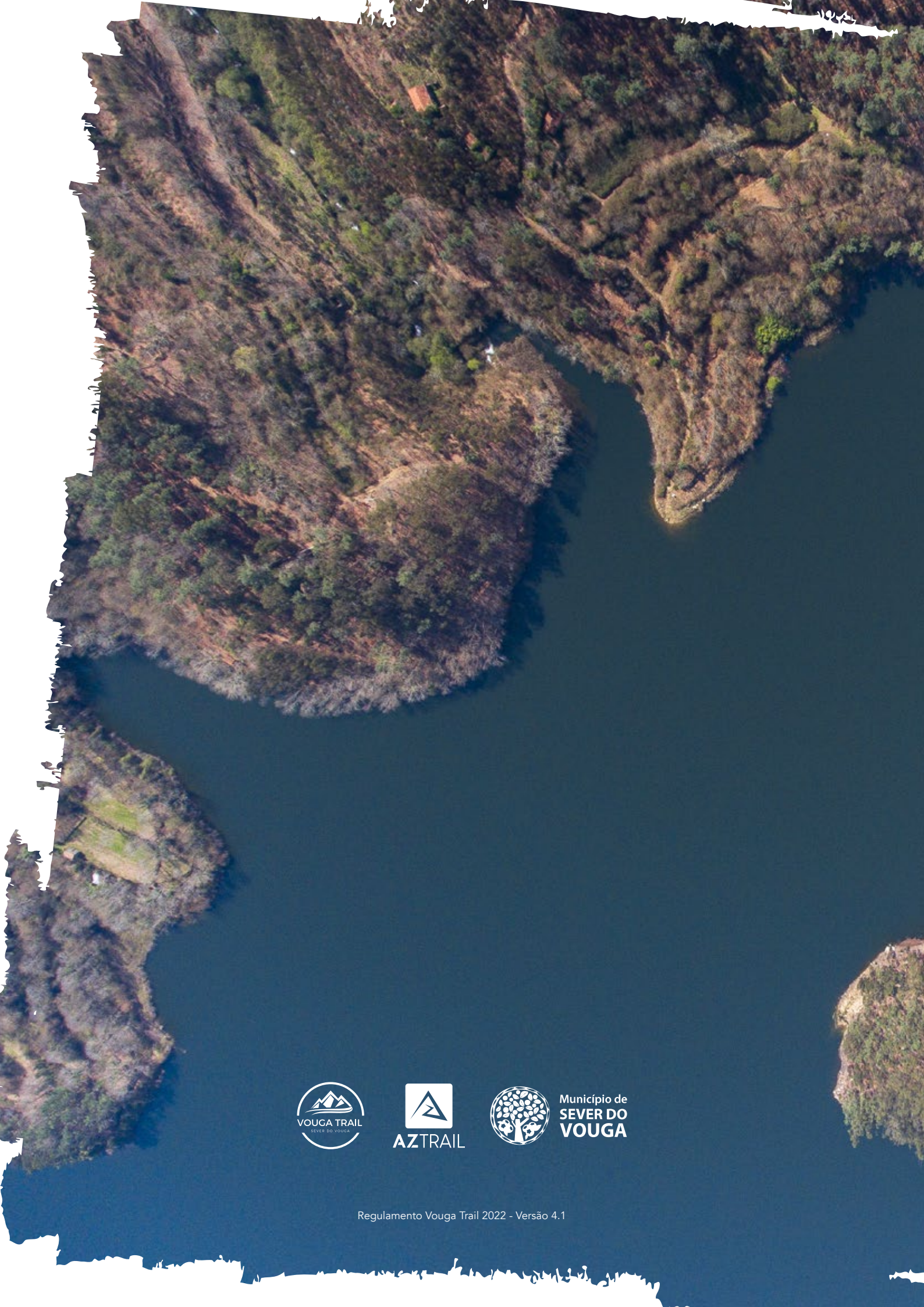


REGULAMENTO 2022

VOUGA *TRAIL*



Município de
**SEVER DO
VOUGA**





ÍNDICE

1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1 IDADE PARTICIPAÇÃO DAS DIFERENTES PROVAS	8
1.2 INSCRIÇÃO REGULARIZADA	8
1.3 CONDIÇÕES FÍSICAS	8
1.4 DEFINIÇÃO POSSIBILIDADE DE AJUDA EXTERNA	8
1.5 COLOCAÇÃO DO DORSAL	8
1.6 REGRAS DE CONDUTA DESPORTIVA	8

2. PROVA

2.1 APRESENTAÇÃO DA PROVA / ORGANIZAÇÃO	9
2.2 PROGRAMA / HORÁRIO	9
2.3 DISTÂNCIA/ALTIMETRIA	10
2.4 MAPA / PERFIL ALTIMÉTRICO	10
2.5 TEMPO LIMITE	10
2.6 METODOLOGIA DE CONTROLE DE TEMPOS	11
2.7 POSTOS DE CONTROLO	11
2.8 LOCAIS DE ABASTECIMENTOS	11
2.9 MATERIAL OBRIGATÓRIO/VERIFICAÇÕES DE MATERIAL	13
2.9.1 Verificação Material	13
2.10 INFORMAÇÃO SOBRE PASSAGEM DE LOCAIS COM TRÁFEGO RODOVIÁRIO	13
2.11 PENALIZAÇÕES / DESCLASSIFICAÇÕES	14
2.12 RESPONSABILIDADES PERANTE O ATLETA/PARTICIPANTE	14
2.13 SEGURO DESPORTIVO	14

