



Regulamento "II AMIGO TRAIL RUN"

1. Condições de participação

1.1. Introdução

A Associação de Modalidades Inovadoras do Gôve (AMIGO), na modalidade de Trail, tem como objectivo a realização de provas temáticas. "OS TRILHOS DO MOINHO" percorrerão trilhos e caminhos nas freguesias de Gôve, Santa Cruz do Douro, São Tomé de Covelas, Valadares, São João de Ovil e Campelo no concelho de Baião, com passagem no rio Ovil por alguns de muitos moinhos nele existentes, dando assim nome à segunda edição da AMIGO TRAIL RUN.

1.2. Idade participação diferentes provas

Com partida e chegada no Gôve, os Trilhos estão abertos a maiores de idade (18 anos) e a caminhada aberta a menores desde que acompanhados por uma pessoa maior de idade.

1.3. Inscrição regularizada

A inscrição será feita através do site de inscrições www.lap2go.com, não sendo necessário enviar comprovativo de pagamento para a organização.

Aquando do levantamento do dorsal é necessário levar documento de identificação referente à inscrição.

1.4. Condições físicas

Para participar é indispensável:

-estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado fisicamente e mentalmente.

-de haver adquirido, antes do evento, capacidades reais de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas.

-conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro e chuva.

-saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc.

-estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas.

Prova feita em semi-suficiência

1.4. Definição possibilidade de ajuda externa

Os atletas podem receber ajuda externa desde que não haja interferência com outro atleta.

1.5. Colocação dorsal e chip

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado á frente do atleta e de preferência a altura do peito. O atleta que não cumpra será penalizado em 10 minutos por cada vez que seja chamado á atenção, não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação. Será fornecido aos atletas dos 12km (mini

trail), 19 KM e 35km um chip que deverá ser obrigatoriamente colocado na sapatilha sob pena de não ser classificado.

1.6. Regras de conduta desportiva

O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas as modalidades, serão alvo de advertência, expulsão ou desqualificação.

2. Prova

2.1. Apresentação da(s) prova(s) Organização

O II AMIGO TRAIL RUN será realizado no dia 03 e 04 de Setembro de 2016, em Baião e será constituído por 4 eventos:

- Trilho Longo (TL) com 35km
- Trilho Curto (TC) com 19km
- Mini Trail (MT) com 12 Km
- Caminhada (C) com +-12km

(A organização reserva o direito de alterar as distâncias se assim o entender)

Passará por locais paradisíacos e de ímpar beleza (Canastros, Moinhos, rio Ovil, fragas, fojos, espigueiros, etc)

A organização deste evento estará a cargo da Associação AMIGO.

2.2. Programa/Horário

Dia 03 de Setembro (Sábado):

16h – abertura do staff entrega dos dorsais – Junta de Freguesia do Gôve – Gôve – Baião)

16h – abertura da exposição de stands de desporto e stands com produtos típicos de Baião

Dia 04 de Setembro (Domingo):

07h00m – abertura do staff entrega dos dorsais
08h15m – Controlo zero Trail Longo Trilhos do Moinho 35km
08h30m – Partida Trail Longo Trilhos do Moinho 35km
08h45m – controlo zero Trail Curto Trilhos do Moinho 19km
09h00m – Partida Trail Curto trilhos do Moinho 19km
09h15m – Partida Mini Trail e Caminhada Trilhos do Moinho 12km
10h10m - Chegada prevista dos primeiros atletas do Mini trail 12km
10h45m – Chegada prevista dos primeiros atletas do Trail Curto 19km
11h45m – Chegada prevista dos primeiros atletas do Trail Longo 35Km
12h00m – Chegada prevista dos primeiros atletas da Caminhada 12Km
12h30m – Início do serviço dos almoços (os almoços serão servidos a todos os atletas, caminheiros e acompanhantes, desde que requisitem este serviço aquando da inscrição)
13h00m – cerimónia de entrega de prémios do II Trilhos do Moinho
16h00m – encerramento do II AMIGO Trail run dos Moinhos
(horários sujeitos a alterações)

2.3. Distância / Altimetria / Dificuldade ATRP

O II Trail dos Moinhos terá a distância de 35km e um desnível positivo de +/-2000m tendo a classificação de Trail Longo (TL / Grau 3) conforme avaliação ATRP.

O trilho Curto dos Moinhos terá a distância de 19km e um desnível positivo de +/- 900m tendo a classificação de Trail Curto (TC / Grau 2) conforme avaliação ATRP.

O Mini Trail dos Moinhos terá a distância de 12 Km e um desnível positivo de +/- 400m tendo a classificação de Trail Curto (TC / Grau 2) conforme avaliação ATRP.

A Caminhada dos Moinhos terá a distância de 10km (não competitiva) e um desnível positivo de 400m tendo a classificação Caminhada (C / Grau 2) conforme avaliação ATRP.

