



FOZ COA DOURO TRAIL ADVENTURE
REGULAMENTO

Índice

Índice	01
1. Condições gerais	02
1.1. Idade participação nas provas	02
1.2. Inscrição regularizada	02
1.3. Condições físicas	02
1.4. Definição possibilidade ajuda externa	02
1.5. Colocação do dorsal	02
1.6. Regras conduta desportiva	02
2. Prova	03
2.1. Apresentação da prova / organização	03
2.2. Programa	03
2.3. Metodologia de controlo de tempos	06
2.4. Locais de abastecimento	06
2.5. Material recomendado	06
2.6. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário	06
2.7. Penalizações / desqualificações	07
2.8. Responsabilidades perante o atleta / participante	07
2.9. Seguro desportivo	07
3. Inscrições	07
3.1. Processo inscrição (local, página <i>web</i> , transferência bancária)	07
3.2. Valores e períodos de inscrição	07
3.3. Secretariado da prova / horários e locais	09
3.4. Serviços disponibilizados	09
4. Categorias e Prémios	10
4.1. Data, local e hora entrega de prémios	10
4.2. Categorias etárias	10
5. Informações	11
5.1. Como chegar	11
5.2. Onde ficar	11
5.3. Locais a visitar	11
6. Responsabilidade ambiental	11
7. Direitos de imagem	11

1. Condições gerais

1.1. Idade de participação nas provas

Foz Côa Douro Trail Adventure – Prova destinada apenas a atletas maiores de 18 anos.

A prova é realizada **exclusivamente** a solo, **contudo o atleta pode participar em representação de um clube/equipa**.

1.2. Inscrição regularizada

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 de extrema dureza, onde estão presentes em simultâneo, elevada quilometragem, longa duração de tempo para a sua conclusão, terreno extremamente montanhoso com características de alta montanha e grandes desníveis, com trilhos técnicos. O terreno onde se desenrola a prova está sujeito a alterações climatéricas repentinas, pelo que os atletas poderão estar expostos a situações meteorológicas tão diferentes como: calor, frio, vento forte, nevoeiro denso e precipitação intensa. É fundamental que o atleta tenha a noção de autogestão do esforço, quer físico, quer mental, perante situações adversas extremas às quais poderá ficar exposto, sem que seja possível ajuda/resgate imediato. É fundamental o atleta saber como atuar em caso de pequenas lesões, indisposições gástricas, entre outras situações normais, decorrentes de atividades em montanha.

1.4. Possibilidade de ajuda externa

O apoio aos atletas por elementos externos à organização é apenas permitido nos postos de abastecimento, 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 do 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 atleta deverá entregar o dorsal à organização no secretariado da prova, comunicando dessa forma a sua desistência.

1.6. Conduta desportiva

O comportamento inadequado, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou de qualquer outra espécie, será comunicado às autoridades sempre que o ato seja merecedor de tal.

2. Prova

2.1. Apresentação da prova / organização

O Foz Côa Douro Trail Adventure® (FCDTA) é uma organização da Carlos Sá Nature Events, com o apoio do Município de Vila Nova de Foz Côa.

O evento desenrolar-se-á em duas datas distintas:

- Foz Côa Douro Trail Adventure 4 dias/4 etapas: de 15 a 18 de Março de 2018;

- Foz Côa Douro Trail Adventure 8 dias/8 etapas: de 13 a 20 de Outubro de 2018.

Em ambos os casos, 8 ou 4 etapas, existirá a possibilidade de fazer a versão STARTER, na qual os participantes percorrerão uma menor distância na maioria das etapas.

No último dia do FCDTA 4 dias, dia 18 de Março, existirá também o Foz Côa Solidário nas distâncias de 16 Km e 31 Km, provas de apenas um dia, aberta aos atletas em geral, revertendo uma parte do valor angariado para a Santa Casa da Misericórdia de Foz Côa.

Os pontos de interesse passam pelas magníficas paisagens de montanhas e vales em socacos, rasgados pelos rios Douro e Côa, pelos campos agrícolas com as vinhas (dos melhores vinhos do Mundo), amendoeiras em flor e oliveiras. A linha férrea desativada do Tua e do Pocinho, passeios no rio Douro partindo do cais de Pocinho, visita ao Museu do Côa (o maior espólio de arte rupestre do mundo), as aldeias históricas de Castelo Rodrigo e Marialva, as aldeias de Foz Côa, Castelo Melhor, Castelo de Numão, Muxagata, assim como Longroiva (no concelho de Meda) e Pinhão, os mais variados Miradouros e a cidade do Porto, são alguns dos muitos locais de destaque da região.

