



REGULAMENTO

2º TRILHO DO NEVEIRO





REGULAMENTO

APRESENTAÇÃO DO EVENTO

O TRILHO DO NEVEIRO- O desporto e o turismo na natureza e de aventura são um dos segmentos que têm vindo a ganhar uma relevância crescente nas últimas décadas, tendo as regiões de montanha como um dos seus principais territórios de ação.

Considerando que a atividade de trail running apresenta uma forte ligação com o turismo na natureza, é indispensável realizar uma caracterização dos conceitos que o próprio turismo de natureza envolve, bem como a sua importância para a economia local e regional, e os efeitos que pode produzir.

O trail running consiste numa corrida pedestre aberta a todos, num ambiente natural quer de montanha, deserto, floresta ou outras. A rota deve estar marcada devidamente, onde os participantes tenham informação suficiente para finalizar a prova sem se perderem. Nesta situação, podem usar-se desde marcas físicas a marcas permanentes, coordenadas GPS, ou orientação por mapa.

OS NEVEIROS DO COENTRAL- Durante muitos anos, os “neveiros” do Coentral em Castanheira de Pera tornaram-se famosos por transportar gelo para o palácio real em Lisboa que depois servia para confeccionar gelados e refrescos para a corte. Dos sete poços construídos no alto da Serra do Coentral (Lousã), somente restam três que pela sua raridade foram considerados imóveis de interesse público.

Estes poços da neve são seguramente mais antigos do que a capela (1786). Admite-se mesmo que sejam muito anteriores a Julião Pereira de Castro no ofício de que só há notícia devidamente documentada a partir de 1757 em alvará de D. José também é assinado pelo Marquês de Pombal.

CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

- Idade de participação:

Trilho do Neveiro 32 Km- Maiores de 16 anos

Trilho do Neveiro 19 Km- Maiores de 16 anos

Caminhada do Neveiro 10 km – Maiores de 12 anos

- Inscrição regularizada:

Para a participação na prova o atleta deverá realizar a sua inscrição no site <https://stopandgo.net/events> até ao dia 21 de outubro e proceder ao respetivo pagamento. Ao regularizada a inscrição estará a aceitar todas as normas constantes do presente regulamento.





O levantamento do dorsal carece de apresentação do documento de identificação referido na inscrição e os menores de 18 anos têm simultaneamente que entregar o termo de responsabilidade devidamente assinado pelo encarregado de educação, cuja cópia do Cartão de Cidadão deve anexar.

- Condições físicas:

Para participar, o atleta deve estar consciente das dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas, e de se encontrar adequadamente preparado física e mentalmente.

Deve também ter consciência prévia da capacidade real de autonomia exigida em montanha, de forma a ser capaz de gerir os problemas que derivam deste tipo de prova.

Para além de se encontrar adequadamente preparado para a prova, o atleta deve enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas, e gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de uma fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares ou pequenas lesões.

- Ajuda externa:

Não é permitida qualquer tipo de ajuda no decorrer das provas. Caso isso aconteça, poderá implicar penalização ou até mesmo desclassificação do atleta.

- Colocação dorsal:

O número do dorsal é pessoal e intransmissível, deverá ser usado na frente do corpo e sempre visível.

- Regras conduta desportiva:

Todos os atos do evento deverão ser norteados por um completo fair-play, assumindo: respeito pelo desafio, entreajuda e respeito pelos concorrentes organizadores e colaboradores; respeito pelo ambiente procurando um impacto ambiental nulo.

Caso se verifiquem as infrações anteriormente descritas, estas serão alvo de penalização.

PROVA

- Introdução:

O Trilho do Neveiro é organizado pela Prazilândia Turismo e Ambiente E.M com o apoio e colaboração da Câmara Municipal de Castanheira de Pera, União das Freguesias de Castanheira de Pera e Coentral, Bombeiros Voluntários de Castanheira de Pera e CERCICAPER.