2.4. Mapa / Perfil altimétrico / descrição do percurso

"ver site da prova"

2.5. Tempo Limite

O tempo limite para o II Trail dos Moinhos será de 7 horas, tendo no entanto uma barreira horária ao chegar à estrada de Santana sensivelmente aos 22km e que será de 5 horas.

Ultrapassando o tempo de passagem limite os atletas serão barrados pelos "vassouras", pois nem a organização nem os serviços de assistência podem garantir a sua segurança, podendo "os corredores vassouras" levantarem as fitas de marcação do percurso após o tempo limite.

Se a organização entender afastar um atleta devido ao seu estado de saúde este assim o deve fazer, de modo a garantir o seu bem estar.

2.6. Metodologia de controle de tempos

O controle de tempos será feito pela empresa www.lap2go.com, com recurso a chip.

2.7. Postos de controle

Trilho 35km Serra de Castelo de Matos; Poça do Monte.

Trilho 19 Km Poça do Monte.

(Haverá postos de controle surpresa)

2.8. Locais de abastecimento

Trilho Longo 35km

Santa Cruz do Douro - Líquido

Valadares – Sólido/Líquido.

Vilares Campelo - Líquido

Pousada - Sólido/Líquido.

Trilho Curto 19KM

Amarelhe - Líquido

Pousada – Sólido/Líquido

Mini trail / Caminhada 12km

Pousada - Líquido.

2.9. Material obrigatório

Telemóvel e depósito de água (Trilho Longo 35km, Trilho Curto 19km Mini Trail e Caminhada 12km)

(Sendo aconselhável bastões, manta térmica, camelbak, corta-vento, chapéu ou gorro).

Haverá elementos da organização a fazer controle de material aleatório.

Os locais por onde passam os atletas fazem parte da máxima do concelho "BAIÃO VIDA NATURAL" terão assim todos os atletas que trazer o seu próprio copo ou depósito de água para ser utilizado nos abastecimentos **(a organização não disponibiliza copos)**.

- Haverá ao longo do percurso, cestos para depósitos de lixo.

2.10. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário.

A prova será em open road, ou seja, todos os atletas terão que ter algum cuidado ao passar nos troços rodoviários, mesmo assim a organização terá voluntários nesses pontos.

2.11. Penalizações / desclassificações

Será penalizado ou desclassificado todo aquele que:

a: não leve o material obrigatório (desclassificado)

b: não complete a totalidade do percurso (desclassificado)

c: detiore ou suje o meio por onde passe (desclassificado)

d: não leve o dorsal bem visível (penalizado em 15m)

e: alteração do dorsal (desqualificação)

f: ignore as indicações da organização (penalizado em 1h)

g: tenha alguma conduta anti-desportiva (desclassificado)

h: não passe nos postos de controle (penalizado 2h)

2.12. Responsabilidades perante o atleta/participante

2.13. Seguro desportivo

(brevemente)

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição

As inscrições terão que ser efectuadas através do link "inscrições" na pagina www.amigodogove.weebly.com ou directamente na plataforma de inscrições www.lap2go.com, qualquer questão relacionada com as inscrições contactar suporte@lap2go.com ou +351 234484586. Após ser feita a inscrição os atletas terão que regularizar o pagamento no **prazo máximo de 3 dias, após estes dias a inscrição será anulada, sendo necessário fazer novamente a inscrição.**

Para atletas fora de Portugal transferência bancária para a seguinte conta:

IBAN PT50 0045 1350 4019 9291 5600 6

BIC SWIFT CCCMPTPL

Enviando comprovativo para amigodogove@sapo.pt, com dados do atleta correspondente ao pagamento (nome, data de nascimento, clube, email e distância)

- Para a caminhada poderão se efectuar inscrições em locais a definir brevemente.

3.2. Valores e período de inscrição

O período das inscrições vai desde o dia 25 de Maio até ao dia 19 de Agosto

1ª Fase: de 25 Maio a 3 de Junho

Trilho Longo 35km – 11 euros

Trilho Curto 19km – 8 euros

Mini Trail 12 Km – 6 euros

Caminhada 12km – 4 euros

2ª Fase: de 04 de Junho a 30 de Junho

Trilho Longo 35km – 13 euros

Trilho Curto 19km – 10 euros

Mini Trail 12Km – 8 euros

Caminhada 12km 5 euros

3ª Fase: de 01 de Julho a 31 de Julho

Trilho Longo 35km – 15 euros

Trilho Curto 19km – 12 euros

Mini Trail 12Km - 10 euros

Caminhada 12km – 6 euros

4ª Fase: de 01 de Agosto a 19 de Agosto

Trilho Longo 35km – 20 euros

Trilho Curto 19km – 17 euros

Mini Trail 12Km - 15 euros

Caminhada 12km – 8 euros

A organização reserva o direito de fechar as inscrições quando assim o entender, não sendo obrigada a informar os atletas inscritos ou atletas que se queiram inscrever.