3. INSCRIÇÕES

3.1 PROCESSO INSCRIÇÃO (LOCAL, PÁGINA WEB)	15
3.2 VALORES, PERÍODO DE INSCRIÇÃO E INFORMAÇÕES DAS PROVAS	15
3.3 CONDIÇÃO DEVOLUÇÃO DO VALOR INSCRIÇÃO	17
3.4 SECRETARIADO DA PROVA/HORÁRIOS E LOCAIS	17

3.5	TERMO DE RESPONSABILIDADE	18
3.6	INTRANSMISSIBILIDADE DE INSCRIÇÃO	18
3.7	LIMITES DE INSCRIÇÕES	18
4.	CATEGORIAS E PRÉMIOS	
4.1	DATA, LOCAL E HORA ENTREGA PRÉMIOS	19
4.2	DEFINIÇÃO DAS CATEGORIAS ETÁRIAS/ SEXO INDIVIDUAIS E EQUIPAS	19
4.3	PRAZOS PARA RECLAMAÇÃO DE CLASSIFICAÇÕES	21
5.	INFORMAÇÕES GERAIS	
5.1	COMO CHEGAR	21
5.2	ONDE FICAR	21
5.3	LOCAIS A VISITAR	21
6.	OUTRAS INFORMAÇÕES	
6.1	MARCAÇÃO E CONTROLOS	22
6.2	CONTROLO ANTIDOPAGEM	22
6.3	RESPONSABILIDADE AMBIENTAL	22
6.4	DIREITOS DE IMAGEM	22
6.5	PROTEÇÃO DE DADOS	22
6.6	APOIO E EMERGÊNCIA	23
6.7	SUSPENSÃO E/OU ANULAÇÃO DA PROVA	23
6.8	CASOS OMISSOS	23
6.9	DIVERSOS	23
7.	PLANO DE CONTINGÊNCIA EVENTO	24



MUITO IMPORTANTE

- * É preciso ter a condição física adequada às características desta prova de extrema dureza, que junta ao mesmo tempo de quilometragem, duração, terreno montanhoso, grandes desníveis, exposição a condições climatéricas desfavoráveis, etc.
- * Ao inscrever-se está a concordar na íntegra com o presente regulamento.
- * É imprescindível beber em todos os abastecimentos e alimentar-se convenientemente.
- * 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 e/ou as condições climatéricas não permitirem a realização do evento ou seu cancelamento, a organização não se vê no dever de devolver o valor das inscrições, assim como o reembolso aos patrocinadores.
- * Não se aceitam alterações dos dados fornecidos pelos participantes após o dia 28 de dezembro 2021.
- * Atendendo à necessidade imperiosa de preservar um património natural de uma enorme riqueza, queremos que, em plena comunhão com a natureza, usufruam do mesmo, respeitando-o e protegendo-o. Por este mesmo facto, 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 (preferencialmente servindo também para bebidas quentes).
- * A Organização reserva-se o direito de aceitar inscrições de última hora.
- * O presente regulamento está sujeito a alterações.



1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1 IDADE PARTICIPAÇÃO DAS DIFERENTES PROVAS

As provas competitivas do evento Vouga Trail são destinadas apenas a atletas com idade maior ou igual a 18 anos, com exceção do Vouga Mini trail para atletas com idade maior ou igual a 16 anos e da Caminhada Vouga Trail, para maior ou igual a 14 anos, e do Vouga Kids, para maior ou igual a 4 anos, com autorização parental, com preenchimento e assinatura do termo de responsabilidade em anexo – CONDIÇÃO OBRIGATÓRIA.

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

Para participar é indispensável:

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível das mesmas e ainda de se encontrar adequadamente preparado física e mentalmente.
- De haver adquirido, antes do evento, uma capacidade de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivam neste tipo de prova, nomeadamente: o Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas (vento, calor, frio, nevoeiro e chuva)
- Saber gerir problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc.

1.4 DEFINIÇÃO POSSIBILIDADE DE AJUDA EXTERNA

O apoio aos atletas por elementos externos à organização é apenas permitido nos postos de abastecimento, devendo o atleta, de acordo com o ponto 1.3., ter noção das suas necessidades durante a prova, assim como a sua capacidade de resolução dos problemas perante situações inesperadas.

1.5 COLOCAÇÃO DO 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.

1.6 REGRAS DE CONDUTA DESPORTIVA

O comportamento inadequado, tais como, o recurso a linguagem ofensiva, a agressão verbal ou física assim como deixar lixo nos trilhos, não será tolerado e dará direito a desqualificação.

2. PROVA

2.1 APRESENTAÇÃO DA PROVA / ORGANIZAÇÃO

Serão nos dias 08 e 09 de janeiro de 2022, que a Associação AZtrail, em parceria com o Município de Sever de Vouga, organizará a terceira edição do Vouga Trail, dividida nos eventos Vouga Ultra Trail, Vouga Trail Longo, Vouga Trail Curto, Vouga Mini Trail, Caminhada Vouga e Vouga Kids.

Com início e fim no centro de Sever de Vouga, no Parque Urbano e Lazer de Sever do Vouga, na Av. Comendador Augusto Martins Pereira 102, 3740-271 Sever do Vouga, será uma prova circular. Este evento terá as distâncias de 55 Km, 35Km, 25km, 15km e uma Caminhada de 12km. No evento Vouga Kids, as distâncias serão ajustadas às faixas etárias dos participantes, tendo no mínimo a extensão de 500mts e no seu máximo a extensão de 2000mts.

Os participantes do Vouga Trail terão oportunidade de correr na área patrimonial natural do município de Sever de Vouga, por trilhos inóspitos, verdejantes, levadas, margens do Rio do Vouga e Mirador do Castelo situados entre o maciço da Serra da Freita, do Arestal e do Ladário.