Este evento pretende promover a vertente sul da Serra da Lousã, local de excelência para este tipo de desporto e região natural que deve ser preservada.





O Trilho do Neveiro será realizado no dia 29 de outubro de 2023 em Castanheira de Pera, em que a prova terá o seu início e fim junto à capela da aldeia de Pera.

O trilho do Neveiro será constituído por 3 provas:

- Trilho do Neveiro Longo 32 K;
- Trilho do Neveiro Curto 19 K;
- Caminhada 10 K;

- Localização:
 - Secretariado: Aldeia de Pera (40°02'15.0"N - 8°11'26.5"W);
 - Ponto de controlo: 2 pontos;
 - Partida: Aldeia de Pera (40°02'15.0"N - 8°11'26.5"W);
 - Chegada: Aldeia de Pera;

- Programa/ horário:
 - **Sábado 28 de Outubro 2023**
15h00- Abertura do secretariado e entrega dos dorsais
20h00- Fecho do secretariado

 - **Domingo 29 de Outubro 2023**
06h30- Abertura do secretariado e entrega dos dorsais
09h00- Partida Trilho do Neveiro Longo 32K
09h30- Partida Trilho do Neveiro Curto 19K
09h30- Partida do autocarro Caminhada 10K
15h00- Entrega dos prémios
17h00- Encerramento

- Distância / desnível positivo:

A organização reserva o direito de alterar as distâncias e o acumulado se for justificável.

Prova	Distância	Desnível Positivo
Trilho do Neveiro Longo	32K	1500m
Trilho do Neveiro Curto	19K	800m
Caminhada	10K	

Nota: **Estes dados poderão ser retificados até um mês antes da realização do evento**

A organização reserva o direito de alterar as distâncias e o desnível se assim o entender sendo a alteração, no caso do desnível, nunca superior a 10%.





- Barreira Horária:

Os atletas podem fazer o percurso a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem os tempos limites estabelecidos em cada posto de abastecimento. Os “Corredores Vassoura” ou o responsável de cada controle terão poder para retirar da prova qualquer corredor se o seu tempo na corrida, ou o seu estado de saúde assim aconselhar.

O corredor que se retirar deverá avisar a organização (secretariado) do seu abandono, entregando à mesma o seu dorsal.

Ultrapassando o tempo de passagem limite, os atletas deverão desistir, garantindo a organização transporte desde os postos de abastecimento até ao local de concentração/meta. A partir desse momento a organização não garante a segurança dos atletas e os elementos da organização que fecham os percursos podem mesmo recolher as fitas sinalizadoras. Se a organização recomendar a desistência do atleta devido ao seu estado de saúde, este deverá obedecer, de modo a garantir o seu bem-estar.

Por motivos de segurança – mau tempo, incêndio, outro motivo a Organização reserva-se o direito de modificar o traçado ou a distância a ser percorrida ou mesmo a cancelar o evento.

Os postos de controle serão os postos de informação privilegiados para comunicar aos concorrentes as decisões técnicas respeitantes ao evento.

- Metodologia de controlo de tempos:

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

- Postos de controlo:

A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo o atleta respeitá-lo ao longo da prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos.

Ao longo do percurso existirão pontos de controlo devidamente assinalados. Os atletas devem respeitar a ordem de chegada ao controle.

- Locais dos abastecimentos:

As provas do evento são em regime semiautónomo, tendo o atleta de se fazer acompanhar por aquilo que ache necessário para poder concluir as provas. Os locais previstos para os abastecimentos podem sofrer alterações de localização ou suprimidos sem aviso prévio.

Os abastecimentos serão constituídos por sólidos e líquidos para serem consumidos no local. Somente a água é destinada a encher depósitos ou outros recipientes. Cada atleta, ao deixar cada posto de abastecimento, é responsável por ter a quantidade de bebida necessária para alcançar o próximo abastecimento.