O turismo gastronómico com iguarias e ingredientes típicos da região, bem como a arte, a cultura, o moderno Museu do Côa, levaram à condecoração da região como Património Mundial da Humanidade em 1998. Nos passeios de barco pelo rio Douro, que partem do cais do Pocinho até Barca d'Alva (na embarcação "Senhora da Veiga", propriedade do Município de Vila Nova de Foz Côa), podemos observar as escarpas e socacos de vinhas do Alto Douro Vinhateiro, também classificado como Património Mundial da Humanidade, que embelezam as margens do rio, reconhecendo a Vila Nova de Foz Côa o estatuto de "Capital da Amendoeira em Flor".

Não existe tempo limite para cada etapa. Poderão, contudo, ser criadas barreiras horárias que inviabilizarão a continuação dos atletas ao longo do percurso, por uma questão de segurança dos mesmos.

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

Haverá também um programa de acompanhantes para famílias e amigos que queiram fazer esta viagem única com os seus atletas!

2.2. Programa

2.2.1 Programa Foz Côa Douro Trail Adventure 4 dias/4 etapas - 15 a 18 de Março de 2018

1º Dia – Quinta-feira 15 de Março

FCDTA 4 Dias Advanced - 14km/1000D+/400D-* (São Xisto – Castelo de Numão)

FCDTA 4 Dias Starter - 14km/1000D+/400D-* (São Xisto – Castelo de Numão)

12h30 - Encontro dos atletas e acompanhantes no largo da Estação de Comboios de Campanhã

13h15 - Partida do Comboio InterRegional da Linha do Douro com destino à Estação de Comboios de Ferradosa

16h14 - Chegada à Estação de Comboios de Ferradosa

16h30 - Partida da 1.a Etapa: São Xisto - Castelo de Numão, 14Km

17h30 - Chegada prevista dos primeiros atletas a Castelo de Numão

18h30 - Chegada prevista dos últimos atletas a Castelo de Numão

18h45 - Partida dos autocarros de transporte dos atletas de Castelo de Numão para o CAR - Centro de Alto Rendimento de Foz Côa

20h00 - Chegada ao CAR

20h30 - Início do jantar no CAR

21h30 - Fim do jantar, briefing técnico e dormida no CAR

2º Dia – Sexta-feira 16 de Março

FCDTA 4 Dias Advanced - 56km/1000D+/1000D-* (Marialva – Foz Côa)

FCDTA 4 Dias Starter - 23km/600D+/700D-* (Cidadelhe – Castelo Melhor)

06h30 - Início do pequeno-almoço no CAR

07h15 - Partida dos autocarros de transporte dos atletas do CAR para Marialva

08h00 - Chegada a Marialva

08h30 - Partida da 2.a Etapa Longa 56Km

09h30 – Partida da 2ª Etapa Starter 23 Km (Cidadelhe)

12h00 – Chegada prevista dos primeiros atletas Starter a Castelo Melhor

13h30 - Chegada prevista dos primeiros atletas a Vila Nova de Foz Côa

14h00 - Início do almoço no CAR

18h30 - Chegada prevista dos últimos atletas a Vila Nova de Foz Côa

19h00 - Início do jantar no CAR

20h30 - Fim do jantar, briefing técnico e dormida no CAR

3º Dia – Sábado 17 de Março

FCDTA 4 Dias Advanced - 24km/200D+/850D-* (Castelo Rodrigo – Barca d'Alva)

07h00 - Início do pequeno-almoço no CAR

08h00 – Início do transporte em autocarro para Castelo Rodrigo

09h00 – Chegada a Castelo Rodrigo

09h30 - Partida da 3.a Etapa: 24Km Castelo Rodrigo – Barca d'Alva

- 10h00** - Partida da 3ª Etapa Starter 12 Km (Escalhão)
- 12h30** - Chegada prevista dos primeiros atletas a Barca D'Alva
- 13h00** - Início do almoço na Barca Sra. da Veiga
- 14h30** - Chegada prevista dos últimos atletas a Barca D'Alva
- 15h00** - Regresso no Cruzeiro Barca D'Alva – Pocinho
- 17h00** - Chegada a Pocinho
- 19h00** - Início do jantar no CAR
- 20h30** - Fim do jantar, briefing técnico e dormida no CAR

