

REGULAMENTO

2º TRAIL DOS MOINHOS CELORICO DE BASTO.

DIA 27 DE NOVEMBRO 2016.

1- APRESENTAÇÃO

O 1º Trail dos Moinhos é organizado pelo Motor Clube de Basto e Motolicos Agilde.

Este evento pretende dinamizar a prática desportiva na região nomeadamente o Trail Running, trazendo ao Concelho de Celorico de Basto, atletas de todo o País.

A Organização conta com o apoio da Camara Municipal de Celorico de Basto, o Posto de Turismo de Celorico de Basto e as Juntas de Freguesia de Borba da Montanha, Agilde e Fervença.

Trail dos Moinhos é uma Prova, realizada em trilhos sinalizados, de piso acidentado, estradões, careiros, levadas de água, travessia de ribeiros passagem de obstáculos naturais e por aproximadamente 15 moinhos a maior parte deles já em ruínas.

Este evento também vai realiza uma caminhada.

1.1 – IDADE DE PARTICIPAÇÃO NAS DIFERENTES PROVAS

TRAIL LONGO (+-25K) TRAIL CURTO (+-15K):

Podem participar indivíduos com idade igual ou superior a 18 anos (nascidos antes de 18 de Setembro de 1997), 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.

CAMINHADA:

Não existe idade mínima de participação, no entanto, aconselha-se que os participantes gozem de boa saúde e se encontrem com uma preparação física e psíquica apta a esforços longos e em percurso de trilhos, não se responsabilizando a Organização por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela sua participação. Os Participantes menores deverão ir acompanhados por um responsável com idade superior a 18 anos.

1.2. CONDIÇÕES FÍSICAS

Todos os participantes no Evento, em qualquer uma das Provas, ou Caminhada, devem estar conscientes das condições físicas em que se encontram, devendo gozar de boa saúde e com uma preparação física e psíquica apta para esta prova de extrema dureza nomeadamente o trail, que se compõe de alta quilometragem, longa duração, terreno montanhoso, grandes desníveis, riachos, rochas, vegetação etc.

Ajuda externa:

Os atletas poderão ter ajuda externa sem qualquer penalização, desde que não interfiram com a prova.

1.3. COLOCAÇÃO DE DORSAL

Os participantes deverão levantar a documentação necessária / dorsal, chip descartável até 30 minutos, antes do início da respetiva prova, mediante apresentação de identificação.

Os Atletas deverão usar o dorsal bem visível e numa posição de fácil acesso e consulta.

O dorsal dispõe de números de telemóvel referentes a números de emergência e da organização.

Nota: Todos os participantes deverão ser portadores de alfinetes para o dorsal ou porta dorsal.

1.4. 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.

1.5. REGRAS DE CONDUTA DESPORTIVA

Todos os atos do evento deverão ser norteados por um completo fair-play, assumido pela organização e os concorrentes, pelo fato de aceitarem este regulamento ao inscrever-se, aquilo que é o património cultural deste desporto emergente: respeito pelo desafio, entajuda e respeito pelos outros concorrentes, organizadores e colaboradores; respeito pelo ambiente natural em que decorrem procurando um impacto ambiental nulo. O atleta que encontrar um colega a precisar de auxílio, terá que ficar com este, até que o próximo atleta chegue, e assim sucessivamente, até chegada de apoio sanitário. Um atleta nunca deverá ficar sozinho em caso de lesão e necessidade de apoio. Qualquer participante que visualize qualquer ilegalidade na participação do evento deverá comunicar assim que possível a organização.

2. PROVA

2.1.PROGRAMA

Dia 20 de Novembro – Data Limite para inscrições TL e TC

Dia 26 de Novembro;

16:00 às 19:30 h – Abertura do Secretariado no Pavilhão Desportivo da Mota.

Dia 27 de Novembro;

07:30 – Abertura do Secretariado no Pavilhão Desportivo da Mota.

08:15 – Abertura do Controlo 0, (início da entrada dos atletas para a zona da Partida)

09:00 – Início da Partida do TL.

09:30--Início da Partida do TC.

09:40 – Início Partida Caminhada.

13:30 – Entrega de Prémios.

2.2. DISTANCIAS

- Trail Curto +-15 km

- Trail Longo +-25 Km

- Caminhada +- 8 Km

2.3. MAPA/ PERFIL ALTIMETRICO

Será publicado posteriormente nas páginas <https://lap2go.com/pt/event/trail-running-dos-moinhos-2016>, e <http://motolicos.pt>, o mapa do percurso e perfil altimétrico.

2.4. POSTOS DE CONTROLO

Haverá 1 posto de controlo ao longo da prova do TL e 1 posto de controlo ao longo do TC.

É obrigatória a passagem dos concorrentes pelos postos de apoio e controlo que se situam no seu percurso.

