



REGULAMENTO GERAL DA PROVA

1º APRESENTAÇÃO

O Clube BTT Sanguedo (Secção Trail Running Clube BTT Sanguedo) vai realizar no próximo dia 15 de Agosto de 2016, pelas 09H00, um evento denominado “I TRAIL ROSA DO ADRO”.

A prova terá a distância de 32Km para o Trail Longo, 15Km para o Trail Curto, 10 Km para a Caminhada e Kids Trail.

2º PERCURSO / PROGRAMA / INCLUÍDO

- **TRAIL LONGO**

A prova tem a distância aproximada de 32 km, com início às 9:00 horas.
Percurso e Altimetria (brevemente).

Terá partida e chegada na Capela São Bartolomeu – Sanguedo.

Incluído Dorsal, Seguro, Abastecimentos, Saco Tecido, T-shirt Técnica, Prémio Finisher.

- **TRAIL CURTO**

O Trail Curto tem a distância aproximada de 15 km, com início às 9:10 horas.
Percurso e Altimetria (brevemente).

Terá partida e chegada na Capela São Bartolomeu – Sanguedo.

Incluído Dorsal, Seguro, Abastecimentos, Saco Tecido, T-shirt Técnica, Prémio Finisher.

- CAMINHADA

A Caminhada tem a distância aproximada de 10 km, com início às 09:20 horas. Percurso e Altimetria (brevemente).

Terá partida e chegada na Capela São Bartolomeu – Sanguedo.

Incluído Dorsal, Seguro, Abastecimentos, Saco Tecido, T-shirt Técnica.

A Caminhada pedestre será realizada sem intuitos competitivos.

- KIDS TRAIL

O Kids Trail tem a distância em centena de metros ajustado a idade do Escalão (6-8, 8-10 e 10-12 anos), com início às 10:00 horas, dia 14 Agosto (Domingo).

Terá partida e chegada na Capela São Bartolomeu – Sanguedo.

Incluído Dorsal (mesmo nº para todos), Diploma Participação, Prémio para os 3 primeiros Vencedores do Escalão, seja rapaz ou rapariga.

3º NORMA

Nas provas de TRAIL só poderão participar indivíduos com mais de 18 anos, desde que gozem de boa saúde e se encontrem com uma preparação física e psíquica apta a esforços longos, não se responsabilizando a Organização por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela sua participação, aconselhando os participantes a atestarem a sua condição física pelas vias médicas adequadas.

A caminhada destina-se a todos os indivíduos masculinos e femininos, cuja condição física o permita. Não se aconselha no entanto a participação a crianças menores de 13 anos.

A responsabilidade da participação na caminhada de crianças e jovens até aos 18 anos, é da inteira responsabilidade dos pais, declinando a organização qualquer responsabilidade em termos de seguro em acidentes ocorridos.

O tempo limite para conclusão do **1º TRAIL ROSA DO ADRO** será de 6 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" levantar as fitas de marcação do percurso após o tempo limite.

4º ESCALÃO

As competições destinam-se a todos os atletas, federados ou não, em representação individual ou coletiva (Escolas, Associações Desportivas, etc.), depois de devidamente inscritos, no âmbito da corrida para todos, tendo os seguintes escalões:

• MASCULINOS / FEMININOS:

– Seniores (18 a 39 anos)

– M 40 (40 a 49 anos)

– M 50 (+ 50 anos)

NOTA: As idades indicadas referem-se ao dia da prova.

5º SEGURO DESPORTIVO

Todos os participantes, atletas ou caminheiros que se inscrevam no evento e cumpram as regras estabelecidas neste regulamento estão abrangidos de um seguro desportivo.

A entidade seguradora e o número de apólice em emissão, a divulgar posteriormente.

Em caso de acidente, que resulte tratamento hospitalar, o sinistrado deverá pedir um relatório médico para apresentar à companhia seguradora. Os custos serão suportados pelo sinistrado e reembolsados posteriormente pela companhia de seguros. A organização declina qualquer tipo de pagamento.

O atleta sinistrado deverá nos dias seguintes efetuar a participação à seguradora à qual deve juntar os documentos existentes no website da companhia (a definir).

Em todas as participações efetuadas à seguradora, os atletas sinistrados deverão apresentar o nome da entidade organizadora do evento, o número da apólice, data e hora da ocorrência.

