

V TRAIL TERRAS DE ANSIÃO

REGULAMENTO GERAL DA PROVA

Condições de participação	2
1. Idade participação nos diferentes percursos	2
1.2. Inscrição regularizada	3
1.3. Condições físicas	3
1.4. Definição possibilidade ajuda externa	3
1.5. Colocação dorsal	3
1.6. Regras conduta desportiva	3
2. Prova	4
2.1. Apresentação da Prova / Organização	4
2.2. Programa / Horário	4
2.4. Mapa dos Percursos	4
2.5. Postos de controlo	5
2.6. Locais dos abastecimentos	5
2.7. Marcação do Percorso	5
3. Inscrições	6
3.1. Processo inscrição	6
3.2. Valores e períodos de inscrição	7
3.6. Secretariado da prova/ horários e locais	7
3.7. Aquecimento	8
3.8. Banhos	8
3.9. Massagens	8

4. Categorias e Prémios	8
4.1. Definição data, local e hora entrega prémios	8
4.2. Definição das categorias etárias / classificações	8
4.3. Troféus / Medalhas	9
4.4. Brindes	9
5. Informações	10
5.1. Como chegar	10
5.2. Onde ficar	10
6. Responsabilidade Ambiental	11
7. Direitos de Imagem	11
8. Seguro	11
9. Notas e alterações	12

Condições de participação

1. Idade participação nos diferentes percursos

Idade mínima de inscrição no (TL) Trail Longo: 18 anos.

Idade mínima de inscrição no (TC) Trail Curto e na caminhada: 14 anos.

Para os menores de 18 anos será necessário preencher o **Termo de responsabilidade para menores de 18 anos**. Poderão aceder ao documento através deste [link](#).

1.2. Inscrição regularizada

Por questões logísticas vimos informar que todos os que pretendam participar no V TRAIL TERRAS DE ANSIÃO, terão que confirmar a sua inscrição até às 24h00 do dia 8 de Março de 2017 (Quarta-feira).

Para a participação na prova, o atleta deverá ter a sua inscrição previamente regularizada nos prazos estabelecidos e aceitar todas as normas constantes do presente regulamento.

1.3. Condições físicas

É imprescindível ter a condição física adequada às características desta prova. O terreno onde se desenrola a prova apesar de pouco montanhoso possui alguns obstáculos naturais.

É fundamental que o atleta tenha a noção de auto-gestão do esforço, quer físico, quer mental. É fundamental o atleta saber como atuar em caso de pequenas lesões, indisposições gástricas, entre outras situações normais.

1.4. Definição possibilidade ajuda externa

O apoio aos atletas por elementos externos à organização não é permitido, devendo o atleta, de acordo com o ponto 1.3., ter noção das suas necessidades durante a prova, assim como a sua capacidade de resolução dos problemas perante situações inesperadas.

1.5. Colocação dorsal

O dorsal é pessoal e intransmissível. O dorsal do atleta deve estar em local facilmente visível aos elementos da organização e demais entidades que apoiam e/ou colaboram com a mesma. Em caso de desistência, o(s) atletas(s) deverá(ão) entregar o(s) dorsal(is) à organização, nos abastecimentos, controlos intermédios ou no secretariado da prova, comunicando dessa forma a sua desistência. No final da prova o dorsal será devolvido ao atleta.

Os atletas devem-se fazer acompanhar de sistema de fixação de dorsal ou então usar alfinetes para fixação em local visível.

1.6. Regras conduta desportiva

O comportamento inadequado, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou de qualquer outra espécie, serão alvo de advertência, multa, desqualificação e/ou expulsão, sendo comunicado às autoridades qualquer ato merecedor de tal.

