



REGULAMENTO



Trail do Sarilho - Cantanhede – 2022

(14ª Edição)

1. Considerações gerais

A Secção de Ar Livre e Aventura da Associação de Solidariedade Social Sociedade Columbófila Cantanhedense (ASSSCC), com o apoio do Município de Cantanhede e outros parceiros, vai realizar no próximo dia 11 de dezembro de 2022, o **Trail do Sarilho - Cantanhede - 2022**. O evento será, desportivamente, composto pelas seguintes provas:

Trail Curto K19	19 Km
Mini Trail K12	12 Km
Caminhada	12 Km

As provas irão percorrer caminhos de vinhas, floresta e “Horst” de Cantanhede, com início e fim no Pavilhão Marialvas, em Cantanhede. A prova Trail Curto K19 fará parte do CDTRC (Circuito Distrital de Trail Running de Coimbra) (ADAC). Todas as provas de Trail terão cronometragem eletrónica por parte da empresa **RUNMANAGER**.

2. Idades de participação nas provas

Trail Curto K19	maiores de 18 anos
Mini Trail K12	maiores de 16 anos
Caminhada	maiores de 12 anos

3. Secretariado

O secretariado funcionará nos seguintes locais e horários para **levantamento de dorsais e/ou informações sobre as provas.**

Local de funcionamento	Data	Horário
DECATHLON - Coimbra (*)	08/12/2022 (quinta-feira)	15.00h-20.00h
DECATHLON - Coimbra (*)	09/12/2022 (sexta-feira)	15.00h-20.00h
Pavilhão Marialvas - Cantanhede	10/12/2022 (sábado)	15.00h-18.00h
Pavilhão Marialvas - Cantanhede	11/12/2022 (domingo)	07.30h-09.00h

(*) apenas levantamento de dorsais - todas as Informações sobre o evento em

www.scc.pt

4. Programa

Dia 10 dezembro 2022 - sábado	
15H00	Abertura do Secretariado no Pavilhão Marialvas
18H00	Encerramento Secretariado
Dia 11 dezembro 2022 - domingo	
07H30	Abertura Secretariado no Pavilhão Marialvas
09H00	Início das Provas do Trail do Sarilho – Cantanhede - 2022
09h00	Partida do Trail Curto K19
09h15	Partida do Mini Trail K12
09h20	Partida da Caminhada
a partir das 11h00	Entrega do Prémio Finisher e saco com brindes Almoço Entrega de Prémios

5. Inscrições

O ato de inscrição pressupõe a total aceitação deste regulamento. As inscrições devem ser efetuadas na área dedicada ao evento disponível na plataforma www.runmanager.net até à data-limite - dia **27 de novembro de 2022 às 23h59m**. Todos os procedimentos relativos ao processo de inscrição estão ali documentados.

Os pedidos de inscrição serão **sempre** confirmados, para o email fornecido no processo de inscrição.

A inscrição só será considerada válida após confirmação inequívoca de pagamento eletrónico processado (*multibanco, mbway* ou outro) disponibilizado na plataforma.

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

Não será reembolsado qualquer valor aos atletas ou caminheiros que por qualquer motivo pretendam desistir da sua inscrição.

6. Taxas de Inscrição

Trail Curto K19	15.00€
Mini Trail K12	13.00€
Caminhada	10.00€

Aos atletas das equipas inscritas no CDTRC – ADAC será concedido um **desconto de 1,50€ (um euro e cinquenta cêntimos)** na prova **Trail Curto K19** durante todo o período de inscrição, sendo obrigatório indicar, durante o processo de inscrição, o seu **número de filiado**.

O valor da inscrição das provas Trail Curto K19, Mini Trail K12 e Caminhada inclui: abastecimentos líquidos/sólidos, dorsal, seguro de acidentes pessoais e seguro de responsabilidade civil, almoço e brindes.

Por cada 10 inscrições efetivas, por equipa, será oferecida a 11ª inscrição. Todas as inscrições serão efetuadas em www.runmanager.net e pagas por referência Multibanco, selecionando a opção de pagamento de grupo (várias).

7. Banhos

Pavilhão Marialvas

8. Almoço

Pavilhão Marialvas

9. Pagamentos

Só serão aceites os pagamentos efetuados na plataforma de inscrições indicada no capítulo 5 deste Regulamento e de acordo com os pressupostos nele detalhados.

10. Classificações

Nas provas Trail Curto K19 e Mini Trail K12 serão apurados 1º, 2º e 3º classificados de acordo com a seguinte tabela de classificação, por género (F-feminino e M-masculino) e escalões de idade.

Classificação Geral	FGeral	MGeral
Classificação por Escalão		
até aos 22 anos	FSub23	MSub23
23 a 34 anos	FSeniores	MSeniores
35 a 39 anos	F35	M35
40 a 44 anos	F40	M40
45 a 49 anos	F45	M45
50 a 54 anos	F50	M50
55 a 59 anos	F55	M55
60 a 64 anos	F60	M60
mais de 65 anos	F65	M65

Equipas

Trail Curto K19	EK19F	EK19M
Mini Trail K12	EK12F	EK12M

Os escalões referem-se à idade do participante no final da época 2022/2023



11 . Prémios

Para cada prova de Trail é estabelecida uma Classificação Individual Feminina e Masculina, Geral e por Escalões (Provas de Trail Curto K19 e Mini Trail K12) e uma Classificação por Equipas em cada distância e efetuada com base nas três melhores classificações dos respetivos atletas, por género. Em caso de empate vencerá quem terminar primeiro a equipa.