Em simultâneo com as provas de competição (trail), realizar-se-á uma caminhada de dificuldade média e de carácter não competitiva. No dia anterior ao evento competitivo realizar-se-á um evento de carácter social, o Vouga Kids. de Sever de Vouga. (Situação dependente de autorização da DGS à data do evento) No final das suas provas todos os participantes terão direito a banhos. [Locais a informar no guia do atleta.](#)

2.2 PROGRAMA / HORÁRIO - PROVISÓRIO

8 DE JANEIRO (SÁBADO)

- 14h00 - 20h00** Funcionamento do secretariado na Biblioteca Municipal Sever de Vouga
- 15h00** Início do Vouga Kids
- 15h05** Partida Mini Benjamins
- 15h15** Partida Benjamins A
- 15h30** Partida Benjamins B
- 15h45** Partida Infantis
- 16h00** Partida Iniciados
- 16h30** Cerimónia final

9 DE JANEIRO (DOMINGO)

- 06h30-9h30** Entrega de dorsais para as provas e caminhada
- 07h00** Controlo de material obrigatório Vouga Ultra Trail
- 07h30** Partida da prova: Vouga Ultra Trail
- 08h00** Controlo de material obrigatório Vouga Trail Longo
- 08h30** Partida da prova: Vouga Trail Longo



- 09h00** Controlo de material obrigatório Vouga Trail Curto
- 09h30** Partida da prova Vouga Trail Curto
- 09h40** Controlo de material obrigatório Vouga Mini Trail
- 10h00** Partida da prova Vouga Mini Trail
- 10h15** Partida Caminhada Vouga TRAIL
- 11h00** Chegada prevista para os 1º atletas da prova: Vouga Mini Trail
- 11h30** Chegada prevista para os 1º atletas da prova: Vouga Trail Curto
- 11h45** Chegada prevista para os 1º atletas da prova: Vouga Trail Longo
- 13h00** Chegada prevista para os 1º atletas da prova: Vouga Ultra Trail
- 15h00** Cerimónia de entrega de prémios
- 18h00** Encerramento da prova/evento

O acesso à zona de partidas estará condicionado.

2.3 DISTÂNCIA/ALTIMETRIA

Vouga Ultra Trail (VUT) 55 km, desnível: d+2300 metros

Vouga Trail Longo (VTL) 35 km, desnível: d+1400 metros

Vouga Trail Curto (VTC) 25 km, desnível: d+1000 metros

Vouga Mini Trail (VMT) 15 km, desnível: d+500 metros

Caminhada Vouga 12 km, desnível: d+350 metros

Vouga Kids 500 mts a 2000 mts: d+100 metros

- **Mini Benjamins** 400 m
- **Benjamins A** 500 mts
- **Benjamins B** 1000 mts
- **Infantis** 1500 mts
- **Iniciados** 2000 mts

2.4 MAPA / PERFIL ALTIMÉTRICO

Brevemente disponível.

2.5 TEMPO LIMITE

Todo o participante em qualquer dos eventos que se retirar deverá avisar a organização do seu abandono, comunicando à mesma o seu no de dorsal.

O tempo limite para a conclusão do evento Vouga Ultra Trail será de 10h30 horas.

O tempo limite para a conclusão do evento Vouga Trail Longo e Vouga Trail Curto será de 07h00 horas.

O tempo limite para a conclusão do evento Vouga Mini Trail será de 04h00 horas.

Serão criadas barreiras horárias, em locais a definir pela organização, publicadas à posteriori, tendo em vista a segurança dos participantes no evento.

2.6 METODOLOGIA DE CONTROLE DE TEMPOS

Controlo realizado através dum chip que o atleta tem de validar em cada um dos postos de controlo. A não entrega e/ou perda de um chip à organização é da exclusiva responsabilidade do participante. Ficarão a cargo dos participantes todos os custos associados à sua reposição.

2.7 POSTOS DE CONTROLO

Os controlos intermédios estarão em lugar a definir pela organização.

2.8 LOCAIS DE ABASTECIMENTOS

Vouga Ultra Trail

- 1º abastecimento (sólidos/líquidos) 9 km
- 2º abastecimento (sólidos/líquidos) 14 km
- 3º abastecimento (sólidos/líquidos) 26 km
- 4º abastecimento (sólidos/líquidos) 36 km
- 5º abastecimento (sólidos/líquidos) 47 km
- Reforço alimentar 55 km (final)

Vouga Trail Longo

- 1º abastecimento (sólidos/líquidos) 9 km
- 2º abastecimento (sólidos/líquidos) 14 km
- 3º abastecimento (sólidos/líquidos) 24 km
- Reforço alimentar 35 km (final)

Vouga Trail Curto

- 1º abastecimento (sólidos/líquidos) 9 km
- 2º abastecimento (sólidos/líquidos) 14 km
- Reforço alimentar 25 km (final)

Vouga Mini Trail

- 1º abastecimento (sólidos/líquidos) 9 km
- TRAIL Reforço alimentar 15 km (final)



Caminhada Vouga

1º abastecimento (sólidos/líquidos) 9 km

Reforço alimentar 12 km (final)

Vouga Kids

Reforço alimentar final

Informamos também que os abastecimentos líquidos não serão fornecidos através de garrafas nem de copos, pelo que cada atleta é responsável por levar consigo o(s) recipiente(s) que julgue(em) mais adequado(os) para a sua hidratação (preferencialmente servindo também para bebidas quentes).

Apenas os elementos do staff tocarão nos recipientes com a comida e bebidas disponibilizadas. Os atletas não devem tocar nos recipientes e apenas indicar o que pretendem.

Após abastecerem-se os atletas devem sair para a Área de Alimentação, manter o distanciamento social de 2 metros relativamente a outros atletas, segundo as regras emanadas pela DGS, e só depois de consumado este cumprimento, retirarem a EPI facial de proteção para poderem se alimentar.

