TRAIL DA FILIGRANA 2017

REGULAMENTO

1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1. Idade de participação nas diferentes provas

O Trail da Filigrana é uma prova que percorre trilhos e caminhos em locais rurais e florestais no concelho de Gondomar.

O Trail Longo e o Trail Curto estão abertos a maiores de idade (18 anos) e a Caminhada aberta a menores desde que acompanhados por uma pessoa maior de idade.

1.2. Inscrição regularizada

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

No momento do levantamento do dorsal só é necessário levar documento de identificação referente à inscrição.

1.3. Condições físicas

Para participar no Trail da Filigrana é indispensável a aceitação dos seguintes aspectos referentes à própria condição física do atleta, a saber:

- 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 física e mentalmente;

- De ter 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;

1.4. Definição possibilidade de ajuda externa

Os atletas podem receber ajuda externa durante a prova desde que, não haja interferência com outro atleta.

1.5. Colocação dorsal

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 infractor será penalizado em 2 minutos por cada vez que seja chamado à atenção, não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena do atleta ser desclassificado.

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 prova / Organização da prova

O Trail da Filigrana é organizado em conjunto por duas colectividades do concelho de Gondomar, o Centro Ciclista de Gondomar e o Gondomar Futsal Clube.

Conta ainda com o apoio e colaboração da Câmara Municipal de Gondomar, da União de Freguesias de Gondomar (S. Cosme), Valbom e Jovim, da União de Freguesias de Foz do Sousa e Covelo e da União de Freguesias de Fânzeres e S. Pedro da Cova.

A organização conjunta do Trail da Filigrana tem como objectivo promover e financiar a prática desportiva do atletismo destas 2 colectividades do concelho de Gondomar, devidamente filiadas na Federação Portuguesa de Atletismo (FPA), na Associação de Atletismo do Porto (AAP) e Associação de Trail Running de Portugal (ATRP).

O Trail da Filigrana será realizado no dia 22 de Janeiro de 2017, com partida e chegada na Praça da Republica (conhecida como Largo do Souto)

O Trail da Filigrana será constituído por 3 provas:
Trail Longo, com a distância de 25km;
Trail Curto, com a distância de 15km;
Caminhada, com a distância de ±10km;

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

2.2. Programa/Horário

Trail da Filigrana – 21 e 22 de Janeiro de 2017

Dia 21 (Sábado):
14h00/18h00 - Abertura do secretariado e entrega dos dorsais -Praça da Republica (conhecido como Largo do Souto);

14h00 - Abertura da exposição do Trail;
18h00 - Encerramento da exposição do Trail;

Dia 22 (Domingo):
07h00 - Abertura do secretariado e entrega dos dorsais - Praça da Republica (conhecido como Largo do Souto);
08h45 - Controlo zero do Trail Longo 25km;
09h00 - Partida Trail Longo 25km;
09h15 - Controlo zero Trail Curto 15km;
09h30 - Partida Trail Curto 15km;
09h35 - Partida Caminhada ±10km;
10h45 - Chegada prevista dos 1ºs atletas dos 15km;
11h15 - Chegada prevista dos 1ºs atletas dos 25km;
13h00 - Cerimónia de entrega de prémios do Trail da Filigrana;
14h00 - Encerramento;
(horários sujeitos a alterações)

2.3. Distância / Dificuldade ATRP

O Trail Longo terá a distância de 25km tendo a classificação de acordo com os critérios ATRP de Trail Longo – Grau 2.

O Trail Curto terá a distância de 15km tendo a classificação de acordo com os critérios ATRP de Trail Curto – Grau 2.

A Caminhada terá a distância de ±10km.

2.4. Mapa / Perfil Altimétrico / Descrição do Percurso

Os elementos referentes à descrição do percurso, o mapa com indicação do mesmo e respectivo perfil altimétrico serão disponibilizados em tempo oportuno, e publicados para consulta na página do facebook da prova em, www.facebook.com/traildafiligrana

2.5. Tempo Limite

Os atletas podem fazer o percurso a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem o tempo limite que será de 5 horas.

Ultrapassando o tempo de passagem limite, os atletas deverão afastar-se, 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 controlo de tempos

O controlo de tempos será feito com recurso a chip.

2.7. Postos de controlo

A prova terá 2 postos de controlo em locais surpresa definidos pela organização.

2.8. Postos de abastecimento

Trail Longo 25km
Líquido - (+/- 7km)
Sólido - (+/- 14km)
Líquido - (+/- 21km)

Trail Curto 15Km
Líquido - (+/- 7km)

2.9. Material obrigatório

- Telemóvel;
- Depósito de água 500ml (a organização não irá fornecer copos para abastecimento);

No entanto, tendo em conta o facto da prova se realizar em Janeiro, tendo em conta eventuais condições climatéricas adversas, será aconselhável o uso de bastões, manta térmica, camelbak, corta-vento, chapéu ou gorro.

Sendo que, caso se verifiquem na semana anterior à prova, condições climatéricas especialmente adversas para o dia da prova, a organização da prova poderá definir em comunicado na página do facebook (www.facebook.com/traildafiligrana), material obrigatório adicional.

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

A prova irá decorrer em poucos troços de passagem com tráfego rodoviário.