- Material obrigatório:

Todos os participantes nas provas deverão ter em atenção que, pela dureza da prova e dificuldades acrescidas pelas condições atmosféricas que se poderão verificar, é recomendado/aconselhável que se façam acompanhar do seguinte material:

- Roupa de corrida confortável e um par de sapatilhas adequadas para a corrida em trilhos;
- Calçado e vestuário adequados conforme as condições meteorológicas;
- Mochila ou equipamento similar com reservatório de líquidos e reforço energético, copo ou recipiente para hidratação;
- Manta térmica de sobrevivência;
- Apito;
- Telemóvel.
- Penalizações/desclassificações:

INFRAÇÃO	SANÇÃO
Não prestar assistência a um participante esteja a necessitar de ajuda	Desclassificação e inibição de participar na prova no ano seguinte
Troca de dorsal entre atletas	Desclassificação da prova
Agressão ou insulto a elementos da organização ou atletas	Desclassificação e inibição de participar na prova no ano seguinte
Abandonar a prova sem avisar a organização	Desclassificação da prova
Retirar sinalização do percurso	Desclassificação e inibição de participar na prova no ano seguinte
Desobedecer às medidas de segurança indicadas por elementos da organização/voluntários	Desclassificação
Exceder o tempo limite nos postos de controlo/meta	Desclassificação
Falhar um dos postos de controlo	Desclassificação
Perda de dorsal/chip	Desclassificação
Não cumprimento do percurso estabelecido	Desclassificação
Falta de item material obrigatório	15 minutos
Receber ajuda externa fora dos locais definidos	Desclassificação

- Responsabilidade perante o participante:

A inscrição na prova implicará total aceitação do presente regulamento. Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais, ou de qualquer outra 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 resultante dos atos acima descritos.

Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada previamente por motivos imputáveis à organização.

- Seguro desportivo:

Seguro desportivo está de acordo com a lei em vigor.

O seguro de acidentes pessoal está incluído na inscrição.

INSCRIÇÕES

- Processo inscrição:

As inscrições terão de ser efetuadas online no site <https://stopandgo.net/events>.

Evento solidário, no ato da inscrição pode doar um 1€ a uma instituição de cariz social, do Concelho de Castanheira de Pera.

Não serão aceites pré-inscrições por email ou telefone. O ato de inscrição pressupõe a total aceitação das regras aqui estabelecidas.

Após ser feita a inscrição os atletas terão de regularizar o pagamento no prazo máximo de 3 dias, após estes dias a inscrição será anulada, sendo necessário fazer novamente a inscrição.

Os pedidos de inscrição devem ser feitos de acordo com os prazos indicados, sendo a data-limite 21/10/23.

A inscrição é pessoal e intransmissível.

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

- Valores e períodos de inscrição:

Prova	Fase 1	Fase 2	Fase 3 Dia da Prova
Trilho do Neveiro Longo-32K	17 €	20€	22€
Trilho do Neveiro Curto- 19K	13 €	17€	19€
Caminhada	7,5 €	10€	12€

Calendário de valores de inscrição:

1ª Fase: até 8 de outubro de 2023

2ª Fase: 9 de outubro de 2023 a 21 de outubro de 2023

3ª Fase: 29 de outubro de 2023 dia da realização do Trilho do Neveiro

Almoço: Inscrição +4€ €; Acompanhante: 6€





TRANSPORTE (Partida domingo dia 29 de outubro 2023)

Transporte em autocarro de Lisboa e do Porto para Castanheira de Pera (viagem com a duração aproximada de 02h30, apenas para os participantes que assinalarem esta opção no ato da inscrição), com limite mínimo para cada autocarro de 30 participantes.

Hora prevista da saída: 5h30

Valores de inscrição: 7,5€

REEMBOLSOS

No caso de doença e/ou lesão poderá ser aceite o cancelamento de inscrição desde que seja formalizada até ao dia 08/10/2023, por email para animacao@praiadasrocas.com, acompanhado do atestado médico. A haver reembolso, será de 50% do valor da inscrição. Depois de 08/10/2023 não haverá reembolso.