2.9 MATERIAL OBRIGATÓRIO/VERIFICAÇÕES DE MATERIAL

MATERIAL OBRIGATÓRIO	ULTRA TRAIL	TRAIL LONGO	TRAIL CURTO	MINI TRAIL CAMINHADA
Reservatório de Água	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório
Telemóvel operacional (c/ bateria suficiente)	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório
Manta térmica	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório
Apito	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório
Casaco corta-vento ou impermeável	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório
Máscara Facial	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório	Obrigatório
Frontal	Obrigatório	Recomendado	-	-
Boné ou proteção para a cabeça	Recomendado	Recomendado	Recomendado	Recomendado

Atenção: A organização não oferece copos nos abastecimentos

2.9.1 Verificação Material

Haverá verificação de material no controlo zero, ao qual o atleta estará sujeito à desqualificação se se verificar o incumprimento do material obrigatório.

2.10 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, devendo ainda respeitar o meio envolvente ao percurso, tendo consciência de que o percurso pode atravessar propriedade privada sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

2.11 PENALIZAÇÕES / DESCLASSIFICAÇÕES

O atleta é penalizado:

- 60min por falta de material obrigatório nos postos de controlo.

O atleta é desclassificado:

- Caso chegue ao posto controlo intermédio depois do horário estabelecido pela organização.
- Caso chegue ao controlo da meta depois das 18h.
- Caso não cumpra o percurso estipulado.
- Caso não siga as indicações de elementos da organização.
- Caso tenha alguma conduta antidesportiva.
- Caso tenha alguma conduta poluidora.

A organização impedirá em futuras edições as inscrições de atletas e pedestrianos que sejam abrangidos

2.12 RESPONSABILIDADES PERANTE O ATLETA/PARTICIPANTE

A inscrição na prova implica 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.

2.13 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.

O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas.

Qualquer acidente ou incidente, que ocorra durante o decorrer do percurso é da responsabilidade dos participantes, em tudo que exceder o risco coberto pelo seguro. A organização não assumira despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

3. INSCRIÇÕES

3.1 PROCESSO INSCRIÇÃO (LOCAL, PÁGINA WEB)

As inscrições serão feitas através da plataforma Stop and Go de acordo com normas por ali emanadas.

O ato de inscrição é condição de aceitação das presentes normas de participação por parte do atleta. Para levantamento do dorsal será individual e exigido comprovativo de pagamento e documento de identificação.

3.2 VALORES, PERÍODO DE INSCRIÇÃO E INFORMAÇÕES DAS PROVAS

As inscrições online abrem no dia 17 de setembro de 2021.

Vouga Ultra Trail

30 euros (1ª fase - 17 set a 15 out)

35 euros (2ª fase - 16 out a 15 nov)

40 euros (3ª fase - 16 nov a 26 dez)

O valor de inscrição inclui: T-shirt Técnica Oficial; seguro de acidentes pessoais, prémio finisher; abastecimentos; banhos; fotógrafos; bombeiros e apoio médico durante o evento, assim como todas as ofertas que a organização venha ainda a conseguir. A organização poderá substituir algumas destas ofertas por outras similares.

Vouga Ultra Trail (VUT)

55 km, desnível; d+2300 metros.

Prova com sistema de cronometragem e de classificação.

Vouga Trail Longo

22 euros (1ª fase - 17 set a 15 out)

27 euros (2ª fase - 16 out a 15 nov)

32 euros (3ª fase - 16 nov a 26 dez)

O valor de inscrição inclui: T-shirt Técnica Oficial; seguro de acidentes pessoais, prémio finisher; abastecimentos; banhos; fotógrafos; bombeiros e apoio médico durante o evento, assim como todas as ofertas que a organização venha ainda a conseguir. A organização poderá substituir algumas destas ofertas por outras similares.

Vouga Trail Longo (VTL)

35 km, desnível: d+1400 metros.

Prova com sistema de cronometragem e de classificação.

Vouga Trail Curto

17 euros (1ª fase - 17 set a 15 out)

20 euros (2ª fase - 16 out a 15 nov)

23 euros (3ª fase - 16 nov a 26 dez)



O valor de inscrição inclui: T-shirt Técnica Oficial; seguro de acidentes pessoais, prémio finisher; abastecimentos; banhos; fotógrafos; bombeiros e apoio médico durante o evento, assim como todas as ofertas que a organização venha ainda a conseguir. A organização poderá substituir algumas destas ofertas por outras similares.

Vouga Trail Curto (VTC)

25km, desnível: d+ 1000 metros.

Prova com sistema de cronometragem e de classificação.

Vouga Mini Trail (VMT)

12 euros (1ª fase - 17 set a 15 out)

14 euros (2ª fase - 16 out a 15 nov)

16 euros (3ª fase - 16 nov a 26 dez)

O valor de inscrição inclui: T-shirt Técnica Oficial; seguro de acidentes pessoais, prémio finisher; abastecimentos; banhos; fotógrafos; bombeiros e apoio médico durante o evento, assim como todas as ofertas que a organização venha ainda a conseguir. A organização poderá substituir algumas destas ofertas por outras similares.

Vouga Mini Trail (VMT)

15km, desnível: d+500metros

Caminhada Vouga

10 euros

O valor de inscrição inclui: dorsal, seguro de acidentes pessoais, t-shirt alusiva à prova, abastecimentos, banhos, assim como todas as ofertas que a organização venha ainda a conseguir. A organização poderá substituir algumas destas ofertas por outras similares.

Caminhada Vouga

12 km, desnível: d+350 metros.

Prova não cronometrada.

