

I Trail da Marcha dos Fortes®

28 Outubro 2017

BUCELAS

REGULAMENTO

1 – O EVENTO “I Trail da Marcha dos Fortes®”

O Clube de Actividades de Ar Livre (CAAL), em parceria com Câmara Municipal de Loures, vai realizar, no próximo dia 28 de Outubro de 2017, pelas 08:30, um evento denominado “I Trail da Marcha dos Fortes®”. Evento desportivo, com provas de Trail e uma actividade de Caminhada, com início e fim na freguesia de Bucelas. A prova percorre locais emblemáticos da freguesia de Bucelas, Vialonga, Calhandriz, A-do-Mourão, Arranhó, explorando os respetivos espaços naturais e visitando alguns dos Fortes das Linhas de Torres.

O I Trail da Marcha dos Fortes® 2017 (TMF 2017) é composto por duas provas competitivas de aproximadamente 40Km e 20Km e um mini trail/caminhada de aproximadamente 10Km.

2 – PERCURSOS

Trail Longo – Marcha dos Fortes®: percurso circular, com cerca de 40Km; Terá partida às 8:30h no (local...),

Trail Curto – Marcha dos Fortes®: percurso circular, com cerca de 20Km – Terá partida às 8:30h no (local...)

Mini Trail/caminhada – Marcha dos Fortes®: percurso circular, com cerca de 10Km – Terá partida às 9:00h no (local...). Durante o evento, nas partes inicial e final do percurso, haverá cruzamento dos atletas das diferentes provas.

O tempo limite para conclusão do I TMF 2017 será de 8 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 atletas “vassouras” levantar as fitas de marcação do percurso após o tempo limite.

Percurso e altimetria (brevemente)

3 – PARTICIPANTES

TRAIL LONGO e TRAIL CURTO: só poderão participar indivíduos com mais de 18 anos de idade, desde que gozem de boa saúde e se encontrem com uma preparação física e psíquica adequada ao esforço exigido pela prova em que se inscreveram. A Organização não se responsabiliza por quaisquer consequências provocadas pela sua

participação, aconselhando os participantes a atestarem a sua condição física pelas vias médicas adequadas.

MINI TRAIL/CAMINHADA: destina-se a todos os indivíduos masculinos e femininos, cuja condição física o permita. Os menores apenas poderão participar quando acompanhados por um dos responsáveis parentais. Não se aconselha a participação a crianças menores de 12 anos.

4 – CLASSIFICAÇÃO

As competições destinam-se a todos os atletas, federados ou não, em representação individual ou coletiva (Escolas, Associações Desportivas, etc.), depois de devidamente inscritos, tendo os seguintes escalões:

Escalões TRAIL 40Km e 20Km		
Idade	Masculinos	Femininos
18 a 39 anos	SENIORES	SENIORES
40 a 49 anos	VETERANOS M40	VETERANAS F40
50 a 59 anos	VETERANOS M50	VETERANAS F50
60 anos ou mais	VETERANOS M60	VETERANAS F60

5 – PRÉMIOS

GERAL – TRAIL 40Km e 20Km	
Classificação Geral	Masculino/Feminino
1º Lugar	Troféu + BRINDE
2º Lugar	Troféu + BRINDE
3º Lugar	Troféu + BRINDE

ESCALÕES – TRAIL 40Km e 20Km	
Classificação	Masculino/Feminino
1º Lugar	Troféu
2º Lugar	Troféu
3º Lugar	Troféu

A cronometragem está a cargo da empresa Lap2go e será efectuada por chip colocado na sapatilha. Os chips devem ser devolvidos no final da prova, após o atleta cortar a meta, e são pessoais e intransmissíveis.

6 – MATERIAL OBRIGATÓRIO / RECOMENDADO

Material obrigatório:

Telemóvel, manta térmica, apito, copo e depósito de água.

Material recomendado:

Corta-vento / impermeável (de acordo com as condições climatéricas).

7 – INFORMAÇÃO SOBRE PASSAGEM DE LOCAIS COM TRÁFEGO RODOVIÁRIO

Os participantes devem ter em consideração o facto de poder haver viaturas, pessoas e animais a circular num ou noutro sentido dos percursos da prova. Os participantes devem, por isso, cumprir as regras de trânsito nas estradas de uso público, devendo ainda respeitar, durante todo o percurso, o meio ambiente envolvente. O atravessamento de estradas públicas deve merecer a máxima atenção por parte dos participantes.

8 – INSCRIÇÃO/PAGAMENTO

As inscrições abrem no dia 21 de Julho de 2017 e encerram a 13 de Outubro de 2017 (23h59m).

As inscrições são efectuadas Online na plataforma www.Lap2go.com, com pagamento automático – Referências Multibanco. Todo o processo é automático, incluindo a atribuição de dorsal.

9 – VALOR DA INSCRIÇÃO

Até ao fecho das inscrições

40Km – 18 euros

20Km – 16 euros

10Km – 11 euros

10 – NÚMERO DE VAGAS

40Km – 100 participantes

20Km – 100 participantes

10Km – 200 participantes

11 – ALMOÇO

A organização disponibiliza a todos os participantes uma refeição ligeira no final do evento.

12 – INCLUIDO COM A INSCRIÇÃO

Trail 40Km, 20Km e Mini Trail/Caminhada 10Km: dorsal, t-shirt técnica, seguro desportivo, abastecimentos, banhos e brindes que a Organização consiga obter.

Notas importantes:

Não serão devolvidas taxas de inscrição.

