



2º TRAIL DA FREGUESIA DE ARAZEDE
Trilho do Morango

Regulamento

20 de Julho 2019

Regulamento

A organização do **2º Trail da Freguesia de Arazede – Trilho do Morango**, é uma co-organização da Junta de Freguesia de Arazede com o seu parceiro Técnico, o Atletismo Clube da Tocha.

Objetivos do evento e condições de participação.

- a) Promover a prática da atividade física e desportiva, nomeadamente a corrida e caminhada.
- b) Promover a Freguesia de Arazede como polo ativo do desporto e como região natural que deve ser preservada.
- c) Promover a prática do desporto de natureza, com impacto ambiental nulo.
- d) Sensibilizar os participantes para a preservação do meio ambiente.

1) Condições de Participação

1.1. Idade de Participação

- a) As provas de corrida são abertas a maiores de idade (mais de 18 anos) de ambos os sexos, sendo permitida na distância de Mini-Trail a participação de jovens de ambos os sexos a partir dos 16 anos, desde que apresentem autorização por escrito do tutor ou encarregado de educação.
- b) A atividade de caminhada não tem carácter competitivo e está aberta a todas as pessoas de ambos os sexos, sem limite de idade

1.2. Condições físicas

- a) Cada participante deve estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos bem como dos diferentes pisos nos quais irá correr, nomeadamente areia solta, terra batida, asfalto e mato.
- b) Cada participante deve, antes do evento, ter uma capacidade real de autonomia em floresta que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de prova.

1.3. Definição de possibilidade de ajuda externa

- a) A prova decorrerá em regime de semi-autonomia sendo que os participantes deverão ser autónomos entre dois postos de abastecimento, tanto do ponto de vista alimentar como do vestuário e da segurança.
- b) Os participantes das provas de corrida podem receber ajuda externa, nos locais reservados para o efeito, nomeadamente nos Postos de Abastecimento e Controlo (PAC).
- c) É estritamente proibido qualquer ajuda externa fora destes locais.
- d) É proibido fazer-se acompanhar ou aceitar ser acompanhado durante a totalidade ou parte da corrida por pessoa não inscrita, com exclusão de uma extensão de 200 m antes e após um PAC.

1.4. Dorsais

- a) Serão entregues individualmente a cada participante mediante a apresentação de cartão de identificação.
- b) O dorsal não poderá ser dobrado ou cortado e deverá estar visível durante toda a prova na parte da frente do concorrente (peito ou abdómen).

1.5. Regras conduta desportiva

- a) Todos os atos dos eventos deverão ser norteados por um completo fair-play, assumido pelos participantes ao inscrever-se. Assumindo ainda aquilo que é o património cultural deste desporto emergente: respeito pelo desafio, entreajuda e respeito pelos outros concorrentes, organizadores e colaboradores; respeito pelo ambiente natural em que decorrem procurando um impacto ambiental nulo.

2. Prova

2.1. Apresentação da Prova

- a) O 2º Trail da Freguesia de Arazede – Trilho do Morango é um evento que integra duas provas de corrida e uma Caminhada.

- b) A prova terá o seu início e término no Campo de Futebol do Grupo Desportivo “Os Águias”.
 - i) A prova de Trail tem cerca de 20 km. Não apresenta desnível acumulado negativo ou positivo digno de destaque. Tem 3 abastecimentos, de líquidos e sólidos, podendo a organização, e caso as condições atmosféricas o justifiquem colocar outros abastecimentos complementares de líquidos,
 - ii) A prova de Mini-Trail, tem cerca de 11 km. Não apresenta desnível acumulado negativo ou positivo digno de destaque. Tem 2 abastecimentos, de líquidos e sólidos, podendo a organização, e caso as condições atmosféricas o justifiquem colocar outros abastecimentos complementares de líquidos.
 - iii) A Caminhada tem cerca de 8 Km. Não apresenta desnível acumulado negativo ou positivo digno de destaque. Tem 2 abastecimentos, de líquidos e sólidos, podendo a organização, e caso as condições atmosféricas o justifiquem colocar outros abastecimentos complementares de líquidos.