Como será impossível realizar corte de tráfego rodoviário nalgumas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito nas zonas urbanas e estradas de uso público, devendo ainda respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

2. Prova

2.1. Apresentação da Prova / Organização

O Trail Terras de Ansião é organizado pelos Ansibikers - Associação Praticantes de BTT com o objetivo de promover o desporto, divulgar o património paisagístico e cultural do concelho e goza dos seguintes Apoios (Em actualização):

2.2. Programa / Horário

No dia 12 de Março de 2017 decorrem, em simultâneo, duas provas competitivas – (TL) Trail Longo e o (TC) Trail Curto e ainda a Caminhada.

O Trail Longo (TL) tem início às 9h30m, percorrendo caminhos e trilhos do concelho de Ansião, possui uma extensão aproximada de 30 km, sendo o seu início junto à Câmara Municipal de Ansião e o seu fim junto ao parque verde da Vila.

O Trail Curto (TC) tem início às 9h30m, percorrendo caminhos e trilhos do concelho de Ansião, possui uma extensão aproximada de 18 km, sendo o seu início junto à Câmara Municipal de Ansião e o seu fim junto ao parque verde da Vila.

A Caminhada terá início alguns minutos após a partida dos atletas do Trail Longo e Curto sendo que terá uma distância aproximada de 14 km, sendo o seu início junto à Câmara Municipal de Ansião e o seu fim junto ao parque verde da Vila. (não competitiva)

2.4. Mapa dos Percursos

Trail Longo

Percurso

(brevemente disponível)

Altimetria

(brevemente disponível)

Trail Curto

Percurso

(brevemente disponível)

Altimetria

(brevemente disponível)

2.5. Postos de controlo

Existirá controlos de passagem no Trail Longo e Trail Curto.

2.6. Locais dos abastecimentos

Haverá pontos de abastecimento em todos os percursos sendo que a organização se responsabiliza pela boa hidratação de todos os atletas participantes, será disponibilizado água, fruta e outros víveres nos abastecimentos.

Por motivos ambientais, a prova decorrerá em semi-auto-suficiência com enchimento de recipientes. Não são disponibilizadas garrafas de água aos participantes. Os atletas devem trazer o seu próprio reservatório para, nas zonas de abastecimento encher e se hidratarem.

Participantes na caminhada incluídos.

2.7. Marcação do Percurso

A marcação principal será constituída por fita pendurada em elementos naturais à altura dos olhos. A cor da fita será anunciada no momento da Partida.

O princípio será o da visibilidade contínua, i.e., da posição de uma fita vê-se a seguinte.

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 do Júri 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.

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição

A inscrição deverá ser efectuada através do site oficial da Organização:

<http://trailterrasdeansiao.ansibikers.pt/>

Não se aceitam inscrições e pagamentos no próprio dia.

A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro sendo que se necessário, ser exigido ao atleta documento de identificação.

Em casos de dúvida, por exemplo, uma inscrição não confirmada, o atleta deve fazer-se acompanhar do comprovativo de pagamento, a quando do levantamento do dorsal.

A organização reserva-se ao direito, de não devolver o valor da inscrição de atletas confirmados, mesmo que estes antecipadamente saibam, que não vão comparecer no evento.

Em caso de doença/lesão, devidamente comprovada com documentação clínica apresentada até um mês antes da prova, será devolvido o valor total da inscrição, descontados custos associados.

Até 15 dias antes da prova, nos casos de desistência pelos motivos anteriormente mencionados, o valor da inscrição transitará para a edição seguinte do evento.

3.2. Valores e períodos de inscrição

Trail Longo 12,00 €

O valor de inscrição inclui dorsal personalizado, seguro de acidentes pessoais, t-shirt alusiva à prova, abastecimentos, banhos e outras ofertas que a organização venha a conseguir.

Trail Curto 12,00 €

O valor de inscrição inclui dorsal personalizado, seguro de acidentes pessoais, t-shirt alusiva à prova, abastecimentos, banhos e outras ofertas que a organização venha a conseguir.

Caminhada 8,00 €

O valor de inscrição inclui dorsal personalizado, seguro de acidentes pessoais, t-shirt alusiva à prova, abastecimentos, banhos e outras ofertas que a organização venha a conseguir.