Os atletas são responsáveis por verificar, nas listas de inscritos, entretanto publicadas, se todos os seus dados estão corretos.

13 – SECRETARIADO E DORSAIS

O Secretariado para entrega dos dorsais e KIT de participação funcionará:

- Na sexta feira, dia 27 de Outubro, na sede do CAAL, das 10:00 às 17:00;
- Na sexta feira, dia 27 de Outubro, em Bucelas, das 18:00 às 22:00;
- No sábado, dia 28 de Outubro, junto ao local da meta, em Bucelas, das 07:00 às 08:00 (trail 40Km e trail 20 Km) e das 07:00 às 08:30 (mini trail/caminhada).

Todos os atletas devem proceder ao levantamento dos Kit de participação, no Secretariado, nos períodos indicados.

14 – SEGURANÇA

Os atletas ficam obrigados a manter-se atrás da linha de partida, na zona do aquecimento, até ao momento da partida.

O percurso das provas estará marcado com fitas e placas.

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 inscritos os números de telefone da Organização, a serem usados em caso de emergência.

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.

15 - ABASTECIMENTOS

A Organização responsabiliza-se pela disponibilização, para todos os atletas participantes de: água, fruta e outros alimentos em todos os abastecimentos e na zona da meta.

40Km - 4 Abastecimentos, SÓLIDOS E LIQUÍDOS.

20Km - 3 Abastecimentos, SÓLIDOS E LIQUÍDOS.

10Km - 1 Abastecimento, SÓLIDOS E LIQUÍDOS.

(A informação relativa aos pontos de abastecimento será oportunamente publicada nos canais de comunicação do evento)

Por motivos de impacto ambiental, não serão distribuídas garrafas de água aos participantes. Os atletas deverão encher os seus reservatórios nas zonas de abastecimento.

16 - RESPONSABILIDADE

O participante assume, por livre e espontânea vontade, os riscos e as consequências decorrentes da participação na prova, sejam eles danos morais, físicos, materiais ou de qualquer outra natureza. Fica a Organização, bem como qualquer um dos envolvidos na organização da prova, isentos da responsabilidade.

A inscrição nas provas implicará total aceitação do presente regulamento.

17 - SEGURO DESPORTIVO

A Organização contratualiza os seguros obrigatórios, conforme o Decreto-Lei n.º 10/2009, de 12 de janeiro, para este tipo de prova, estando o seu prémio incluído no valor da inscrição. 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 ativar o seguro.

18 – DUCHE

A Organização disponibiliza local para duches para os atletas, nas instalações do Clube de Futebol “Os Bucelenses”.

19 – 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 a Organização considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

20 – PROGRAMA (sujeito a alterações)

Sábado 28 Outubro:

08:00h – Controle zero;

08:20h – Briefing geral aos participantes;

08:30h – Partida do TRAIL 40Km e 20 Km;

09:00h – Partida do MINI TRAIL/Caminhada 10Km

13:30h – Cerimónia de entrega de prémios;

17:00h – Encerramento do I Trail da Marcha dos Fortes 2017

21 – INFORMAÇÕES E CONTACTOS

<https://pt-pt.facebook.com/ClubeActividadesdeArLivre/>

<http://www.clubearlivre.org>

Tel. +351 21 778 83 72

22 – COORDENADAS GPS DO LOCAL DO EVENTO

38°54'02.96"N 9°07'05.47"W

23 – CASOS OMISSOS

Os casos omissos a este regulamento serão decididos pela Organização, de cujas decisões não cabe recurso.

24 – NORMAS DE CONDUTA

Todos os participantes devem:

1. Conhecer e aceitar as condições do presente regulamento.
2. Efetuar corretamente a inscrição.
3. Aceitar participar no evento voluntariamente e sob sua própria responsabilidade e, por conseguinte, concordar em nada reclamar ou exigir à Organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes.
4. Estar conscientes da distância e das particularidades das provas e estarem suficientemente treinados para esse tipo de exigência física e psíquica.
5. Saber enfrentar problemas físicos e mentais resultantes da fadiga, problemas digestivos, articulares e musculares, tendo a consciência de que não é papel da Organização ajudar um atleta a ultrapassar estes problemas e que tal depende principalmente da sua capacidade em adaptar-se às situações problemáticas decorrentes deste tipo de competição.
6. Saber que as provas são de participação individual, e que não podem fazer-se acompanhar de animais.
7. Aceitar que, caso desistam de participar nas provas em que se encontram inscritos, a Organização não devolverá o valor das respetivas inscrições.
8. Saber que não se aceitam alterações dos dados pessoais fornecidos pelos participantes após o termo das inscrições.
9. Saber que não devem abandonar embalagens vazias ou qualquer outro tipo de lixo nos percursos das provas, preservando a natureza e os locais de passagem das provas.

24 – SANÇÕES/PENALIZAÇÕES

DESCCLASSIFICAÇÃO DE PARTICIPANTES

Caso não cumpram o regulamento do I Trail da Marcha dos Fortes 2017.
Caso não completem a totalidade do percurso em que se encontram inscritos.

Caso não apresentem à chegada todos os símbolos de controlo aplicados pelos membros da Organização.

Caso não levem o seu número de dorsal bem visível.

Caso ignorem as recomendações da organização do I Trail da Marcha dos Fortes 2017.

Caso demonstrem uma conduta antidesportiva.

25 - MODIFICAÇÕES

Estas regras podem ser editadas, alteradas ou melhoradas a qualquer momento pela entidade organizadora, sem aviso prévio.

Ao realizar a sua inscrição, os atletas aceitam o presente regulamento.