PRÉMIOS

Os atletas que finalizem as provas competitivas receberão um prémio de Finisher.

Serão entregas troféus por escalão aos 3 primeiros classificados (masculino/feminino).

Os prémios serão entregues no dia do evento. Quem não os levantar nesse dia, a organização não enviará por correspondência.

Os escalões das provas estarão designadamente na seguinte forma:

Trilho dos Neveiros Longo e Curto	
M Sub23	F Sub23
M Sénior	F Sénior
M 40	F 40
M 45	F 45
M 50	F 50
M55	F 55
M60	F 60

Nas provas competitivas (Longo/Curto) serão premiados os 3 primeiros classificados da geral (masculino/feminino) e à equipa com mais atletas inscritos

- Até 100 inscritos:

Masculino	Feminino
1ºLugar: 75 euros	1ºLugar: 75 euros
2ºLugar: 50 euros	2ºLugar: 50 euros
3ºLugar: 25 euros	3ºLugar: 25 euros





- Entre 101-200 inscritos:

Masculino	Feminino
1ºLugar: 100 euros	1ºLugar: 100 euros
2ºLugar: 75 euros	2ºLugar: 75 euros
3ºLugar: 50 euros	3ºLugar: 50 euros

- Entre 201-300 inscritos:

Masculino	Feminino
1ºLugar: 125 euros	1ºLugar: 125 euros
2ºLugar: 100 euros	2ºLugar: 100 euros
3ºLugar: 75 euros	3ºLugar: 75 euros

- Entre 301-400 inscritos:

Masculino	Feminino
1ºLugar: 150 euros	1ºLugar: 150 euros
2ºLugar: 125 euros	2ºLugar: 125 euros
3ºLugar: 100 euros	3ºLugar: 100 euros

- Mais 401 inscritos

Masculino	Feminino
1ºLugar: 250 euros	1ºLugar: 250 euros
2ºLugar: 175 euros	2ºLugar: 175 euros
3ºLugar: 125 euros	3ºLugar: 125 euros

CEDÊNCIA DE IMAGEM E TRATAMENTO DE DADOS

Os participantes do Trilho dos Neveiros cedem integral e gratuitamente à Organização os direitos de utilização da imagem e voz, autorizando a sua reprodução, edição e publicação, em qualquer suporte (papel ou digital), e integrada em qualquer outro material (fotografia, desenho, ilustração, pintura, vídeo, animação, etc.) conhecido ou que venha a existir, para:

- Divulgação na página eletrónica do evento;
- Divulgação nas redes sociais;
- Exposição em formato físico ou digital;

De acordo com o nº3 do artigo 7º do Regulamento (EU) 2016/679 do Parlamento Europeu e do Conselho de 27 de abril de 2016, o titular dos dados poderá retirar o seu consentimento, por escrito, a qualquer momento.





Os participantes confirmam o seu consentimento para que a Organização proceda ao tratamento dos seus dados pessoais para fins de gestão da inscrição no evento.

INFORMAÇÃO

- Responsabilidade ambiental:

Respeito absoluto pela natureza e pelos animais. O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que 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. Relembramos que os comportamentos que violem este princípio serão punidos com desclassificação.

- Apoios e emergência:

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

- Serviços Disponibilizados:

Serão disponibilizados banhos e solo duro.

COMUNICAÇÃO E CONTACTO COM A ORGANIZAÇÃO

Qualquer contacto com a organização pode ser efetuado pelos seguintes meios:

Página do evento no Facebook: <https://www.facebook.com/trilhodoneveiro>

E-mail: animacao@praiadasrocas.com

Telemóvel: Pedro Simões: 962856331 / Patrícia Lourenço: 915001266