	1ª fase 17 set a 15 out	2ª fase 16 out a 15 nov	3ª fase 16 nov a 26 dez
Ultra-Trail	30€	35€	40€
Trail Longo	22€	27€	32€
Trail Curto	17€	20€	23€
Mini Trail	12€	14€	16€
Caminhada		10€	
Vouga Kids		Gratuito	

Vouga Kids

Tratando-se o Vouga Kids de um evento de carácter social, as inscrições são gratuitas, mas obrigatórias. Para participar, a criança, terá de ter do seu responsável (encarregado de educação) termo de responsabilidade assinado, a disponibilizar pela organização -
CONDIÇÃO OBRIGATÓRIA

Com o intuito da promoção e da motivação dos jovens para a prática desportiva não será usado nenhum sistema de cronometragem nem de classificação.

3.3 CONDIÇÃO DE VOLUÇÃO DO VALOR INSCRIÇÃO

A organização não se vê no dever de devolver o dinheiro da inscrição dos atletas já confirmados e que não possam comparecer no dia do evento. Caso o atleta solicite alteração de inscrição para uma prova com uma distância inferior, o eventual valor de diferença não será restituído.

3.4 SECRETARIADO DA PROVA/HORÁRIOS E LOCAIS

O secretariado funcionará nos seguintes dias e horários:

- Dia 08 de janeiro de 2020: 14h00 às 20h00, na arena da prova
- Dia 09 de janeiro de 2020: 06h30 às 09h30, na arena da prova

Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de um documento de identificação e de quatro alfinetes.

É obrigatória a desinfeção das mãos e o uso da epi facial durante a permanência no Secretariado.

Contendo o Kit Atleta um item do material obrigatório na prova, o dorsal, o seu levantamento só será possível e entregue ao próprio atleta.

A organização poderá definir outros locais para levantamento antecipado de dorsais, que em caso de existirem constarão na plataforma de inscrições, para devida seleção. Quando se acrescentarem locais de levantamento antecipado de dorsais, os mesmos poderão ser selecionados/alterados na plataforma de inscrições, na área pessoal do atleta. A seleção de um local antecipado para levantamento de dorsais, implica a impossibilidade do levantamento no secretariado dos mesmos, nos dias do evento.

A ORGANIZAÇÃO NÃO FARA A RECOLHA DE DORSAIS NÃO LEVANTADOS, NOS PONTOS DE ENTREGA ANTECIPADOS.

Em data oportuna serão comunicados os dias para levantamento antecipado de dorsais, sendo previsível que aconteçam na semana anterior ao evento.

A data limite para escolher a opção de levantamento antecipado é 26 de dezembro de 2021.

A opção de envio de dorsal para morada não existe.

3.5 TERMO DE RESPONSABILIDADE

Tendo em conta as orientações da DGS no combate à COVID-19, no ato do levantamento do Kit Atleta será solicitado a cada participante a assinatura, e sem reservas, de um Termo de Responsabilidade, no qual assumirá, por sua honra, o seguinte:

- Que leu e aceita o presente regulamento da prova e o plano de contingência;
- Que tem capacidade física e psicológica para participar neste tipo de evento;
- Que adotará um comportamento socialmente responsável, cumprindo de forma exemplar, as medidas gerais emanadas pela DGS, durante a prova, designadamente a etiqueta respiratória, a higienização frequente das mãos, e sempre que aplicável, o distanciamento físico e a utilização da EPI facial;
- Que não apresenta sintomatologia suspeita de infeção por COVID-19, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória;
Que não teve qualquer contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-COV-2 ou Covid-19 nos últimos 14 dias;
- Que não comparecerá à prova se apresentar sintomatologia suspeita de infeção por COVID-19, nomeadamente febre, tosse e dificuldade respiratória ou se tiver conhecimento;

O Termo de Responsabilidade deve ser impresso, devidamente assinado e entregue no ato de levantamento do Kit Atleta. (Termo enviado aquando do envio do guia do atleta).

3.6 INTRANSMISSIBILIDADE DE INSCRIÇÃO

A inscrição no Vouga Trail não permite a transmissibilidade da mesma, tornando-se irregular e conseqüentemente inválida e sem cobertura pelo seguro.

Qualquer troca de dados ou usuário da inscrição/dorsal deverá ser obrigatoriamente comunicado à organização, que avaliará a viabilidade da eventual troca, onde posteriormente comunicará ao participante da decisão tomada.

A data limite para troca de dados de inscrições é até 28 dezembro 2021.

3.7 LIMITES DE INSCRIÇÕES

As inscrições no Vouga Trail 2022 estão limitadas segundo a seguinte atribuição:

VougaTrail Ultra 200 participantes

VougaTrail Longo 300 participantes

VougaTrail Curto 350 participantes

VougaTrail Mini 320 participantes

VougaTrail Caminhada 150 participantes

4. CATEGORIAS E PRÉMIOS

4.1 DATA, LOCAL E HORA ENTREGA PRÉMIOS

Data 09 de janeiro

Local Parque Urbano e Lazer Sever Vouga

Entrega de prémios 15h00

4.2 DEFINIÇÃO DAS CATEGORIAS ETÁRIAS/ SEXO INDIVIDUAIS E EQUIPAS

As categorias etárias serão definidas automaticamente em função dos dados disponibilizados pelos participantes no ato da inscrição e tendo como referência a idade que o atleta terá a 31 de outubro da corrente época competitiva.

Irá haver classificações por escalões nas provas:

Vouga Ultra Trail

Geral masculino e feminino

#M SUB23 e FSUB23 - 18 a 22 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#MSEN e FSEN - 23 a 39 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M40 e F40 - 40 a 44 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M45 e F45 - 45 a 49 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M50 e F50 - 50 a 54 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M55 e F55 - 55 a 59 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M60 e F60 - mais de 60 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#1_Equipa_Geral

Serão atribuídos troféus aos 3 primeiros homens e 3 primeiras mulheres.