As inscrições terão de ser efetuadas até às 23h59 do dia 08 de Março de 2017 (quarta feira). Após a inscrição, tem 48 horas para efetuar o pagamento, caso o pagamento não seja efetuado neste prazo, a sua inscrição será eliminada e terá de realizar nova inscrição se assim ainda o pretender.

* Para inscrições depois do dia **08 de Março** a organização não garante que os dorsais sejam personalizados.

3.6. Secretariado da prova/ horários e locais

Domingo – 12 de Março

7h00 – Abertura do secretariado na Praça do Município de Ansião (GPS: 39.911538,-8.436053)

9h00 – Encerramento do secretariado

9h10 - Breve aquecimento orientado

9h20 - Curto briefing

9h30 – Partida dos atletas do Trail Longo e Trail Curto, alguns minutos depois partem os participantes na caminhada.

3.7. Aquecimento

Antes da prova se iniciar, existirá um aquecimento para todos, devidamente orientado por instrutores físicos.

3.8. Banhos

São disponibilizados banhos, no pavilhão gimnodesportivo de Ansião (GPS: 39.913012,-8.433339)

3.9. Massagens

No final da prova como habitual terão ao vosso dispor um serviço de **massagens** para ajudar os atletas a recuperar do esforço.

4. Categorias e Prémios

4.1. Definição data, local e hora entrega prémios

A cerimónia de entrega de troféus / medalhas 12h00.

Caso existam atletas ainda em prova com direito a prémio o mesmo ser-lhes-á entregue posteriormente.

4.2. Definição das categorias etárias / classificações

Trail Longo

- Geral
- Geral Masculino
- MSeniores - 18 a 39 anos
- M40 - 40 a 49 anos
- M50 - 50 a 59 anos
- M60 - mais de 60 anos

Trail Longo

- Geral

- Geral Feminino
- FSeniores - 18 a 39 anos
- F40 - 40 a 49 anos
- F50 - mais de 50 anos

Trail Curto

- Geral
- Geral Masculino
- Geral Feminino

4.3. Troféus / Medalhas

Trail Longo

- Troféus aos 3 primeiros da Geral, Masculino e Feminino
- Medalhas aos 3 primeiros de cada escalão, Masculino e Feminino

