

Regulamento

1.Condições de participação

1.1.Idade participação diferentes provas

A 1ª edição dos Trilhos dos Pernetas é uma prova que percorre trilhos, caminhos e serras na zona de Canedo, concelho de Santa Maria da Feira, com partida e chegada na Capela da Sra.da Piedade no centro da vila. 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 de do site www.lap2go.com. Aquando do levantamento do dorsal é necessário levar documento de identificação referente à inscrição.

1.3.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 física e mentalmente.

-de haver 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, chuva e vento.

-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.

Prova feita em semi-suficiência

1.4.Definição possibilidade de ajuda externa

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

1.5.Colocação dorsal e chip

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 que não cumpra será penalizado em 10 minutos por cada vez que seja chamado á atenção, não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação. Será fornecido aos atletas dos 30km e dos 18km um chip que deverá ser obrigatoriamente colocado na sapatilha sob pena de não ser classificado, a caminhada é não competitiva

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. Distâncias

Os Trilhos dos Pernetas serão realizados no dia 1 de Maio de 2017, em Canedo, Concelho de Santa Maria da Feira e será constituído por 3 eventos:

- Trail Longo com 30km
- Trail Curto com 18km
- Caminhada com 6km

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

Passará por locais de ímpar beleza (Ponte dos Pernetas, Rio Inha, Marco Geodésico, 4 Concelhos, Camouco, etc)

A organização deste evento estará a cargo do Clube Atletismo de Lamas, com a co-organização da Câmara Municipal de Santa Maria da Feira, Junta de freguesia de Canedo e tem como director de prova Carlos Cardoso.

2.2. Programa/Horário

Dia 30 de Abril 2017 (Domingo):

10h/13h – abertura do secretariado para entrega dos dorsais – local a definir

Dia 1 de Maio 2017 (2ª feira):

06h00-8.00h – abertura do secretariado para entrega dos dorsais – local a definir

09h – Partida Trail longo 30km

09h15m – Partida trilhos Trail curto 18km

09h30m – Partida Caminhada 6km

10h30m – Chegada prevista dos primeiros atletas do Trail Curto 18km

11h30m – Chegada prevista dos primeiros atletas do Trail Longo 30km

13h – cerimónia de entrega de prémios

15h30m – encerramento dos Trilhos dos Pernetas (horários sujeitos a alterações)

2.3. Distância / Altimetria

O Trail longo terá a distância aprox. de 30km e um desnível positivo de +-1.700m

O Trail curto terá a distância aprox. de 18km e um desnível positivo de +-850m

A caminhada (não competitiva) terá uma distância de 6km e um desnível positivo de +-200m

2.4. Mapa / Perfil altimétrico / descrição do percurso

A publicar brevemente na página do Facebook da prova

<https://www.facebook.com/TrilhosdosPernetas/?fref=ts>

2.5. Tempo Limite

O tempo limite para o Trail longo será de 6 horas e no Trail curto de 4 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 corredores vassouras” levantar 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 controle de tempos

O controlo de tempos será feito pela empresa www.lap2go.com, com recurso a chip.

2.7. Postos de controle

Haverá postos de controle nos diversos percursos. A definir ainda.

2.8. Locais de abastecimento

Trail curto 18km – terá 2 abastecimentos sólidos+líquido durante e um no final – locais a definir

Trail longo 30km – terá 3 abastecimentos sólidos+líquidos durante e um no final – locais a definir

Caminhada 6km – abastecimento no final debaixo da Ponte do Inha.

NOTA: A organização não disponibiliza copos nos abastecimentos – os atletas deverão transportar consigo copo para líquidos.

2.9. Material obrigatório

Telemóvel e depósito de água em todos os percursos

(Sendo aconselhável manta térmica, camelbak, apito, corta-vento, chapéu ou gorro).

Poderá haver elementos da organização a fazer controle de material aleatório.

NOTA: A organização não disponibiliza copos nos abastecimentos – os atletas deverão transportar consigo copo para líquidos

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

A prova será em estrada aberta, ou seja, todos os atletas terão que ter cuidado ao passar nos troços rodoviários: Mesmo assim a organização terá avisos e sempre que possível voluntários nesses pontos.

2.11. Penalizações / desclassificações

Será penalizado ou desclassificado todo aquele que:

- a: não leve o material obrigatório (desclassificado)
- b: não complete a totalidade do percurso (desclassificado)
- c: detiore ou suje o meio por onde passe (desclassificado)
- 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 anti-desportiva (desclassificado)

h: não passe nos postos de controle (penalizado 3h)

2.12. Responsabilidades perante o atleta/participante

2.13. Seguro desportivo

A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei para a realização deste tipo de prova. O prémio do seguro está incluído no valor da inscrição

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 terão que ser efectuadas na plataforma de inscrições www.lap2go.com, qualquer questão relacionada com as inscrições os atletas devem contactar:

suporte@lap2go.com ou +351 308801674 (custo chamada local)

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

Do dia 01 de Janeiro até ao dia 31 de Março 2017

Trail longo 30km – 12 euros

Trail curto 18km – 10 euros

4º Caminhada 6km – 6 euros

Do dia 1 Abril até ao dia 15 de Abril 2017

Trail longo 30km – 17 euros

Trail curto 18km – 15 euros

4º Caminhada 6km – 10 euros

A organização reserva o direito de fechar as inscrições quando assim o entender, não sendo obrigada a informar os atletas inscritos ou atletas que se queiram inscrever.

Crianças podem participar na caminhada desde que acompanhadas por um adulto inscrito na prova.

(Poderá haver inscrições de última hora se até lá as inscrições não esgotarem)

3.3. Condições de devolução do valor de inscrição

Em momento nenhum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista da prova, a qualquer tempo. Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser efectuadas no prazo máximo até dia 15 de Abril 2017. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos/motivos.

3.4. Material incluído com a inscrição

Trail longo, Trail curto

-dorsal

-seguro de acidentes pessoal

-abastecimentos

-t-shirt técnica

-prémio finisher

Caminhada 6km

-seguro de acidentes pessoal

-abastecimentos

-t-shirt

3.5. Secretariado da prova/horários e local

O local do secretariado será junto à Capela da N.Sra.da Piedade em Canedo.

O horário para entrega dos dorsais:

Domingo 30/4/2017 – das 10.00h – 13.00h

Dia da prova – das 6.00 – 8.00h

3.6. Serviços disponibilizados

Banhos após a prova nos balneários do pavilhão desportivo de Canedo (a 400m da chegada).

4. Categorias e Prémios

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

A entrega dos prémios será no Largo Capela da N.Sra. da Piedade, no dia da prova a partir das 13h.

A falta de comparência no levantamento do prémio implica a sua perda.

4.2. Definição das categorias etárias/ sexo/ individuais e equipas

Escalões:

Masculinos e Femininos

Seniores

M/F40

M/F50

M/F60

Geral equipas (contam os 4 primeiros classificados de cada equipa por género)

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

4.2.1 Prémios

Trail Longo e Trail Curto

Troféus para os 3 primeiros classificados de cada escalão.

4.3 Prazos para reclamação de classificações

Prazo de 1 semana para apresentação de reclamações por email para suporte@lap2go.com

5. Informações

5.1. Direitos de imagem

A inscrição na prova implica a aceitação do presente regulamento e 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.

5.2 Casos omissos

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