Vouga Trail Longo

Geral masculino e feminino

#M SUB23 e FSUB23 - 18 a 22 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#MSEN e FSEN - 23 a 39 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M40 e F40 - 40 a 44 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M45 e F45 - 45 a 49 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M50 e F50 - 50 a 54 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M55 e F55 - 55 a 59 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M60 e F60 - mais de 60 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#1_Equipa_Geral

Serão atribuídos troféus aos 3 primeiros homens e 3 primeiras mulheres.



Vouga Trail Curto

Geral masculino e feminino

#M JÚNIOR e F JÚNIOR - 18 a 19 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M SUB23 e FSUB23 - 20 a 22 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#MSEN e FSEN - 23 a 39 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M40 e F40 - 40 a 44 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M45 e F45 - 45 a 49 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M50 e F50 - 50 a 54 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M55 e F55 - 55 a 59 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M60 e F60 - mais de 60 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#1_Equipa_Geral

Serão atribuídos troféus aos 3 primeiros homens e 3 primeiras mulheres.

Vouga Mini Trail

Geral masculino e feminino

#M JUVENIL e F JUVENIL - 16 a 17 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M JÚNIOR e F JÚNIOR - 18 a 19 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M SUB23 e FSUB23 - 20 a 22 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#MSEN e FSEN - 23 a 39 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

M40 e F40 - 40 a 44 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M45 e F45 - 45 a 49 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M50 e F50 - 50 a 54 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M55 e F55 - 55 a 59 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#M60 e F60 - mais de 60 anos (feitos até 31 de outubro na época de referência)

#1_Equipa_Geral

Serão atribuídos troféus aos 3 primeiros homens e 3 primeiras mulheres.

Caminhada Vouga Trail

#Não existirão troféus e/ou classificações.

Vouga Kids

#As categorias etárias serão definidas automaticamente em função dos dados disponibilizados pelos participantes no ato da inscrição.

#A classificação por escalões será considerada a idade que o atleta terá no dia anterior

à prova:

- **Mini Benjamin** 4 e 5 anos;
- **Benjamin A** 6 aos 9 anos;
- **Benjamin B** 10 e 11 anos;
- **Infantis** 12 e 13 anos;
- **Iniciados** 14 e 15 anos.

4.3 PRAZOS PARA RECLAMAÇÃO DE CLASSIFICAÇÕES

Toda e qualquer reclamação deve ser colocada por escrito e remetida ao Diretor de Prova, acompanhada de uma caução de 50€ (não reembolsável caso a reclamação seja indeferida) até 1h após a chegada do participante em questão. Na reclamação deve constar o nome do reclamante, no BI/CC ou Passaporte, nome do(s) participante(s) afetados, no dorsal e motivos alegados.

O Júri pronunciar-se-á antes da afixação dos resultados oficiais.

5. INFORMAÇÕES GERAIS

5.1 COMO CHEGAR

Brevemente disponível.

5.2 ONDE FICAR

Brevemente disponível.

5.3 LOCAIS A VISITAR

Brevemente disponível

6. OUTRAS INFORMAÇÕES

6.1 MARCAÇÃO E CONTROLOS

O percurso estará marcado com fitas e bandeiras de cor viva, sendo obrigatória a passagem pelos controlos estabelecidos.

6.2 CONTROLO ANTIDOPAGEM

Aconselha-se vivamente todos os atletas a não fazerem qualquer uso de substâncias, grupos farmacológicos e métodos destinados a aumentar artificialmente as suas capacidades físicas. Neste, como em qualquer evento de Trail Running, qualquer atleta poderá ser escolhido para participar num controlo antidopagem pelo que se recomenda a leitura atenta do Regulamento Federativo Antidopagem da ATRP.

6.3 RESPONSABILIDADE AMBIENTAL

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.

6.4 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 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.) 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.

6.5 PROTEÇÃO DE DADOS

Todo o participante, ao formalizar a sua inscrição, autoriza a publicação dos seus dados pessoais necessários ao desenrolar da prova, seja nas listas oficiais, em meios de comunicação ou internet, assim como, o seu uso para envio de informação relativa ao evento, incluindo posteriores edições. Igualmente autoriza que as imagens recolhidas (fotografia ou vídeo) possam ser utilizadas de forma intemporal em qualquer ação publicitária, com o único fim de promoção e divulgação do evento. Cada participante é responsável pela veracidade dos dados fornecidos na sua inscrição.

Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para geral@vougatrail.pt

No caso de o participante ser federado na ATRP, o ato de inscrição pressupõe a autorização para que os seus dados sejam transmitidos para efeitos de elaboração da classificação e ranking nos diversos troféus

6.6 APOIO E EMERGÊNCIA

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

6.7 SUSPENSÃO E/OU ANULAÇÃO DA PROVA

A organização pode cancelar o evento, sempre que entenda que a segurança dos participantes possa estar em causa.

Caso as condições climáticas ou ambientais se verifiquem extremas, a partida pode ser atrasada no máximo de duas horas, período após o qual a prova é cancelada.

As mesmas também podem ser suspensas ou anuladas por decisão das entidades oficiais tais como, Proteção Civil, GNR, MAI, ICNF, etc.

6.8 CASOS OMISSOS

Os casos omissos neste regulamento, serão resolvidos pela organização, de cuja decisão não haverá recurso.

A organização reserva o direito de modificar o presente regulamento até à data do evento.