2.2. Programa / Horário

- a) Data do Evento: Domingo, 18 de Agosto 2019
- b) Hora do Evento: 9h

Programa a publicar detalhadamente na página de Facebook do evento.

2.3. Tempo Limite

- a) A prova de Trail e Mini-Trail tem um tempo limite de conclusão de 5h.
- b) Por motivos de segurança – mau tempo, incêndio ou outro motivo - a Organização reserva-se o direito de modificar o traçado ou a distância a ser percorrida ou mesmo a cancelar o evento, não havendo direito a reembolso da inscrição.

2.4. Metodologia de controlo de tempos

- a) É obrigatória a passagem dos participantes pelos postos de controlo que se situem no seu percurso. A não passagem dos concorrentes por todos estes postos implica a desclassificação.

- b) O controlo de tempo é efetuado através de chip eletrónico.
- c) Serão efetuados controlos intermédios em locais surpresa.
- d) A classificação final estabelece-se pela Ordem de Chegada à Meta de cada concorrente.

2.5. Postos de Abastecimento e Controlo

- a) É obrigatória a passagem dos participantes pelos postos de abastecimento e controlo que se situem no seu percurso.
- b) Nos PAC para além do controlo dos participantes será fornecido auxílio, como bebidas e alimentos. Todos os líquidos e outros alimentos terão que ser obrigatoriamente consumidos no PAC.
- c) Não é permitida a utilização de garrafas de plástico e o depósito de lixo em locais não específicos para o efeito é passível de levar à desclassificação do concorrente.
- d) O concorrente deve transportar consigo os invólucros de quaisquer alimentos que decida transportar consigo dentro do conceito de semi-autonomia em que a prova decorre. Qualquer infração a esta regra detetada por membro da Organização levará à desclassificação imediata do concorrente.

2.6. Material Obrigatório

- a) É obrigatório que cada participante nas provas de corrida se faça acompanhar, na totalidade da prova, do seguinte material:
 - Telemóvel
 - Copo/ Reservatório para Líquidos
 - Apito
- b) Em qualquer momento durante a prova elementos da organização podem verificar o mesmo.

2.7. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário

- a) Os participantes devem ter em consideração que não haverá qualquer corte de trânsito em

vias onde a circulação automóvel seja possível devendo cumprir escrupulosamente todas as normas aplicáveis aos peões.

2.8. Penalizações/ desclassificações

- a) Os participantes que não cumprirem as normas constantes no regulamento serão impedidos de participar se a infração respeitar a procedimentos prévios à Partida e desclassificados se a infração respeitar a atos que ocorram durante a realização do evento
- b) A Direção da corrida poderá aplicar outras sanções que salvaguardem a verdade desportiva.

2.9. Responsabilidades perante o atleta/ participante

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

2.10. Seguro desportivo

- a) Será subscrito um Seguro por participante de acordo com a lei em vigor para os concorrentes devidamente inscritos. Caso algum dorsal seja utilizado durante a prova por concorrente não devidamente inscrito fica claro que a Organização e a Seguradora não assumem qualquer responsabilidade por tudo o que decorrer desse ato ilegítimo.

3. Inscrição

3.1. Processo inscrição (local, página web, pagamento)

- a) O ato de inscrição pressupõe a aceitação integral do regulamento da prova e das decisões do júri da prova, que são soberanas e das quais não cabe recurso.
- b) Número máximo de participantes
 - I. Caminhada 8 km – 300
 - II. Mini-Trail 11 km – 150
 - III. Trail 20 km – 150
- c) A inscrição será formalizada através de plataforma on-line da Prozis (www.prozis.pt) ou

- presencialmente na Junta de Freguesia de Arazede e após pagamento do valor da inscrição.
- d) A confirmação das inscrições será feita através da comunicação que receberá após os atos da inscrição online.
 - e) O período de inscrições termina no dia 12 de agosto de 2019 ou quando atingido o número mencionado anteriormente.
 - f) Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada previamente por motivos imputáveis à Organização.