O sinistrado deve de imediato dar conhecimento à entidade organizadora através do e-mail unidos.pelo.pedal.btt.sanguedo@gmail.com

6º INSCRIÇÕES

As inscrições serão efectuadas no site www.lap2go.com, onde estará disponível toda a informação referente à prova.

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

Poderá fazer também inscrição na Sede do Clube BTT Sanguedo, localizada no Largo da Igreja Matriz, à sexta-feira das 21:00 até 23:00 horas.

TAXA DE INSCRIÇÃO

	Trail Longo	Trail Curto	Caminhada	Refeição (Opcional) Restaurante Wimpy Bar
				€ 6,00
Até 10 AGOSTO	€12,00	€ 10,00	€ 8,00	

	KIDS TRAIL			
Até 10 AGOSTO	<u>GRÁTIS</u>			

Outras Condições

- As inscrições são limitadas a 600 atletas no Trail Longo, Trail Curto e ilimitado a participantes na caminhada;
- As inscrições sem meio de pagamento ou efectuadas depois das datas estipuladas não serão aceites;
- Os atletas são responsáveis por verificar se todos os seus dados se encontram corretos nas listas de inscritos, entretanto publicadas. Só serão aceites retificações até dia 10 de Agosto de 2016;

Notas importantes:

- Não serão devolvidas taxas de inscrição;
- Os clubes são responsáveis por verificar através das listagens de inscritos se todos os seus atletas inscritos estão inscritos com o nome oficial do clube;
- O nome do clube tem de ser coincidente para todos os atletas para poderem ser considerados da mesma equipa.

7º SECRETARIA E DORSAL

O Secretariado funcionará nos dias 13 (sexta-feira) das 21 às 23 horas, no dia 14 (sábado) de Agosto de 2016 das 14h00 às 22h00, na Sede do Clube BTT Sanguedo, localizada no Largo da Igreja Matriz.

No dia 15 (segunda-feira, feriado) o secretariado encontrar-se-á no local de partida, Capela São Bartolomeu das 07h30 às 08h30.

A organização poderá decidir no dia da prova efetuar inscrições, tendo a inscrição um valor único de 15€ para as provas de Trail e 10€ para a caminhada. Os interessados devem confirmar antes do dia da prova desta possibilidade.

Todos os atletas devem proceder ao levantamento dos dorsais, no Secretariado nos períodos indicados, evitando assim esperas no dia do evento.

Os dorsais dos atletas serão entregues mediante a apresentação de documento comprovativo da inscrição ou um documento de identificação.

8º SEGURANÇA

- Os atletas ficam obrigados a manterem-se atrás da linha de partida, na zona do controlo zero e aquecimento;
- Só é permitido o abastecimento de água ou outros produtos aos atletas nos locais indicados pela Organização, nas chamadas zonas de abastecimento;
- No dorsal do atleta, serão indicados números de telefone a serem usados em caso necessário: Cruz Vermelha, GNR e Organização (3 nºs);
- Não será permitido o estacionamento de viaturas na zona de partida e chegada devidamente balizada;

- As viaturas dos atletas serão estacionadas nas zonas permitidas pelas forças de segurança e organização;
- Os percursos são realizados em caminhos florestais, rurais, abertos à circulação de pessoas, animais e viaturas. Em algumas ocasiões é necessário fazer-se em estradas transitadas por outros veículos. Nestas situações os participantes devem obedecer às sinalizações de trânsito, bem como, respeitar as regras de trânsito;
- A organização reserva-se o direito de poder anular a prova a qualquer momento, caso as condições atmosféricas ponham em risco a integridade física dos atletas.

9º SANÇÕES

- O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados na zona de partida e ao longo do percurso;
- Durante o percurso poderão ser distribuídos a todos os concorrentes, um ou mais símbolos de controlo, e todos os concorrentes que à chegada não apresentem estes símbolos, serão automaticamente desclassificados;
- Será desclassificado todo o concorrente que não cumpra o presente regulamento, não complete o percurso segundo o indicado, deteriore ou suje o meio ambiente, não leve o dorsal bem visível e não respeite as indicações da organização;
- Todo o atleta que utilize meios ilícitos para obter vantagem em relação a outros, será automaticamente desclassificado.

10º CLASSIFICAÇÕES

As classificações do Trail Longo, Trail Curto serão realizadas individualmente em cada escalão e na geral por género Masculino e Feminino.

