

# REGULAMENTO 3º Trail “Villa de Basto”

## **1. Condições de participação**

### **1.1. Idade de participação nas diferentes provas**

O 3º Trail Villa de Basto é uma prova de aventura percorrida em trilhos, pequenos estradões, ou estradas sinalizadas, visando percorrer todo o percurso no menor tempo possível, a disputar dia 11 de Junho de 2017.

Visa a promoção e divulgação turística e ambiental desta região, bem como a prática de desporto em meio natural.

Para participar em qualquer um dos eventos é necessário ter idade igual ou superior a 18 anos.

### **1.2. Condições físicas**

Para participar é indispensável:

- 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 fisicamente e mentalmente.
- Antes do evento, ter adquirido 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.
- 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.

### **1.3. Definição possibilidade de ajuda externa**

Os atletas podem receber ajuda externa desde que não haja interferência com outro atleta.

### **1.4. Colocação dorsal e chip**

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado à frente e de preferência à altura do peito. O atleta que não cumpra será penalizado em 10 minutos por cada vez que seja chamado à atenção. Não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação.

### **1.5. 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. A prova,**

O 3º Trail Villa de Basto será realizado no dia 11 de Junho com dois eventos:

- Trail Longo com cerca de 30 Km
- Trail Curto com cerca de 16 Km
- Caminhada com cerca de 10 Km

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

Partirá do centro da Villa de basto e percorrerá trilhos e estradões até à actual sede do Concelho.

A organização deste evento estará a cargo da Junta de Freguesia de Arnoia.

## **2.2. Programa/Horário**

### Dia 10 de Junho (Sábado):

14h/20h – Secretariado para entrega de dorsais.

### Dia 11 de Junho (Domingo):

07h00 – abertura do secretariado para entrega de dorsais.

08h00 – Saída do primeiro autocarro para o Trail Longo.

09h00 – Partida Trail Longo.

09h00 – Saída do primeiro autocarro para o Trail Curto e Caminhada

10h00 – Partida Trail Curto e Caminhada

13h00 – cerimónia de entrega de prémios do 1º Trail Villa de Basto.

(horários sujeitos a alterações)

## **2.3. Distância / Altimetria**

O Trail Longo terá a distância de 30km e um desnível positivo aproximado de 1000m.

O Trail Curto terá a distância de 16km e um desnível positivo aproximado de 250m.

*(Valores aproximados)*

Se a Organização o entender e a segurança dos participantes o justificar, poderão ser alterados os percursos previamente estabelecidos para os dois eventos.

#### **2.4. Mapa/ Altimetria**

"Ver site da prova"

#### **2.5. Tempo Limite**

O tempo limite para Trail Longo será de 6 horas. Ultrapassado o tempo limite os atletas serão aconselhados a não continuar pela Organização porque nem esta 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. Se a Organização sugerir afastar um atleta devido ao seu estado de saúde, este assim o deve fazer, de modo a garantir o seu bem-estar e as suas condições físicas.

#### **2.6. Metodologia de controlo de tempos**

O controlo de tempos será feito pela empresa “Lap2Go”, com recurso a chip colocado na sapatilha, sendo instalados sensores no início, em alguns pontos intermédios do percurso e no final do mesmo.

## **2.7. Postos de controlo**

A marcação do percurso é da responsabilidade da Organização, devendo os atletas respeitá-lo ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos.

Ao longo do percurso existirão vários postos de controlo.

Os atletas terão que parar a fim de ser registado o controlo no seu dorsal.

Os atletas devem respeitar a ordem de chegada ao controlo.

## **2.8. Locais de abastecimento**

Trail Longo 30Km

Abastecimentos espaçados a não mais de 7Km alternando entre apenas líquidos e líquidos e sólidos.

Trail Curto 16Km

Abastecimentos espaçados a não mais de 7Km alternando entre apenas líquidos e líquidos e sólidos.

Caminhada 10Km

Abastecimento líquido a meio do percurso e na meta.

## **2.9. Material obrigatório**

Telemóvel e depósito de água (Trail Longo 30km e Trail Curto 16Km).  
(Sendo aconselhável apito, manta térmica).

Os atletas devem trazer o seu próprio copo ou depósito de água para ser utilizado nos abastecimentos.

## **2.10. Passagem em locais com tráfego rodoviário.**

A prova atravessa estradas que não estarão vedadas à circulação rodoviária, ou seja, todos os atletas terão que ter algum cuidado ao passar nos troços rodoviários. Mesmo assim a organização terá voluntários nos pontos de maior tráfego.

## **2.11. Penalizações / desclassificações**

Será penalizado ou desqualificado todo aquele que:

- a: não leve o material obrigatório (desqualificação)
- b: não complete a totalidade do percurso (desqualificação)
- c: deteriore ou suje o meio por onde passe (desqualificação)
- d: não leve o dorsal bem visível (penalizado em 10m)
- e: alteração do dorsal (desqualificação)
- f: ignore as indicações da organização (penalizado em 1h)
- g: tenha alguma conduta antidesportiva (desqualificação)
- h: não passe nos postos de controlo (desqualificação)

## **2.12. Responsabilidades perante o atleta/participante**

O participante assume, por livre e espontânea vontade, os riscos e suas consequências decorrentes da participação na prova, sejam eles danos morais, físicos, materiais ou de qualquer natureza.

Fica a Organização, bem como quaisquer dos envolvidos na Organização da prova, isentos da responsabilidade. A inscrição nas provas implicará total aceitação do presente regulamento.

