

TRAIL TRILHOS DO DÃO – LOUROSA DE BAIXO

REGULAMENTO TRAIL TRILHOS DO DÃO – LOUROSA DE BAIXO 2018

1.CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1. IDADE DE PARTICIPAÇÃO NA PROVA

A Idade mínima de participação na prova de Trail é de 18 anos.

1.2. INSCRIÇÃO REGULARIZADA

Para a participação no evento o atleta deverá ter a sua inscrição devidamente regularizada, e o pagamento da mesma ter sido efetuado dentro dos prazos estipulados.

O acesso ao processo de inscrição deverá ser feito através do site oficial <http://www.stopandgo.com.pt>

Ao aceder ao menu INSCRIÇÕES, irá ser direcionado para a plataforma STOPANDGO <http://www.stopandgo.com.pt>

1.3. CONDIÇÕES FÍSICAS

O **Trail Trilhos do Dão** percorre maioritariamente trilhos em terra com uma dificuldade acessível a todos os atletas. O percurso é pensado na possibilidade de todos virem a participar, e terem a possibilidade de conhecer os trilhos de Lourosa de baixo.

1.4. AJUDA

Não é permitido o apoio aos atletas por parte de elementos externos à própria organização da prova, sem ser nos pontos de abastecimento e controlo.

A prova decorre em regime de semi auto-suficiência e como tal o atleta deve dispor dos meios adequados que lhe permitam terminar a prova em segurança.

1.5. COLOCAÇÃO DO DORSAL

Será atribuído um dorsal ao atleta que terá de ser colocado em local visível e deverá ser mostrado aos elementos da organização sempre que tal for pedido.

1.6. REGRAS DE CONDUTA

Comportamento inadequado, recurso a linguagem ofensiva, agressões verbais ou mesmo físicas, serão alvo de advertência, desqualificação ou expulsão.

2.PROVA

2.1. - ORGANIZAÇÃO

O **Trail Trilhos do Dão**, contextualiza-se na vontade de dar a possibilidade a todos os Atletas de poderem usufruir dos trilhos fantásticos da zona de Lourosa de Baixo, num percurso acessível.

A partida e chegada do **Trail Trilhos do Dão** será perto da Associação de Lourosa de Baixo.

A organização do evento é da responsabilidade da Associação Cultural e Recreativa de Lourosa de Baixo.

A organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo ou abastecimento, sem aviso prévio. Em condições climatéricas extremas, ou em situações de catástrofe, a organização poderá também suspender, reduzir ou cancelar a prova, sendo que nesta situação, não haverá direito a reembolso da inscrição.

2.2. PROGRAMA/HORÁRIO

Domingo, 10 Junho

Associação Cultural e Recreativa de Lourosa de Baixo

Percurso 13km

08h00 - Abertura do secretariado, instalações da Associação Cultural e Recreativa de Lourosa de Baixo

09h15 – Encerramento do Secretariado

09h15 – Partida Caminhada

09h25 - Briefing técnico.

09h30 – Partida Trail 13km

12h30 - Almoço

13h00 - Entrega dos prémios

14h00 - Fim da atividade.

2.3. DISTÂNCIA / ALTIMETRIA / CATEGORIZAÇÃO ATRP

Trail Trilhos do Dão

A prova de Trail terá uma distância de 13km. Os dados relativamente ao percurso serão divulgados oportunamente.

2.4. METODOLOGIA DE TEMPOS DE PROVA

Será utilizado um sistema eletrónico de controlo de tempos por intermédio de um chip colocado no dorsal.

2.5. POSTOS DE CONTROLO

A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo os atletas respeitá-lo ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos.

2.6. LOCAIS DOS ABASTECIMENTOS

O **Trail Trilhos do Dão** terá 1 posto de abastecimento.

Atenção: Cada atleta terá de ter um recipiente (copo, cantil, bidon, etc.) para se abastecer de líquidos nos abastecimentos, uma vez que por questões ambientais a organização não irá facultar qualquer tipo de recipiente.

2.7. MATERIAL RECOMENDADO

Copo (não existirão copos nos abastecimentos)

Chapéu

Protector Solar

2.8. PENALIZAÇÕES / DESCLASSIFICAÇÕES

A organização desta prova rege-se perante o CÓDIGO DE CONDUTA E BOAS PRÁTICAS DOS VISITANTES EM AREAS PROTEGIDAS.

<http://www.icnf.pt/portal/turnatur/resource/docs/ap/codigos/codig-condut>

Os atletas deverão cumprir este regulamento e ter um conduta desportiva e ambiental adequadas.