Também as 3 equipas com o maior número de inscritos no conjunto de todas as Provas (Trail Curto K19, Mini Trail K12 e Caminhada) serão premiadas com o **Prémio Equipa+**, podendo a Organização estabelecer outros prémios não considerados no presente regulamento.

12 . Sorteio

Será realizado um sorteio de artigos e vouchers, considerando todos os participantes com dorsal atribuído até ao dia 27 de novembro 2022 às 23h59.

13 . Brindes

À chegada da respetiva prova o participante receberá um saco com brindes no qual, demonstrando o empenho da Organização na redução da pegada ecológica da prova, fomentando a diminuição de resíduos, estará incluído como OFERTA/BRINDE especial, um copo reutilizável alusivo ao evento, para ser utilizado no abastecimento final e almoço.

14 . Desclassificações

Será desclassificado o atleta que incorra no incumprimento com alguma das seguintes regras, as quais se obriga, desde já, respeitar na íntegra:

- Cumprir o percurso estipulado pela organização;
- Seguir as indicações de elementos da organização, autoridades ou colaboradores;
- Ter conduta desportiva, salutar e de respeito por todos os agentes envolvidos;

- Ter postura de cidadania adequada respeitando o meio ambiente não contribuindo para a sua poluição.

A organização impedirá em futuras edições as inscrições de participantes que sejam abrangidos nos dois últimos pontos.

15. Postos de Controlo

A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo os atletas respeitá-la ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos. Ao longo do percurso haverá pontos de controlo para todas as provas.

16. Abastecimentos intermédios

Nota: Não será fornecido qualquer tipo de recipiente (copo, garrafa ou outro) nos abastecimentos, devendo cada atleta responsabilizar-se pela disponibilidade do seu próprio recipiente caso o pretenda utilizar durante a prova.

PROVA	POSTO	DISTÂNCIA	TIPO
Trail Curto K19	1	entre KM5 e KM8	líquidos/sólidos
	2	entre KM10 e KM14	líquidos/sólidos
	3	META	líquidos/sólidos
Mini Trail K12	1	entre KM5 e KM10	líquidos/sólidos
	2	<u>META</u>	líquidos/sólidos
Caminhada	1	entre KM5 e KM10	líquidos/sólidos
	2	<u>META</u>	líquidos/sólidos

Notas:

- a) As distâncias corretas serão anunciadas com o aproximar do evento quando os traçados das provas forem definitivos.
- b) A localização e número dos postos de abastecimento poderão ser alterados de acordo com as condições climatéricas ou outras condicionantes.

17. Colocação do dorsal

O dorsal é pessoal e intransmissível. O dorsal do atleta deve estar em local 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, nos abastecimentos, controlos intermédios ou no secretariado da prova, comunicando dessa forma a sua desistência. No final da prova o dorsal será devolvido ao atleta.

NÃO SERÃO FORNECIDOS ALFINETES PARA OS DORSAIS

18. Regras de conduta desportiva

O comportamento inadequado, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou de qualquer outra espécie, serão alvo de advertência, multa, desclassificação e/ou expulsão, sendo comunicado às autoridades qualquer ato merecedor de tal.

19. Condições de participação

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas do Trail, ou da Caminhada por trilhos de desnível positivo ou negativo e encontrar-se adequadamente preparado física e mentalmente.
- Saber gerir os problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, as pequenas lesões, entre outros.
- Estar preparado para poder realizar a prova de forma semiautónoma e de acordo com as condições climatéricas.

20. Responsabilidade

Todos os participantes estarão cobertos por um seguro de acidentes pessoais obrigatório por lei para eventos desportivos.

Os atletas federados terão cobertura de seguro da FPA.

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

A organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência, roubo, assim como dos objetos e valores de cada participante.

Por motivos de segurança – condições climatéricas adversas, incêndio ou outros motivos que ponham em causa a segurança dos atletas a organização reserva-se o direito de modificar o traçado ou a distância a ser percorrida, podendo mesmo cancelar a prova. No caso do cancelamento da prova por entidades externas à organização, apenas será reembolsado 50% do valor da inscrição.

Em caso de acidente, do qual resulte tratamento hospitalar, o sinistrado deverá pedir um relatório médico para apresentar à seguradora. Os custos serão suportados pelo sinistrado e reembolsados posteriormente pela companhia de seguros. O atleta sinistrado deve de imediato dar conhecimento através de mail ou telefone.

Nos dias imediatos deve efetuar a participação à seguradora ao qual deve juntar o relatório médico e impresso fornecido pela organização.

21. Área Solidária

Todos os participantes podem entregar **bens desportivos** (camisola, meias, polar, sapatilhas, calções, etc....) ou **brinquedos** no Secretariado aquando do levantamento do seu dorsal. Estes bens serão entregues, posteriormente, a crianças carenciadas do concelho ou então enviados para os PALOPS, de acordo com os protocolos estabelecidos pela ASSSCC.

22. Imagem

A organização do Trail do Sarilho - Cantanhede 2022 reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do evento. A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza utilizar a sua imagem para difusão do evento em todas as suas formas de comunicação (imprensa escrita, internet, fotografias, entre outras) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária.

23. Casos Omissos

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

A Organização do Trail do Sarilho/Cantanhede 2022



A handwritten signature in blue ink, consisting of several loops and flourishes, positioned below the red stamp.