## **2.13. 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;

**Agência: Gentil Pinto E Fernando Domingues - Mediação De Seguros, Lda**, Rua Serpa Pinto, Edf. Herbasto 4890-238 Celorico de Basto.

Tlf: 255323329

### **3. Inscrições**

#### **3.1. Processo inscrição**

As inscrições terão de ser efectuadas em [www.lap2go.com](http://www.lap2go.com) ou [www.trailvilladebasto.pt](http://www.trailvilladebasto.pt). Qualquer questão relacionada com as inscrições contactar [suporte@lap2go.com](mailto:suporte@lap2go.com) ou +351 234484586.

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**

O período das inscrições começa dia 15 de Março e prolonga-se até ao dia 28 de Maio.

##### Inscrições de 15 de Março a 13 de Maio

Trail Longo 30 km – 13 euros

Trail Curto 16 km – 11 euros

Caminhada 10km – 5 euros

##### Inscrições de 14 a 27 de Maio

Trail Longo 30km – 15 euros

Trail Curto 16km – 13 euros

Caminhada 10km – 6 euros

## PREÇOS ESPECIAIS PARA GRUPOS:

Em cada 6 inscrições feitas pela mesma equipa para a mesma prova a organização oferece uma inscrição. Oferta apenas para o Trail longo e curto.

A partir de 27 de Maio não serão aceites alterações/trocas de distâncias, atletas e/ou equipas, assim como alterações do nome de equipa.

Para garantir a segurança e conforto dos participantes inscritos existe um limite de inscrições.

A organização assume a responsabilidade de entregar o kit de participante no secretariado nas inscrições efectuada pagas até dia 27 de Maio de 2016. A partir desta data a organização não garante a entrega do kit participante nem do dorsal personalizado.

### **3.3. Condições de devolução do valor de inscrição**

Em momento nenhum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista da prova.

Não é possível ceder a participação a um terceiro em nenhuma das provas.

### **3.4. O que está incluído na inscrição (Trail Longo e Curto e Caminhada)**

-dorsal

-seguro de acidentes pessoais

-T-shirt técnica do evento para Trail, Tshirt normal do evento para caminhada

-abastecimentos

- classificação

- banho quente

-apoio terapêutico

### **3.5. Secretariado da prova/horários e local**

O secretariado será no Posto de Turismo de Celorico de Basto, situado na Praça Cardeal D. António Ribeiro, Celorico de Basto.

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 atleta em causa.

## **4. Categorias e Prémios**

### **4.1. Entrega dos prémios**

A entrega de prémios será junto á meta, no Domingo a partir das 13h previsivelmente ou 15 minutos depois do 3º classificado de cada escalão ter terminado a prova, ou quando as condições assim o permitirem.

### **4.2. Definição das categorias etárias**

Escalões:

Masculinos/Femininos

Seniores M – Seniores F – (18 a 39 anos)

M40 – F40 – (40 a 49 anos)

M50 - F50 – (50 anos ou mais)

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

## 4.2.1 Prémios

### Trail Curto 16Km

Geral Masculino Geral Feminino – 1º,2º,3º – Troféu + Inscrição 2017

Seniores Masc – Seniores Fem – 1º,2º,3º – Troféu

M40 Masc – M40 Fem – 1º,2º,3º – Troféu

M50 Masc – F50 Fem – 1º,2º,3º – Troféu

Equipas 1º,2º,3º - Troféu

### Trail Longo 30Km

Geral Masculino Geral Feminino – 1º,2º,3º – Troféu + Inscrição 2017

Seniores Masc – Seniores Fem – 1º,2º,3º – Troféu

M40 Masc – M40 Fem – 1º,2º,3º – Troféu

M50 Masc – F50 Fem – 1º,2º,3º – Troféu

Equipas 1º,2º,3º - Troféu

NOTA: A classificação por equipas será feita com base nas regras do regulamento dos circuitos Nacionais de Trail, ou seja: a classificação coletiva determina-se em dois passos: Primeiro, e com base na classificação geral absoluta (sem distinção de escalão ou sexo), somam-se os lugares dos 3 primeiros classificados de cada equipa. Seguidamente ordena-se as equipas por ordem crescente de pontos obtidos na operação anterior, após o que se aplica a tabela de pontuação acima descrita para as Equipas.

Exemplo:

Equipa A: 5º + 6º + 7º = 18 => 1º lugar

Equipa B:  $3^{\circ} + 4^{\circ} + 12^{\circ} = 19 \Rightarrow 2^{\circ}$  lugar

Equipa C:  $1^{\circ} + 2^{\circ} + 17^{\circ} = 20 \Rightarrow 3^{\circ}$  lugar

### **4.3 Prazo para a reclamação de classificações.**

Prazo de 24 horas para apresentação de reclamações por email para:  
trailvilladebasto@gmail.com

## **5. Informações**

### **5.1. Como chegar**

(Ver site da prova)

### **5.2. Onde ficar**

(Ver site da prova)

### **5.4. Eco responsabilidade**

Respeito pela Natureza: O atleta é responsável pelo transporte dos invólucros e outro lixo não natural, provenientes de Géis, Barras, etc., no seu *CamelBak* ou Cinto, depositá-lo no abastecimento mais próximo ou transportá-lo até à Meta.

Não é permitido destruir ou alterar propositadamente qualquer elemento natural (muros, plantações, sinalética, marcações, etc.) ao longo do percurso.

## **Notas e alterações**

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