Crianças podem participar na caminhada desde que acompanhadas por um adulto inscrito na prova.

(Poderá haver inscrições de última hora se até lá as inscrições não esgotarem)

Almoço: Bifana ou Porco no espeto (1 caldo verde +2 sandes + 1 bebida + 1 peça de fruta + 1 café)

5 euros (limite inscrições até 31 de Julho).

Crianças até 10 anos (1 caldo verde +1 sande + 1 bebida + 1 peça de fruta)

2,50 euros (limite inscrições até 31 de Julho).

3.3. Condições de devolução do valor de inscrição

Em momento nenhum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista da prova, a qualquer tempo. Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser efectuadas no prazo máximo de 15 dias de antecedência à realização da prova. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos/motivos.

3.4. Material incluído com a inscrição

Trilho Longo 35KM

- dorsal
- chip
- seguro de acidentes pessoal
- abastecimentos
- t-shirt técnica de manga curta
- prémio finisher

Trilho Curto 19KM

- dorsal

- chip
- seguro de acidentes pessoal
- abastecimentos
- t-shirt técnica de manga curta
- Prémio Finisher

Mini Trail 12KM

- dorsal
- chip
- seguro de acidentes pessoal
- abastecimentos
- t-shirt técnica de manga curta
- Prémio finisher

Caminhada

- Dorsal;
- Seguro de acidentes pessoal;
- Abastecimento;
- T-shirt técnica de manga curta;

Haverá possibilidade de dormida gratuita sendo necessário trazer saco cama e limitado ao espaço existente (limite máximo de 70 pessoas – casa da Juventude e desporto de Baião)

3.5. Secretariado da prova/horários e local

O secretariado será na Junta de Freguesia do Gôve Praça da Feira nº 105 Ponte do Gôve, 4640-269 Gôve Baião. GPS: 41.1313273 - 8.0579408. O horário para entrega dos dorsais e inscrições de última hora no dia 03 de Setembro (Sábado) será desde as 16h às 19h, no Domingo estará aberto a partir das 7h00.

O levantamento do dorsal deverá ser feito pelo próprio mediante apresentação de documento identificativo ou poderá ser feito por terceiros desde que levem fotocópia de cartão de identificação do atleta em causa.

3.6. Serviços disponibilizados

Entrada na feira do Trail, duche após a prova nos balneários do pavilhão (Escolas de Eiriz – a 800m do local de partida/meta)

4. Categorias e Prémios

4.1. Definição data, local e hora de entrega de prémios

A entrega dos prémios será no local da meta, no Domingo a partir das 13h. Poderá haver sorteio de material ou outro tipo de produto que a organização venha a angariar.

4.2. Definição das categorias etárias/ sexo/ individuais e equipas

Escalões:

Masculinos:

Seniores M/F – (18 a 39 anos)

M40 – F40

M50 - F50

Nota: as idades acima indicadas dizem respeito ao dia da competição.

4.2.1 Prémios

Mini Trail 12km

Geral Masculino e Feminino

1º, 2º e 3º Troféu

Inscrição 2017 para o 1º classificado Masculino e Feminino.

Trilho Curto 19km

Geral Masculino e Feminino

1º, 2º e 3º Troféu

Inscrição 2017 para o 1º classificado Masculino e Feminino.

Trilho Longo 35km

- M/F seniores, M/F40, M/F50

- 1º, 2º, 3º Troféu

- Inscrição 2017 para o 1º classificado da classificação geral, Masculino e Feminino.

*Equipa - 1º,2º,3º

*Equipa - Conjunto dos 4 melhores atletas m/f

Cabaz (com produtos típicos de Baião) para a equipa mais numerosa.

4.3 Prazos para reclamação de classificações

Prazo de 1 semana para apresentação de reclamações por email para amigodogove@sapo.pt

5. Informações

5.1. Como chegar

Toda a informação detalhada será disponibilizada no site:
www.amigodogove.weebly.com

5.2. Onde ficar

Toda a informação detalhada será disponibilizada no site:
www.amigodogove.weebly.com

E/ou, no facebook:

<https://www.facebook.com/Amigo>

5.3. Locais a visitar

- Convento de Ancede – (a 5 km do secretariado da prova)
- Casa de tormes - Santa Cruz do Douro (a 5 Km do secretariado da prova)
- Dolmem(s) da Serra da Aboboreira (a 10 km do secretariado da prova)

5.4. Reclamações

Todas as reclamações terão que ser dirigidas ao secretariado acompanhadas de 100 euros, sendo que este valor será devolvido se a reclamação for aceite.

Notas e alterações

Este regulamento ainda pode ser alterado de modo a que fique mais completa a informação.

Este regulamento foi feito de acordo com o “regulamento tipo” da Associação de Trail Running de Portugal