3.2. Valores e períodos de inscrição

Prova	1ª Fase – Até 31/07	2ª Fase – 01/08 a 12/08
Trail	13€	15€
Mini-trail	11€	13€
Caminhada	9€	10€

3.3. Condições devolução do valor de inscrição

- a) Até ao dia 12 de agosto a Organização permite a mudança dos dados da inscrição para outro concorrente.
- b) Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada previamente por motivos imputáveis à Organização.

3.4. Material incluído com a inscrição

- a) Dorsal, T-shirt oficial do evento, alimentos e bebidas nos PAC's, Prémio Finisher, Seguro, e outras ofertas que a organização possa vir a angariar para o evento.
- b) Almoço (apenas se garante o almoço para as inscrições efetuadas na 1ª e 2ª fase)
- c) A organização apenas garante T-shirt no tamanho solicitado para as inscrições na 1ª fase. Todas as inscrições na 2ª fase terão t-shirt do evento, contudo poderá não haver disponibilidade de todos os tamanhos.

3.5. Secretariado

- a) O Secretariado da prova funcionará no Campo de Futebol do Grupo Desportivo “Os Águias”, nos seguintes horários:
Sábado, 17 de agosto de 2019 – Das 16H às 20H
Domingo, 18 de agosto de 2019 – Das 7H30 às 9H
- b) Será obrigatório a apresentação do Documento de Identificação para entrega do Kit de inscrição.

4. Categorias e Prémios

- c) Será entregue um prémio aos três primeiros classificados da Geral (Masculina e Feminina) e Escalões das provas Trail e Mini-trail.
- d) Haverá um prémio para a melhor Equipa em cada uma das provas competitivas. O apuramento da melhor equipa terá por base os três melhores elementos.
- e) Todos os atletas que terminarem a prova receberão um prémio de FINISHER.

4.1. Entrega de Prémios

- a) Os prémios serão entregues em cerimónia pública, a realizar junto à meta. A mesma decorrerá durante o almoço – 12h30.

4.2. Categorias

Estão definidas as seguintes categorias de escalões:

- MSenior / FSenior – até aos 35 anos
- M35 / F35 - 35 a 39 anos
- M40 / F40 - 40 a 44 anos
- M45 / F45 - 45 a 49 anos
- M50 / F50 - 50 a 59 anos
- M60 / F60 – 60 anos ou mais

Para efeitos da determinação do Escalão será tida em conta a idade na data da prova.

O participante obriga-se a cumprir toda a regulamentação nacional e internacional antidopagem.

5. Marcação do Percurso

- a) A marcação principal será constituída por fita pendurada em elementos naturais à altura dos olhos e bandeira em materiais reutilizáveis, espetadas no solo a 80cm do chão. A cor da fita será anunciada no momento da Partida.
- b) O princípio será o da visibilidade contínua, i.e., da posição de uma bandeira vê-se a seguinte.
- c) Para além das bandeiras serão utilizadas outras sinaléticas como setas impressas e informações diversas para além de indicações por colaboradores da Organização em atravessamento de estradas e outros locais.
- d) Os concorrentes obrigam-se a percorrer todo o trilho sinalizado o mais perto possível das marcações não devendo atalhar nos pontos em que eventualmente tal seja possível. O não acatamento desta norma pode levar à desclassificação se no entender do Júri da prova tal for feito com a intenção de diminuir a distância percorrida ou de diminuir as naturais dificuldades técnicas do percurso.
- e) No caso de um concorrente percorrer alguma parte do percurso sem sinalização deverá voltar atrás pelo caminho que seguiu e procurar o caminho sinalizado.

6. Direitos de Imagem

- a) Ao inscrever-se os concorrentes renunciam aos direitos de imagem durante todos os atos do evento nomeadamente a prova e as cerimónias protocolares. Apenas a organização pode transmitir esse direito de imagem a outros, nomeadamente aos órgãos de comunicação social.

7. Casos Omissos

- b) Os casos omissos serão resolvidos pela Organização tendo como referência as normas e regulamentos da Associação de Trail Running de Portugal e da Federação Portuguesa de

Atletismo, se técnicos, e o seu critério, se de outra índole.

- c) O Regulamento será enriquecido com informações complementares.
- d) Visite regularmente o sítio do evento.

A organização,

Arazede, 20 de Junho de 2019