Trail Curto

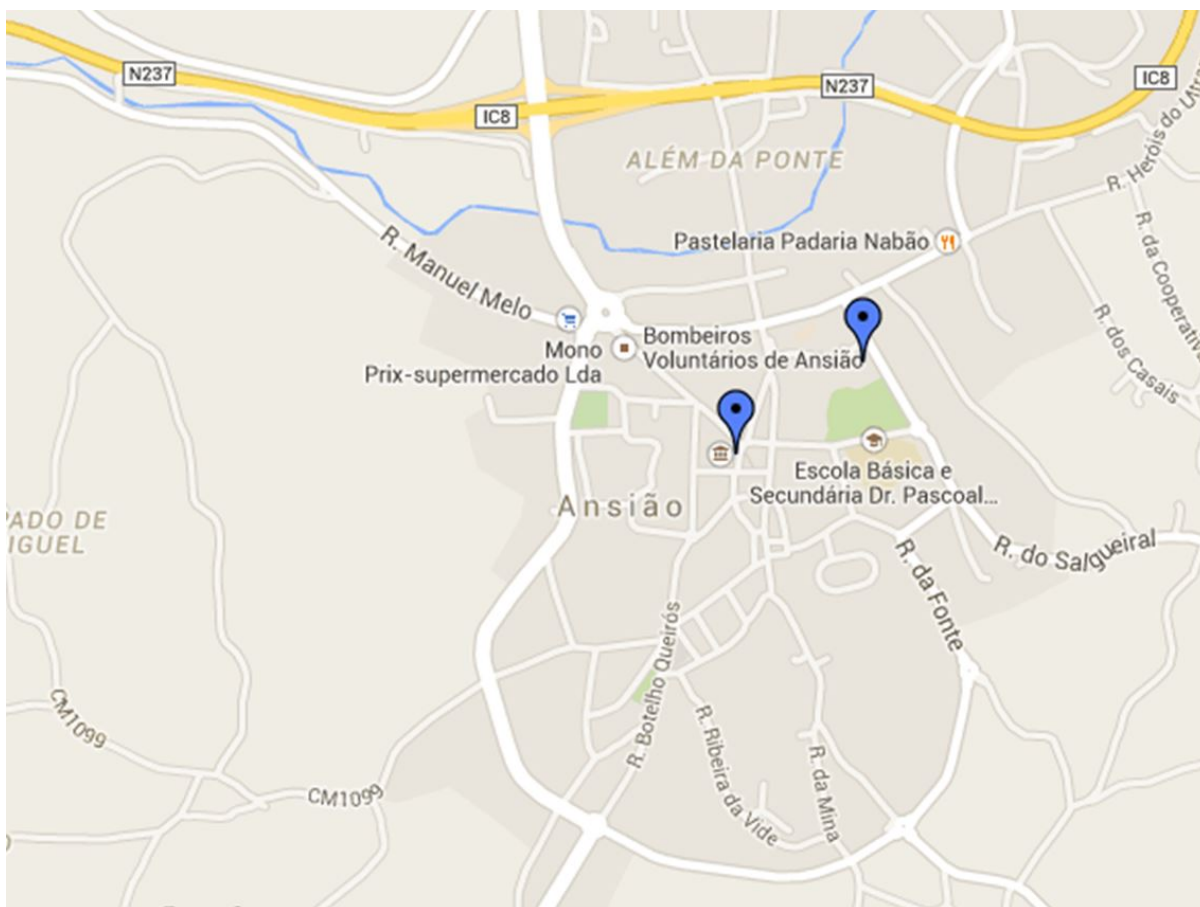
- Troféus aos 3 primeiros da Geral Masculino e Feminino

4.4. Brindes

- T-shirt alusiva ao evento
- Lembrança a todos os que terminarem a prova (finisher)

5. Informações

5.1. Como chegar



5.2. Onde ficar

- **HD|Duecitânia Design Hotel**



Os participantes neste evento terão a possibilidade de ficar alojados neste hotel com 15% de desconto nas reservas. Localização: Ponte Do Espinhal, 3230-292 Penela [+info](#)

- **Bombeiros Voluntários de Ansião**

Será disponibilizado em solo duro, nas instalações dos Bombeiros Voluntários de Ansião, local para dormida e banhos na noite anterior ao evento (noite de 11 Março para 12 Março).

Os atletas e acompanhantes interessados em pernoitar tem que se fazer acompanhar do respetivo material (saco-cama, esteira, cobertor, toalha etc.).

6. 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.

Não deixes mais que pegadas, não tires mais que fotografias!

7. Direitos de Imagem

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza os organizadores da prova à gravação total ou parcial da sua participação na mesma, e 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.)

A Associação pode ceder todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

Em caso de alterações do percurso ou cancelamento da prova no dia da mesma, seja por questões de ordem meteorológica adversa, ou outros motivos que a organização julgue decisivos, o valor da inscrição não será devolvido.

8. Seguro

Todos os participantes serão cobertos por Apólice de Acidentes Pessoais de acordo com o que se encontra preconizado na Lei.

Número da apólice (a divulgar posteriormente)

Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais ou de saúde a si mesmos e/ou a terceiros durante a atividade, desresponsabilizando deste modo a Ansibikers – Associação de Praticantes de BTT de qualquer ônus.

A organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência, roubo, assim como em relação aos objetos e valores de cada participante.

A Ansibikers não se responsabiliza por dados incorretos fornecidos pelos participantes .

9. Notas e alterações

Todos os atletas inscritos devem permanecer atentos ao [site](#) e ao [facebook](#) da prova, onde serão colocados todos os avisos oportunos que sirvam de complemento a este regulamento. Caso exista justificção a organização procederá aos devidos ajustes ao presente regulamento.