição é realizada online através do site <https://stopandgo.com.pt>

3.2. Valores e períodos de inscrição

Abertura das inscrições as 00h do dia 28 de Agosto 2024

Fase Promoção: (dia 28, 29, 30 e 31 Agosto e 1, Setembro e limitada a 100 inscrições em cada distancia)

Trail Longo 12.00€

Trail Curto 11.00€

Caminhada 8.00€

1ª Fase 2 de Setembro a 27 de Outubro

Trail Longo 14.00€

Trail Curto 13.00€

Caminhada 9.00€

2ª Fase 28 de Outubro a 24 de Novembro

Trail Longo 16.00€

Trail Curto 15.00€

Caminhada 10.00€

Fecho das inscrições as 23.59h de 24 Novembro 2024 caso não tenha esgotado as 800 vagas disponíveis

O valor de inscrição inclui:

Dorsal, Seguro de acidentes pessoais, T-shirt Refletora da prova (ou outro brinde), banhos, reforço alimentar durante a prova, assim como todas as ofertas que a organização venha ainda a conseguir.

O Reforço final habitual do TNV: Bifana, Caldo Verde, Cerveja, Patel de Nata.

Todos os participantes devem levantar o seu dorsal nos dias e horários previstos, para evitar constrangimentos

4. Categorias e Prémios

4-1 Haverá classificação e prémios por equipas para a qual contam os tempos dos 3 melhores atletas na classificação geral, (não há distinção de sexo ou idade).

Irá também haver classificação segundo os seguintes escalões etários no Trail Longo e Trail Curto, escalões ATRP:

SUB/23 M/F

M/F Seniores - dos 23 aos 39 anos

M/F40 dos 40 aos 49 anos

M/F50 dos 50 aos 59 anos

M/F60 - mais de 60 anos

Serão atribuídos troféus aos 3 primeiros homens e 3 primeiras mulheres de cada escalão etário.

Vamos Premiar as 3 Equipas mais numerosas.

Inscrições validadas até ao dia 27 de Novembro, após essa data não serão contabilizadas como equipa.

5. Marcação e controles

O percurso estará marcado com pequenos refletores só visíveis com lanterna ou frontal, numa distância entre si no máximo de 20 metros onde será reforçada a marcação nos desvios e locais de maior duvida.

6. 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 sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

7. Apoio e emergência

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

8. Circuito de Trilhos de Valongo 2024/2025

8.1 Ranking

Os nomes dos atletas, data de nascimento, escalão e tempo de execução da prova, serão partilhados com a Câmara Municipal de Valongo para efeitos de elaboração de ranking Municipal do Circuito dos Trilhos de Valongo. O Ranking fica disponível aqui: <https://trilhos.valongo.pt/>

8.2 Gala do Circuito de Trilhos de Valongo

Apurados os resultados do Circuito dos Trilhos de Valongo, os melhores atletas serão premiados e reconhecidos na gala promovida pelo Município de Valongo.

8.3 - Direitos de imagem

A realização e inscrição na prova implica a recolha de imagens e som durante a sua realização. Caso as imagens sejam recolhidas pelo promotor, as mesmas serão partilhadas com o Município de Valongo, ou então diretamente recolhidas por esta.

No entanto, para a partilha das imagens nas redes sociais e portais da internet, será recolhido o consentimento do participante no momento da inscrição na prova. Para mais informações sobre como trataremos esses dados consulte o ponto seguinte:

8.4 Proteção de Dados

A KeMedo Team ADN, enquanto Responsável pelo Tratamento dos Dados, assegura que os dados pessoais recolhidos serão unicamente utilizados para o tratamento dos dados no âmbito do TNV- Trai Noturno de Valongo organizado pela KeMedo Team Associação Desportos em Natureza procede ao arquivo e tratamento dos seus dados pessoais e caso se mostre necessário partilhará os seus dados com terceiros. Desde já se indica que o seu nome, idade, género e tempo obtido na prova será partilhado com o Município de Valongo, que se assumirá como Responsável pelo Tratamento, para efeitos de elaboração do ranking do Circuito dos Trilhos de Valongo e organização da Gala do Circuito dos Trilhos. Para além disso as imagens recolhidas durante o evento, serão igualmente partilhadas com o Município de Valongo, não podendo os dados partilhados ser usados para outros fins que não os aqui identificados.

Os Responsáveis pelo Tratamento (Associação, Município de Valongo) manterão os seus dados durante o período de 3 anos a contar da realização do evento. Para a partilha das imagens recolhidas nas redes sociais e em canais externos do Município será recolhido o seu consentimento no momento da inscrição.

Enquanto titular de dados, poderá exercer, a qualquer momento, os seus direitos de acesso, retificação, apagamento, limitação, oposição e portabilidade através de solicitação para os seguintes contactos:

Responsável pelo Tratamento de Dados email: kemedoteam@gmail.com

Para mais informações sobre as práticas de Proteção de Dados da KeMedo Team ADN consulte a Política de Privacidade disponível no nosso website em link:

Responsável pelo Tratamento de Dados do Município de Valongo rgpd@cm-valongo.pt

Encarregado da Proteção de Dados do Município de Valongo dpo@cm-valongo.pt Para mais informações sobre as práticas de Proteção de Dados Do Município de Valongo consulte a Política de Privacidade disponível no website, em <https://www.cmvalongo.pt/avisoslegais/politica-de-privacidade>

9. Casos omissos

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

10. Diversos

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

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 meteorológicas assim o obrigarem, ou devido a força maior.



TRAILNOTURNODEVALONGO