As provas decorrem em zonas de Lourosa de Baixo, e como tal deverão ser respeitadas todas as regras vigentes no mesmo, nomeadamente:

- Não sair dos trilhos;
- Não colher plantas e flores;
- Não deixar qualquer tipo de lixo (embalagens de gel, invólucros de barras etc) nos trilhos;
- Não perturbar a fauna existente.

Caso o atleta não cumpra estas regras poderá ter de responder perante as autoridades do PNSC uma vez que são estas as responsáveis pelo cumprimento da lei e, por conseguinte, do próprio regulamento. **O não cumprimento destas regras, a ser comprovado, acarreta automaticamente a desqualificação do atleta.**

Caso o atleta falhe um ponto de controlo será desclassificado.

2.9. RESPONSABILIDADES PERANTE OS ATLETAS

A organização da prova compromete-se a prestar o auxílio necessário aos atletas, prestando primeiros socorros em caso de necessidade e fornecendo transporte até à meta ou hospital mais próximo em caso de incapacidade física para continuar em prova.

Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais, ou de qualquer natureza a si mesmos e/ou a terceiros.

A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente, de negligência, ou de roubo de objetos e/ou valores, de cada participante.

Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de responsabilidade dos atos acima descritos.

2.10. SEGUROS

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

3. INSCRIÇÕES

3.1. PROCESSO INSCRIÇÃO

O acesso ao processo de inscrição deverá ser feito através do site de inscrições da organização <http://www.stopandgo.com.pt>

O levantamento do dorsal depende da exibição do comprovativo de pagamento da inscrição correspondente, e da exibição de um documento de identificação.

Qualquer reclamação deverá ser colocada para o seguinte email: geral@stopandgo.com.pt

3.2. VALORES E PERÍODOS DE INSCRIÇÃO

Trail 13km: 10 euros até dia 31 de Maio e 12 euros até dia 7 de Junho

Caminhada: 5 euros até dia 31 de Maio e 7 euros até dia 7 de Junho

Atenção: a data limite para inscrições é o dia 7 de Junho

3.3. CONDIÇÕES DE VOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO

Em caso de lesão devidamente comprovada com relatório médico a enviar por e-mail para declivesublime@gmail.com.

Após 1 de Junho - 0%

Até 1 de Junho - 50%

3.4. MATERIAL/ SERVIÇOS INCLUIDOS COM A INSCRIÇÃO

- Estacionamento;
- Dorsal (trail);
- Abastecimentos;
- Tshirt;
- Almoço;
- Seguro de acidentes pessoais;
- Banhos a 900m da meta;
- Transporte para a meta (em caso de desistência);
- Assistência médica e socorro nos locais devidamente assinalados;
- Outros brindes que a organização possa angariar e anunciar oportunamente.

3.5. SECRETARIADO DA PROVA / HORÁRIOS E LOCAIS

O secretariado da prova irá funcionar nas instalações da Associação Cultural e Recreativa de Lourosa de Baixo Onde fica:

4. CATEGORIAS E PRÉMIOS

4.1. DEFINIÇÃO DATA, LOCAL E HORA PARA ENTREGA DE PRÉMIOS

A cerimónia de entrega de prémios terá lugar às 13h00 na Associação Cultural e Recreativa de Lourosa de Baixo. (local de início e final da prova)

4.2. DEFINIÇÃO DAS CATEGORIAS ETÁRIAS/SEXO, INDIVIDUAIS E EQUIPAS

4.2.1. Serão atribuídos prémios aos 3 primeiros de cada escalão* e aos 3 primeiros da geral masculina e feminina no Trail de 13km.

Serão também premiadas as 3 melhores equipas do Trail. A classificação colectiva será obtida através do somatório dos tempos dos 3 primeiros atletas a concluir a prova independentemente do sexo, vencendo a equipa que registar um tempo total mais baixo, e organizando-se a restante classificação em função desse critério.

4.2.2. Os escalões para atribuição de prémios serão os seguintes:

- F-Sub 23 (18 AOS 23 ANOS)
- F-Seniores (24 AOS 39 ANOS)
- F-40 (40 AOS 49 ANOS)
- F- 50 (+ 50)

- M-Sub 23 (18 AOS 23 ANOS)
- M-Seniores (24 AOS 39 ANOS)
- M-40 (40 AOS 49 ANOS)
- M- 50 (+ 50)

*Para efeitos de escalão, é contabilizada a idade que o Atleta terá no dia 31 de Dezembro de 2018.

5. ALTERAÇÕES AO REGULAMENTO

O presente regulamento poderá sofrer alterações, as quais serão comunicadas a todos os participantes através de e-mail e na página de Facebook da prova.

6. OUTROS

A organização decidirá sobre todos os assuntos relacionados com o evento e que não foram objeto deste regulamento, ou sobre eventuais interpretações do texto do presente regulamento.