4º Dia – Domingo 18 de Março

- FCDTA 4 Dias Advanced - 31km/1200D+/1200D-* (Museu do Côa – Foz Côa)**
- FCDTA 4 Dias Starter - 16km/750D+/650D-* (Museu do Côa – Foz Côa)**
- Foz Côa Solidário - 31km/1200D+/1200D-* (Museu do Côa – Foz Côa)**
- Foz Côa Solidário - 16km/750D+/650D-* (Museu do Côa – Foz Côa)**

- 07h00** - Início do pequeno-almoço no CAR
- 08h00** - Transfer CAR - Museu do Côa
- 08h30** - Visita ao Museu do Côa
- 09h30** - Partida de todas as provas
- 10h40** - Chegada prevista dos primeiros atletas ao Centro de Foz Côa
- 13h30** – Cerimónia de entrega de prémios
- 14h00** - Início de transferes em Carrinhas para o CAR, almoço
- 15h30** - Chegada prevista dos últimos atletas ao Centro de Foz Côa
- 17h20** - Regresso ao Porto em comboio
- 20h35** - Chegada ao Porto

2.2.2 Programa Foz Côa Douro Trail Adventure 8 dias/8 etapas - 13 a 20 de Outubro de 2018

1º Dia – Sábado 13 de Outubro

- FCDTA 8 Dias Advanced – 15km***
- FCDTA 8 Dias Starter – 15km***

- 13h00** - Encontro dos atletas e acompanhantes no Aeroporto do Porto
- 13h15** - Transfer para hotel no Porto
- 13h45** - Check-in dos atletas e acompanhantes no hotel no Porto e entrega dos dorsais aos atletas
- 18h00** - Partida da 1.a Etapa Sunset 15Km - Não competitiva

2º Dia - Domingo 14 de Outubro

- FCDTA 8 Dias Advanced – 21km***
- FCDTA 8 Dias Starter – 13km***

- 09h10** - Transfer dos atletas e acompanhantes do hotel para a Estação de Comboios
- 11h36** - Chegada a Pinhão
- 12h30** - Partida da 2.a Etapa: 21Km vinhas Pinhão
- 14h30** - Chegada prevista do primeiro atleta

- 16h30** - Chegada prevista do último atleta
- 17h45** - Partida do Comboio InterRegional da Linha do Douro com destino à Estação de Comboios do Pocinho
- 18h46** - Chegada à Estação de Comboios do Pocinho
- 19h30** - Sessão de boas vindas com a presença do Presidente da Câmara Municipal de Vila Nova de Foz Côa, Eng. Gustavo Duarte, Porto de honra, lanche e briefing técnico da 3.a e 4.a Etapas
- 20h00** - Início do jantar no CAR - Centro de Alto Rendimento de Foz Côa

3º Dia – Segunda-feira 15 de Outubro

FCDTA 8 Dias Advanced – 30km*

FCDTA 8 Dias Starter – 16km*

- 07h00** - Início do pequeno-almoço no CAR
- 08h00** - Transfer CAR - Museu do Côa
- 08h30** - Visita ao Museu do Côa
- 09h30** - Partida da 3.a Etapa 30Km
- 12h30** - Chegada prevista dos primeiros atletas ao Centro de Foz Côa
- 13h00** - Início de transferes em Carrinhas e do almoço no CAR
- 15h30** - Chegada prevista dos últimos atletas ao Centro de Foz Côa
- 16h00** - Fim do almoço no CAR
- 19h00** - Início do jantar no CAR
- 20h30** - Fim do jantar, briefing técnico e dormida no CAR

4º Dia – Terça-feira 16 de Outubro

FCDTA 8 Dias Advanced – 25km*

FCDTA 8 Dias Starter – 15km*

- 07h00** - Início do pequeno-almoço no CAR
- 08h00** - Entrega dos sacos de mudas de roupa dos Atletas na recepção do CAR
- 08h30** - Partida da 4.a Etapa 25Km
- 10h30** - Chegada prevista dos primeiros atletas a Torre de Moncorvo
- 12h30** - Chegada prevista dos últimos atletas a Torre de Moncorvo
- 13h00** - Início do almoço em Torre de Moncorvo
- 14h30** - Fim do almoço em Torre de Moncorvo
- 14h45** - Partida dos autocarros de transporte dos atletas de Torre de Moncorvo para Alfândega da Fé
- 15h30** - Chegada e visita ao Santuário de Santo Antão da Barca em Alfândega da Fé
- 16h00** - Partida dos autocarros de transporte dos Atletas de Alfândega da Fé para o CAR
- 16h45** - Chegada ao CAR
- 19h00** - Início do jantar no CAR
- 20h30** - Fim do jantar, briefing técnico e dormida no CAR