6.9 DIVERSOS

O preenchimento e envio da ficha de inscrição implicam que o atleta que se inscreve, tome conhecimento e aceite sem quaisquer reservas o presente regulamento.

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 de aceitar inscrições de última hora.

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações ao programa e ao percurso que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova, se as condições meteorológicas assim o obrigarem, ou devido a caso de força maior.

O evento também pode ser cancelado desde que seja decretado pela Proteção Civil, Direção Geral da Saúde ou qualquer outra instância superior.

7. PLANO DE CONTINGÊNCIA EVENTO

Plano de Contingência Covid 19 para o Evento Vouga Trail 2022, de acordo com Orientação no 014/2021 de 09/12/2021 e Orientação no 036/2020 de 25/08/2020, atualizada a 09/12/2021 da DGS (este plano está sujeito a qualquer revisão no sentido de cumprir as regras da DGS em vigor à data da prova).

Após determinação conjunta entre a entidade licenciadora da lotação, a Autoridade de Saúde territorialmente competente e a entidade organizadora do evento, com base nas mais recentes orientações emanadas pelo Governo da República Portuguesa na decisão da reunião extraordinária do Conselho de Ministros de 21 de dezembro de 2021 e atendendo ao agravamento recente da realidade epidémica nacional e regional e à antecipação de várias medidas restritivas que não estavam previstas previamente, o acesso ao Evento Vouga Trail 2022 por parte de TODOS os atletas, passa a ter a seguinte redação.

1. Condição de Acesso ao Evento:

Para acesso às provas competitivas e caminhada, é obrigatório:

1- Apresentação de Certificado Digital COVID da UE nas modalidades de certificado de teste ou de recuperação, conforme previsto, respetivamente, nas alíneas b) e c) do n.º 1 do artigo 4.º do Decreto-Lei n.º 54-A/2021, de 25 de junho;

ou

2- Apresentação de outro comprovativo de realização laboratorial de teste com resultado negativo, devendo este teste cumprir os requisitos previstos nas subalíneas i), ou ii), conforme aplicável, da alínea b) do n.º 1 do artigo 4.º do Decreto-Lei n.º 54-A/2021, de 25 de junho;

ou

3- Realização de teste com resultado negativo, nos termos da Norma 019/2020 da DGS.

Todo o participante terá de entregar o termo de responsabilidade devidamente assinado para levantamento do dorsal, e respetiva participação na prova. (Disponível no final deste documento)

O acesso ao recinto será condicionado ao uso obrigatório de máscara.

1.2. Testagem:

A Estratégia de Testes para SARS-CoV-2 tem como objetivos, através da utilização adequada de testes laboratoriais para deteção e isolamento precoce de casos, prevenir e mitigar o impacto da infeção por SARS-CoV-2 nos serviços de saúde e nas populações vulneráveis, reduzir e controlar a transmissão da infeção por SARS-CoV-2 e monitorizar a evolução epidemiológica da COVID-19.

Para acesso às provas do evento Vouga Trail 2022, é obrigatória a realização do **Teste rápido de antígeno (TRAg)**, realizado 48h antes do início do evento ou **Teste de amplificação de ácidos nucleicos (TAAN)**, tais como **RT-PCR, RT-PCR em tempo real ou teste molecular rápido**, realizado 72h antes do início do evento.

Atendendo ao facto que o evento será realizado muito próximo da “semana de contenção” e que, atualmente, todos os cidadãos nacionais têm direito a 6 testes rápidos gratuitos por mês, existindo várias entidades que permitem o agendamento prévio do teste, parece-nos enquanto entidade organizadora, facilmente exequível por todos, mitigando o risco de disseminação da doença.

A organização aconselha ao agendamento do teste de forma atempada (cada cidadão dispõe de 6 testes gratuitos mensais) em local autorizado e certificado para o efeito.

Os testes laboratoriais para a identificação de SARS-CoV-2 não devem ser realizados em pessoas com história de infeção por SARS-CoV-2, confirmada laboratorialmente, nos últimos 180 dias. Validado através de certificado de recuperação.

Todos os testes laboratoriais para SARS-CoV-2 devem ser realizados de acordo com a Norma 019/2020 da DGS.

2. Medidas preventivas a serem observadas pelos atletas:

- Para um regresso competitivo tão seguro quanto possível importa adotar um conjunto de medidas preventivas que atenuem ao mínimo possível o eventual risco de contágio;
- Pessoas diagnosticadas com COVID-19, mesmo que assintomáticas, não podem competir sem a necessária alta médica;
- A participação de atletas não residentes em Portugal não será autorizada sem a apresentação de um teste negativo realizado nas últimas 72 horas. Salienta-se que esta é apenas uma recomendação;
- Recomenda-se aos atletas a auto-monitorização diária de sintomas (nomeadamente o controlo diário da sua temperatura corporal), abstendo-se de participar em caso de suspeita de infeção ou de ter estado em contato com uma pessoa suspeita de infeção (nesses casos deve ligar para a linha SNS: 808 24 24 24);
- No sentido de preservar os grupos populacionais de maior risco, recomenda-se a não participação de atletas com mais de 65 anos;
- Recomenda-se também a não participação de pessoas com histórico de saúde envolvendo outros fatores de risco que possam agravar as consequências de infeção por SARS-CoV-2. Salienta-se que esta é apenas uma recomendação;
- Todas as pessoas ligadas, de alguma forma, ao evento, nomeadamente, atletas, elementos da organização, voluntários ou staff de apoio dos atletas, devem manter uma conduta adequada de higiene pessoal, nomeadamente a lavagem frequente das mãos, o respeitar da etiqueta respiratória e uso constante de máscara;
- De acordo com as recomendações das várias entidades de saúde, deve ser mantida a distância de segurança recomendada entre os atletas;
- No decorrer da prova, é proibida a partilha de materiais e equipamentos de utilização comum sem a prévia desinfeção dos mesmos;

- No decorrer da prova, os atletas não devem compartilhar material pessoal, nem bebidas, alimentos, ou quaisquer outros produtos (incluindo garrafas de água, bastões, entre outros);
- Todos os elementos da organização, incluindo os voluntários, sempre que estiverem em situação de contacto com os atletas vão adotar as medidas de proteção individual necessárias, nomeadamente o uso de máscara ou outros equipamentos que se considerem necessários, bem como assegurar o reforço das ações de limpeza e higienização dos espaços e equipamentos;
- Os atletas devem respeitar os tempos e os espaços de treino, aquecimento e competição que lhe são atribuídos, mantendo as distâncias de segurança.