2.5.ABASTECIMENTOS

Haverá 3 Postos de abastecimento líquidos e sólidos no TL e 2 líquidos e sólidos no TC.

Cada atleta, ao deixar cada posto de abastecimento, é responsável por ter a quantidade de bebida e comida necessária para alcançar o próximo abastecimento, à distância entre postos de abastecimento ainda serão divulgadas a posterior.

2.6. MATERIAL RECOMENDADO

Calçado e vestuário adequados para a prática de Trail;

Telemóvel;

Dorsal (visível) (alfinetes para a colocação do mesmo);

Boné;

Mochila;

Apito;

Luvas;

Água (recipiente para água) e alimentos energéticos.

2.7. INFORMAÇÃO SOBRE PASSAGEM EM LOCAIS COM TRÁFEGO

RODOVIÁRIO

A prova irá decorrer em alguns troços de passagem com tráfego rodoviário, todos os atletas terão que ter algum cuidado ao passar nos troços rodoviários pois, não haverá corte de trânsito em vias onde a circulação automóvel seja possível, devendo os mesmos cumprir escrupulosamente todas as normas aplicáveis aos peões.

2.8. PENALIZAÇÕES/DESCCLASSIFICAÇÕES

O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados na zona de partida e ao longo do percurso.

Será penalizado ou desqualificado todo aquele que:

- Não cumpra o presente regulamento.
- Não complete a totalidade do percurso escolhido pela zona marcada.
- Altere o dorsal ou não seja transportado visivelmente.
- Ignore as indicações da organização.
- Tenha alguma conduta antidesportiva.
- Não passe nos postos de controlo.
- Deteriore ou suje o meio ambiente.

Todo o atleta que utilize meios ilícitos para obter vantagem em relação a outros, será automaticamente desclassificado.

O atleta é o único responsável pelo transporte de todas as embalagens 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.

2.9. SEGURO DESPORTIVO

Todos os participantes no TL, TC e caminhada, com inscrição regularizada são abrangidos por seguro desportivo.

3. INSCRIÇÕES

O ato de inscrição pressupõe a total aceitação das regras aqui estabelecidas. Os pedidos de inscrição devem ser feitos de acordo com os prazos indicados e até a data limite, 20 de Novembro de 2016.

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

As inscrições serão aceites e efetuadas através do site www.lap2go.com

3.1. VALORES E TIPOS DE INSCRIÇÃO

Inscrição Trail Longo – **12 €**;

Inscrição Trail Curto – **10 €** ;

Inscrição Caminhada – **6€**.

Valor da inscrição para o TC e TL inclui:

- Seguro de acidentes pessoal;
- Dorsal;
- Abastecimentos sólidos e líquidos;
- T-shirt técnica para os participantes do Trail, entregue antes do evento começar;
- Dorsal com chip descartável para os atletas do TL, e TC;
- Cronometragem electrónica com colocação de tempos online logo após o evento concluir;
- Duche;

Inscrição na Caminhada inclui:

- Abastecimentos sólidos e líquidos
- T-shirt técnica
- Seguro de acidentes pessoal.

3.2. DEVOLUÇÃO DO VALOR DA INSCRIÇÃO

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

As inscrições são pessoais e intransmissíveis.

Os dorsais e chip descartável serão entregues individualmente ou a responsável de equipa para levantamento coletivo, deverão apresentar o Comprovativo de pagamento recebido via Email.

3.3. SECRETARIADO DA PROVA/HORÁRIOS E LOCAIS

Dia 26 de Novembro;

14:00 h às 19:30 h – Abertura do Secretariado no Pavilhão Desportivo da Mota.

Dia 27 de Novembro;

07:30 – Abertura do Secretariado no Pavilhão Desportivo da Mota.

08:15 – Abertura do Controlo zero, (início da entrada dos atletas para a zona da Partida)

3.4. SERVIÇOS DISPONIBILIZADOS

Balneários com Wc e banhos quentes no Pavilhão Desportivo da Mota (200m da partida).

4. CATEGORIAS E PRÉMIOS

4.1. DEFINIÇÃO DAS CATEGORIAS

Escalões da prova de TC e TL:

Masculinos

-Seniores Masculinos: até 39 anos;

-Veteranos M40: mais de 40 anos.

Femininos

-Seniores Femininas: até 39 anos;

-Veteranas Femininas: mais de 40 anos.

Os escalões referem-se à idade do participante na data da prova.

4.2. PRÉMIOS

Os 3 primeiros classificados de cada escalão do Trail Curto e do Trail Longo, as 3 melhores equipas na geral têm direito a prémios concedidos pela organização (não há distinção de sexo ou idade).

A equipa mais numerosa recebe um prémio, concedido pela organizaç

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

5. MARCAÇÃO DO PERCURSO

A marcação principal será constituída por fita pendurada em elementos naturais à altura dos olhos, de cor Laranja.

Para além da fita sinalizadora 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.

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 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.