A prova será em "open road", pelo que, todos os atletas terão que ter algum cuidado ao passar nos troços rodoviários, mesmo assim a organização terá voluntários e também forças policiais nesses pontos do percurso.

2.11. Penalizações / desclassificações

Será penalizado ou desclassificado todo o atleta que:
a) Não leve o material obrigatório (desclassificado);
b) Não complete a totalidade do percurso (desclassificado);
c) Deteriore 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 antidesportiva (desclassificado);
h) Não passe nos postos de controlo (penalizado 1h);

2.12. Seguro

O Trail da Filigrana terá um seguro de acidentes pessoais para todos os atletas devidamente inscritos. O seguro estará de acordo com a legislação em vigor (Dec. Lei 10/2009), que obriga todos os promotores e organizadores de eventos desportivos à realização de seguro de acidentes pessoais com os seguintes capitais mínimos obrigatórios:

a) Morte — € 27.087;
b) Despesas de funeral — € 2.167;
c) Invalidez permanente absoluta — € 27.087;
d) Invalidez permanente parcial — € 27.087, ponderado pelo grau de incapacidade fixado;
e) Despesas de tratamento e repatriamento — € 4.335.

O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas. A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para efectivar a participação ao seguro.

3. INSCRIÇÕES

3.1. Processo inscrição

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 terão que regularizar o pagamento no prazo máximo de 3 dias, após estes dias a inscrição será anulada, sendo necessário fazer novamente a inscrição.

3.2. Valores e período de inscrição

As inscrições encerram no dia 13 de Janeiro.

O valor das inscrições é sempre o mesmo até ao último dia de inscrições, a saber:
Trail Longo 25km: € 13,00;
Trail Curto 15km: € 11,00;
Caminhada ±10km: € 5,00;

10% desconto para inscrições de equipas com 15 ou mais atletas

3.2.1 Lotação

A prova terá inscrições limitadas.

3.3. Condições de devolução do valor de inscrição

Em momento algum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista de participar na prova. 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 e motivos por parte da organização.

3.4. Material incluído com a inscrição

Trail Longo 25km e Trail Curto 15Km
- Dorsal;
- Seguro de acidentes pessoal;
- Abastecimentos;
- T-shirt;
- Prémio finisher;
-Banhos

Caminhada 10km
- Seguro de acidente pessoal;
- T-shirt;
- Abastecimento

3.5. Secretariado da prova / Horários e local

O secretariado será na Praça da Republica (conhecida como Largo do Souto).

A entrega dos dorsais será efectuada no Sábado (dia 21) das 14h às 18h e no Domingo (dia 22) das 07h00m às 8h30m.

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

A organização não se responsabilizará pela entrega de dorsais após o encerramento do secretariado.

3.6. Serviços disponibilizados

A atleta poderá visitar a feira do Trail e tomar banho nos balneários do Pavilhão Multiusos de Gondomar após a conclusão da sua prova.

4. Categorias e Prémios

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

A entrega dos prémios será no Domingo, dia 22, a partir das 13h.

4.2. Definição das categorias (etárias, sexo, individuais e equipas)

Masculinos
Seniores - 18 a 39
M40 - 40 a 44
M45 - 45 a 49
M50 - 50 a 54
M55 - 55 a 59
M60 - Mais de 60

Femininos
Seniores - 18 a 39
F40 - 40 a 44
F45 - 45 a 49
F50 - 50 a 54
F55 - 55 a 59
F60 - Mais de 60

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

4.3. Prémios

Geral Trail Longo 25km (Para geral Masculino e para geral Feminino)
1º - Troféu
2º - Troféu
3º - Troféu

Geral Trail Curto 15Km (Para geral Masculino e para geral Feminino)
1º - Troféu
2º - Troféu
3º - Troféu

Geral Equipas Trail Longo 25m e Trail Curto 15km
1ª Troféu
2ª Troféu
3ª Troféu
(Considerando a soma da classificação geral dos 3 primeiros atletas de cada equipa, não considerando escalões etários ou sexo)

Escalões (Todos os escalões etários definidos acima no ponto 4.2)
1º Troféu
2º Troféu
3º Troféu
- Será ainda atribuído prémio ao Gondomarense (M e F) mais rápido da geral;

- Será ainda atribuído prémio surpresa ao atleta mais idoso (M e F) a completar a prova;

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

Notas:

- Podem ser estabelecidos outros prémios não considerados no presente regulamento;
- Poderá haver sorteio de material ou outro tipo de produto que a organização venha a angariar;

5. INFORMAÇOES E DISPOSIÇÕES FINAIS

5.1. Como chegar

IC29, saída de Gondomar Centro

Coordenadas GPS
41°08´08.4´´N 8´31´52.4´´W

5.2. Onde ficar

"Brevemente"

5.3. Marcação e controlos

O percurso estará marcado com fitas e bandeiras de cor viva, sendo obrigatória a passagem pelos postos de controlo estabelecidos.

5.4. Responsabilidade ambiental

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros 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.

5.5. 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.

5.6. Apoio e emergência

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem.

5.7. Casos omissos

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

5.8. Diversos

Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar as regras de viação nos cruzamentos da estrada.

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova se as condições assim o obrigarem

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.