5º Dia – Quarta-feira 17 de Outubro

FCDTA 8 Dias Advanced – 20km*

FCDTA 8 Dias Starter – 15km*

- 07h00** - Início do pequeno-almoço no CAR
- 08h00** - Início do cruzeiro a Barca D'Alva
- 10h00** - Chegada a Barca D'Alva
- 10h30** - Partida da 5.a Etapa 20Km Alpajares Trail
- 12h30** - Chegada prevista dos primeiros atletas a Barca D'Alva
- 13h00** - Início do almoço na Barca Sra. da Veiga
- 14h30** - Chegada prevista dos últimos atletas a Barca D'Alva
- 15h00** - Regresso Cruzeiro Barca D'Alva – Pocinho
- 17h00** - Chegada a Pocinho
- 19h00** - Início do jantar no CAR
- 20h30** - Fim do jantar, briefing técnico e dormida no CAR

6º Dia – Quinta-feira 18 de Outubro

FCDTA 8 Dias Advanced – 60km*

FCDTA 8 Dias Starter – 16km*

- 06h30** - Início do pequeno-Almoço no CAR
- 07h00** - Partida dos autocarros de transporte dos Atletas do CAR para Castelo Rodrigo
- 08h00** - Chegada a Castelo Rodrigo
- 08h30** - Partida da 6.a Etapa Longa 60Km
- 13h30** - Chegada prevista dos primeiros atletas ao CAR
- 14h00** - Início do almoço no CAR
- 17h00** - Fim do almoço no CAR
- 18h30** - Chegada prevista dos últimos atletas ao CAR
- 19h00** - Início do jantar no CAR
- 20h30** - Fim do jantar, briefing técnico e dormida no CAR

7º Dia – Sexta-feira 19 de Outubro

FCDTA 8 Dias Advanced – 16km*

FCDTA 8 Dias Starter – 16km*

- 07h00** - Início do pequeno-almoço no CAR
- 07h30** - Check-out e entrega de todas as malas dos atletas e acompanhantes na recepção do CAR
- 08h00** - Partida dos autocarros para Castelo de Numão
- 08h30** - Chegada a Castelo de Numão
- 09h00** - Partida da 7.a Etapa 16Km Circular
- 10h30** - Chegada prevista dos primeiros atletas a Castelo de Numão
- 12h00** - Chegada prevista dos últimos atletas a Castelo de Numão
- 12h30** - Transfer para Longroiva Hotel & Termal SPA

- 13h30** - Início do almoço no Longroiva Hotel & Termal SPA
- 17h00** - Partida autocarros Marialva (Aldeia Histórica de Portugal)
- 17h15** - Chegada a Marialva (Aldeia Histórica de Portugal)
- 17h30** - Partida Etapa Opcional 12km (Marialva - Longroiva)
- 18h15** - Chegada prevista dos primeiros atletas a Longroiva Hotel & Termal SPA
- 19h00** - Chegada prevista dos últimos atletas a Longroiva Hotel & Termal SPA
- 19h30** - Início do jantar no Longroiva Hotel & Termal SPA
- 20h30** - Fim do jantar, briefing técnico e dormida no Longroiva Hotel & Termal SPA

8º Dia – Sábado 20 de Outubro

FCDTA 8 Dias Advanced – 21km*

FCDTA 8 Dias Starter – 10km*

- 07h00** - Início do pequeno-almoço no Longroiva Hotel & Termal SPA
- 08h00** - Check-Out e partida dos autocarros de transporte dos atletas e acompanhantes, do Longroiva Hotel & Termal SPA para o Centro de Foz Côa
- 08h20** - Chegada a Foz Côa
- 09h00** - Partida 8ª Etapa
- 10h00** - Chegada prevista dos primeiros atletas
- 11h40** - Chegada prevista dos últimos atletas ao CAR
- 13h30** - Início do almoço no Museu do Côa, Entrega de Prémios e festa de encerramento
- 16h30** - Transfer para a Estação de Comboios do Pocinho
- 17h20** - Transfer Pocinho - Porto Campanhã
- 20h35** - Chegada a Porto Campanhã (Fim da atividade)

***NOTA: As distâncias e a altimetria podem sofrer alterações.**

2.3. Metodologia de controlo de tempos

Controlo realizado através dum chip que o atleta tem de validar em cada um dos postos de controlo. A não entrega e/ou perda de um chip à organização é da exclusiva responsabilidade do participante. Ficarão a cargo dos participantes todos os custos associados à sua reposição. Os controlos intermédios estarão em lugar a definir pela organização.