3. Medidas preventivas a serem observadas pela organização:

- Haverá um controlo rigoroso do fluxo de atletas nos diferentes locais, estando devidamente assinaladas as condicionantes e limitações;
- Será feito um controlo/rastreio da temperatura corporal no acesso à zona de competição;
- As instalações sanitárias serão desinfetadas de acordo com as recomendações em vigor;
- Os atletas não devem cumprimentar-se nem se abraçar.

3.1. Medidas preventivas implementadas pela Organização nos vários momentos da prova Check-in:

- O check-in será alargado temporalmente, com recurso a outros espaços, de modo a evitar a concentração de atletas;
- Recomendamos que os atletas residentes procurem fazer o seu check-in com antecedência;
- Apelamos a que só se dirija ao balcão do secretariado quando o mesmo não estiver ocupado por outro participante, devendo serem respeitados o distanciamento social definido;

3.2. Partidas:

- As partidas serão feitas respeitando o distanciamento de segurança. Cada atleta deverá alocar-se no pino de cor colocado no chão;
- Serão criadas caixas de partida e de pré-partida. À entrada é verificado todo o material obrigatório e é medida a temperatura (que em caso de superior ao normal impedirá o atleta de participar);
- É obrigatório o uso de máscara por todos os atletas até uma distância mínima de 200 metros após a partida (estará devidamente sinalizado quando já não for obrigatório);

- Qualquer atleta que abandone indevidamente a sua máscara será automaticamente excluído da prova.

3.3. Em prova;

- É necessário procurar manter o distanciamento social;
- Recomendamos que avise com antecedência as ultrapassagens, para que as mesmas sejam sempre facilitadas.

3.4. Abastecimentos:

- Embora todas as provas sejam realizadas em regime de parcial autossuficiência, procurámos manter a maioria dos postos de abastecimento, tendo em conta a exigência do percurso em cada corrida. Procedemos a algumas alterações na sua natureza, pelo que recomendamos a análise da informação a este respeito (gráficos e tabelas de passagem);
- Nos postos de abastecimento é obrigatório o uso de máscara por parte dos atletas, exceto aquando estiverem a alimentar-se. Na chegada ao abastecimento o atleta entra para uma zona restrita onde um voluntário, devidamente equipado e preparado para o efeito, lhe servirá o que pretender comer, sendo depois encaminhado para uma outra zona onde poderá alimentar-se;
- Não será permitido o self-service;
- Os alimentos sólidos serão colocados num recipiente individual;
- O consumo de alimentos ou bebidas nos postos de abastecimento deverá ter lugar nos espaços devidamente assinalados para esse fim e cumprindo com as limitações impostas, nomeadamente respeitando o número máximo de pessoas.

3.5. Meta / Entrega de Prémios

- A aglomeração de atletas e espetadores deverá ser minimizada;
- A entrega de prémios irá realizar-se no horário previsto pela organização. Serão distinguidos os vencedores à geral e escalões de cada corrida, conforme regulamento da prova;
- O distanciamento social deverá ser sempre respeitado.
- O uso de máscara é obrigatório para todos.

ANEXO 1 - Modelo de Termo de Responsabilidade TERMO DE RESPONSABILIDADE

Eu, _____, portador do documento de identificação n.º _____, agente desportivo da modalidade de _____ no clube _____, declaro por minha honra, que:

1. Adotarei um comportamento socialmente responsável, cumprindo de forma exemplar as medidas gerais recomendadas pela Direção-Geral da Saúde, na minha vida em sociedade e durante a prática desportiva, designadamente, a etiqueta respiratória, a higienização frequente das mãos, e, sempre que aplicável, o distanciamento físico e a utilização de máscara;
2. Comprometo-me a utilizar máscara em todas as situações previstas e recomendadas pelas autoridades de saúde;
3. Monitorizarei os meus sinais e sintomas, nomeadamente febre, tosse e dificuldade respiratória, durante a prática desportiva, quer em contexto de treino quer em competição, em particular, nas vésperas e no dia do treino e competição;
4. Informarei o meu clube ou federação, de imediato, relativamente a eventuais contactos com indivíduos suspeitos de COVID-19 ou com casos confirmados de infeção por SARS-CoV-2, bem como da manifestação de sinais e sintomas de COVID-19, nomeadamente febre, tosse, ou dificuldade respiratória. Aplicarei esta mesma regra a todos os elementos do meu agregado familiar;
5. Aceito submeter-me aos testes laboratoriais para SARS-CoV-2 determinados pela equipa médica do meu clube, federação ou pelas Autoridades de Saúde;
6. Participarei, sempre que solicitado, nas iniciativas de cariz social e educativo de sensibilização de todos os agentes desportivos e da sociedade para a prevenção e controlo da COVID-19.

___ de _____ de 202__

Assinatura: _____

Assinatura do Encarregado de Educação (no caso de agentes desportivos menores de idade):





Município de
**SEVER DO
VOUGA**