Não haverá classificações para a caminhada.

A cronometragem está a cargo da empresa Lap2go e será efectuada por chip na sapatilha. Os chips terão de ser devolvidos após o atleta cortar a meta e são intransmissíveis.

Colocação de tempos online logo após o evento concluir.

Há também possibilidade de visualizar o seu tempo após concluir a prova.

11º PRÉMIOS

Troféu para os 3 primeiros classificados da geral e género.

Troféu para os 3 primeiros classificados por escalão e género.

Troféu para as 3 melhores equipas. A classificação por equipas será obtida através das 3 melhores classificações individuais (não há distinção de género ou idade).

Prémio para a equipa mais numerosa no conjunto das 3 provas (Trail Longo, Trail Curto e Caminhada).

Prémios

– Geral

Trail Longo

Masculino	Prémio	Fem.	Prémio
1º	Troféu	1º	Troféu
2º	Troféu	2º	Troféu
3º	Troféu	3º	Troféu

Trail Curto

Masculino	Prémio	Fem.	Prémio
1º	Troféu	1º	Troféu
2º	Troféu	2º	Troféu
3º	Troféu	3º	Troféu

Prémios

- Escalão

Trail Longo

Masculino	Prémio	Fem.	Prémio
<u>Sénior</u> 1º	Troféu	<u>Sénior</u> 1º	Troféu

Sénior 2º	Troféu	Sénior 2º	Troféu
Sénior 3º	Troféu	Sénior 3º	Troféu
M40 1º	Troféu	M40 1º	Troféu
M40 2º	Troféu	M40 2º	Troféu
M40 3º	Troféu	M40 3º	Troféu
M50 1º	Troféu	M50 1º	Troféu
M50 2º	Troféu	M50 2º	Troféu
M50 3º	Troféu	M50 3º	Troféu

Trail Curto

Masculino	Prémio	Fem.	Prémio
Sénior 1º	Troféu	Sénior 1º	Troféu
Sénior 2º	Troféu	Sénior 2º	Troféu
Sénior 3º	Troféu	Sénior 3º	Troféu
M40 1º	Troféu	M40 1º	Troféu
M40 2º	Troféu	M40 2º	Troféu
M40 3º	Troféu	M40 3º	Troféu
M50 1º	Troféu	M50 1º	Troféu
M50 2º	Troféu	M50 2º	Troféu
M50 3º	Troféu	M50 3º	Troféu

12º ABASTECIMENTOS

A organização responsabiliza-se pela boa hidratação de todos os atletas participantes, será distribuída água, fruta e bebida isotónica em todos os abastecimentos e na chegada.

Por motivos ambientais a prova decorrerá em Semi-Auto-suficiência com enchimento de recipientes, não serão distribuídas garrafas de água aos atletas, os atletas deverão nas zonas de abastecimento encher o seu reservatório, ou em alternativa beber no local.

13º MARCAÇÃO DO PERCURSO

A marcação principal será constituída por fita pendurada em elementos naturais e postes de iluminação à altura dos olhos, cor laranja.

Para além da fita, será utilizada sinalética com diversa informação e marcação com cal.

Os atletas 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 da organização

da prova, tal for feito com a intenção de diminuir a distância percorrida ou de, diminuir as naturais dificuldades técnicas do percurso.

No caso de um concorrente percorrer alguma parte do percurso sem sinalização, deverá voltar atrás pelo caminho que seguiu e procurar o caminho sinalizado.

14º DUCHES

A Organização disponibiliza duche aos atletas nos balneários do A.D.C. SANGUEDO (campo de jogos).

15º MASSAGENS

Os atletas poderão submeter-se no fim da sua prova a uma massagem, em tenda instalada pela organização (gratuito).

16º 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.

17º ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO

A organização poderá alterar o regulamento, caso seja justificado, e de forma a tornar toda a informação mais completa.

Todos os participantes, pelo facto de efetuarem a sua inscrição no “I TRAIL ROSA DO ADRO 2016”, aceitam o presente Regulamento.

“DA NATUREZA NADA SE
TIRA A NÃO SER FOTOS,
NADA SE DEIXA A NÃO SER
PEGADAS, NADA SE MATA
A NÃO SER O TEMPO,
NADA SE LEVA A NÃO SER
LEMBRANÇAS...”