2.4. Locais de abastecimento

Esta prova realiza-se em semi-autonomia, sendo fundamental que cada atleta se faça acompanhar de uma quantidade mínima de calorias e líquidos para cada etapa, de forma a satisfazer as suas necessidades entre abastecimentos. Os abastecimentos líquidos/sólidos terão uma distância aproximada entre si, em média, de cerca de 10 km.

2.5. Material recomendado

- Reserva alimentar;
- Reservatório para líquidos com pelo menos 0,5l de capacidade;
- Manta de sobrevivência;
- Apito;
- Impermeável;
- Telemóvel;
- Frontal;
- Dispositivo que permita visualizar coordenadas geográficas e altimetria – GPS ou outro que tenha esta funcionalidade.

2.6. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

A organização terá um sistema de segurança ao longo de todo o percurso, contudo, dado que será impossível realizar corte de tráfego rodoviário nalgumas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito nas estradas de uso público, devendo ainda respeitar o meio envolvente ao percurso, tendo consciência de que o percurso pode atravessar propriedade privada sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

2.7. Penalizações / desqualificações

Os atletas deverão cumprir este regulamento e ter uma conduta desportiva e ambiental adequadas, em cumprimento com as normas da Lei Portuguesa.

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

2.8. Responsabilidades perante o atleta / participante

A inscrição na prova implicará total aceitação do presente regulamento. Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais, ou de qualquer outra natureza, a si mesmos e/ou a terceiros. A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente, de negligência, ou de roubo de objetos e/ou valores, de cada participante. Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de responsabilidade resultante dos atos acima descritos.

2.9. Seguro desportivo

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

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição (local, página web, transferência bancária)

A inscrição é realizada *online* através do site www.fozcoadourotrailadventure.com

3.2. Valores e períodos de inscrição

FCDTA 4 Dias - limite de 100 atletas

Até 31 de Dezembro 2017 – **490€ Preço promocional 1ª edição** (30% de desconto); 700€ em edições futuras.

Até 28 de Fevereiro – **525€ Preço promocional 1ª edição** (30% de desconto); 750€ em edições futuras.

Inclui:

- *Transfers* entre etapas todos os dias;
- 3 Noites em hotel com pequeno-almoço incluído, em quarto single ou duplo (quartos duplos têm número limitado 11);
- 3 Jantares;
- 3 Lanches (final de cada etapa);
- Cruzeiro Rio Douro, Barca D'alva - Pocinho.
- Seguro de acidente pessoal;
- Serviço de proteção e socorro;
- Abastecimentos líquidos e sólidos +/- a cada 10km;
- Prémio finalista;
- Oferta alusiva à prova;
- Outras ofertas e serviços que a organização venha a conseguir.

Não inclui:

- Voo ou deslocação até Porto;
- Massagens (10€ cada);
- Outros serviços não especificados acima.

(Não são permitidas alterações aos dados dos participantes após o dia 28 de Fevereiro.)

Em caso de desistência, ficará o montante desta edição em crédito para o mesmo atleta, em exclusivo para a edição de 2019 numa prova do Foz Côa Douro Trail Adventure, de acordo com a seguinte tabela:

Desistências	Montante em crédito
Até 01 de Janeiro	100%
Até 31 de Janeiro	75%
Até 15 de Fevereiro	50%
Até 28 de Fevereiro	25%

Desistência em caso de lesão, devidamente comprovada com relatório médico:

Desistências em caso de lesão	Montante em crédito
Até 31 de Janeiro	100%
Até 15 de Fevereiro	75%
Até 28 de Fevereiro	50%

FCDTA 8 Dias - limite de 100 participantes

Até 31 de Março – **980€ Preço promocional 1ª edição** (30% de desconto); 1.400€ em edições futuras.

Até 30 de Setembro – **1.050€ Preço promocional 1ª edição** (30% de desconto); 1.500€ em edições futuras.

Inclui:

- *Transfers* do Aeroporto do Porto para o início da corrida e final da corrida para o aeroporto;
- *Transfers* entre etapas todos os dias;
- 6 Noites em (hotel CAR) com pequeno-almoço incluído, em quarto single ou duplo (quartos duplos têm número limitado 11);
- 1 Noite em (hotel spa Longroiva) em quarto single, duplo ou triplo (single têm número limitado)
- 7 Jantares;
- 7 Lanches (final de cada etapa);
- Cruzeiro Rio Douro, Pocinho - Barca D'alva - Pocinho.
- Seguro de acidente pessoal;
- Serviço de proteção e socorro;
- Abastecimentos líquidos e sólidos +/- a cada 10km;
- Prémio finalista;
- Oferta alusiva à prova;
- Saco de desporto tipo "*expedition bag*";
- Outras ofertas e serviços que a organização venha a conseguir.

Não inclui:

- Voo ou deslocação até ao Porto;
- Massagens (10€ cada);
- Outros serviços não especificados acima.

(Não são permitidas alterações aos dados dos participantes após o dia 30 de Setembro.)

Em caso de desistência, ficará o montante desta edição em crédito para o mesmo atleta, em exclusivo para a edição de 2019 duma prova do Foz Côa Douro Trail Adventure, de acordo com a seguinte tabela:

Desistências	Montante em crédito
Até 31 de Janeiro	100%
Até 31 de Julho	75%
Até 31 de Agosto	50%
Até 30 de Setembro	25%

Desistência em caso de lesão, devidamente comprovada com relatório médico:

Desistências em caso de lesão	Montante em crédito
Até 31 de Março	100%
Até 31 de Agosto	75%
Até 30 de Setembro	50%

Foz Côa Solidário 16Km – 15€ (inclui seguro de acidentes pessoais, dorsal, abastecimentos, reforço alimentar na meta, Jersey, bem como outras ofertas que a organização venha a conseguir).

Foz Côa Solidário 31Km – 20€ (inclui seguro de acidentes pessoais, dorsal, abastecimentos, reforço alimentar na meta, Jersey, bem como outras ofertas que a organização venha a conseguir).

3.3. Secretariado da prova / horários e locais

FCDTA 4 Dias – Quinta-feira 15 de Março

13h15 – 16h14: Funcionamento do secretariado/ levantamento de dorsais (durante a viagem de comboio)

Foz Côa Solidário – Domingo 18 de Março

08h00 – 09h30: Funcionamento do secretariado/ levantamento de dorsais (Museu do Côa)

FCDTA 8 Dias – Sábado 13 de Outubro

13h30 – 15h00: Funcionamento do secretariado/ levantamento de dorsais (Hotel no Porto)

3.4. Serviços disponibilizados

- Transporte até à meta, em caso de desistência;
- Outros serviços que a organização consiga garantir até ao dia do evento serão posteriormente anunciados.

4. Categorias e Prémios

4.1. Data, local e hora entrega de prémios

As cerimónias de entrega de prémios decorrerão nos seguintes dias e horários:

- Foz Côa Solidário: 18 de Março às 13h30 no centro de Vila Nova de Foz Côa;
- FCDTA 4 dias: 18 de Março às 13h30 no centro de Vila Nova de Foz Côa;
- FCDTA 8 dias: 20 de outubro às 12h00 na Câmara Municipal de Foz Côa.

4.2. Categorias

A classificação será a solo, independentemente das idades dos atletas que as compõem.

Prémios

Foz Côa Douro Trail Adventure 4 Dias Advanced / 8 Dias Advanced

Foz Côa Solidário 31 Km/Foz Côa Solidário 16 Km

Masculino:

1º – Troféu, inscrição 2019

2º – Troféu

3º – Troféu

Feminino:

1º – Troféu, inscrição 2019

2º – Troféu

3º – Troféu

Foz Côa Douro Trail Adventure 4 Dias Starter / 8 Dias Starter

Masculino:

1º – Troféu

2º – Troféu

3º – Troféu

Feminino:

1º – Troféu

2º – Troféu

3º – Troféu

5. Informações

5.1. Como chegar

Se viajar de fora do país pode escolher o Aeroporto Internacional do Porto. O transfer de ida e volta para a prova está incluído no preço da inscrição, em hora e local a combinar.

5.2. Onde ficar

O alojamento durante as etapas está incluído no preço da inscrição.

5.3. Locais a visitar

Na zona envolvente à prova são inúmeros os locais a visitar. Informações detalhadas na página do município de Vila Nova de Foz Côa.

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 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.