

II Trail Vale das Éguas 2018

REGULAMENTO

O II Trail Vale das Éguas é organizado pelo ARCUDA, Associação Recreativa, Cultural e Desportiva de Albergaria dos Doze, com morada no Parque Desportivo de Vale das Éguas, 3100-081 Albergaria dos Doze, Pombal.

A organização do II Trail Vale das Éguas tem como objetivo promover a prática desportiva no concelho de Pombal, será realizado no dia 29 de abril de 2018, com partida e chegada no Parque Desportivo de Vale das Éguas (coordenadas GPS 39.7851 -8.5855).

1. PROVA

1.1. O II Trail Vale das Éguas será constituído por 4 provas:

- Trail com a distancia de 16 Km
- Mini Trail com a distância de 8 km;
- Caminhada com a distância de 8 km;
- Caminhada curta “Avós e Netos” de 4 km.

Ambas as caminhadas não terão classificações nem controlo de tempos.

(Km sujeitos a alterações)

1.2. Programa/Horário II Trail Vale das Éguas

28 de Abril de 2018

16h00 às 19h00 - Abertura do secretariado para entrega de kit no Parque Desportivo de Vale das Éguas.

29 de Abril de 2018

07h30 - Abertura do secretariado e entrega de kit no Parque Desportivo de Vale das Éguas

08h45 - Encerramento da entrega dos kits

09h00- Partida do Trail & Mini Trail Vale das Éguas

09h30 - Partida Caminhada & Caminhada curta

13h00 – Encerramento das provas.

(horários sujeitos a alterações)

1.3. Mapa / Perfil Altimétrico / Descrição do Percurso

Os elementos referentes à descrição do percurso, o mapa com indicação do mesmo e respetivo perfil altimétrico serão disponibilizados em tempo oportuno, e publicados para consulta no dia da prova no Parque desportivo de Vale das Éguas.

1.4. Metodologia de controlo de tempos

Os tempos obtidos serão cronometrados eletronicamente, por chip, encerrando este serviço 04h00 depois do sinal de partida para o Trail. Os atletas que entrem na meta depois de encerrado o controlo não serão classificados.

1.5. Postos de controlo

A prova terá postos de controlo definidos pela organização.

1.6. Postos de abastecimento

Serão disponibilizados brevemente.

1.7. Material obrigatório

- Telemóvel;
- Depósito de água 500ml (a organização não irá fornecer copos para abastecimento);
- Tendo em conta eventuais condições climatéricas, será aconselhável: corta-vento, chapéu e protetor solar.

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

A prova irá decorrer em poucos troços de passagem com tráfego rodoviário. A prova será em “open road”, pelo que, o atravessamento de estradas públicas deve merecer a máxima atenção por parte de todos os atletas. Haverá voluntários nesses pontos do percurso para sinalizar o potencial perigo.

1.9. Penalizações / desclassificações

Será penalizado ou desclassificado todo o atleta que:

- a) Não leve o material obrigatório (desclassificado);
- b) Não complete a totalidade do percurso (desclassificado);
- c) Deteriore ou suje o meio por onde passe (desclassificado);
- d) Não leve o dorsal bem visível (penalizado em 15m);
- e) Alteração do dorsal (desqualificação);

- f) Ignore as indicações da organização (penalizado em 1h);
- g) Tenha alguma conduta antidesportiva (desclassificado);
- h) Não passe nos postos de controlo (desclassificado).

A Organização poderá ainda desclassificar qualquer atleta que tenha uma conduta poluidora. O atleta terá de ser responsável pelo transporte das embalagens usadas durante a prova.

1.10. Responsabilidade perante o atleta/ participante

O ato da inscrição implica a aceitação do presente regulamento.

1.11. Seguro desportivo

O II Trail Vale das Éguas terá um seguro de acidentes pessoal para todos os atletas devidamente inscritos. O seguro estará de acordo com a legislação em vigor (Dec. Lei 10/2009), que obriga todos os promotores e organizadores de eventos desportivos à realização de seguro de acidentes pessoais com os seguintes capitais mínimos obrigatórios:

- a) Morte — € 27.389;
- b) Despesas de funeral — € 2.192;
- c) Invalidez permanente absoluta — € 27.389;
- d) Invalidez permanente parcial — € 27.087, ponderado pelo grau de incapacidade fixado;
- e) Despesas de tratamento e repatriamento — € 4.383.

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 efetivar a participação ao seguro.

2. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

2.1. Idade de participação nas diferentes provas

O II Trail Vale das Éguas é uma prova que percorre trilhos e caminhos em locais rurais e florestais no concelho de Pombal, na freguesia de Albergaria dos Doze.

O Trail e Mini Trail estão abertos a maiores de idade (18 anos) e ambas as Caminhada aberta a menores desde que acompanhados por uma pessoa maior de idade.

2.2. Inscrição regularizada

As inscrições terão que ser feitas através do preenchimento dos formulários disponibilizados pela organização no site www.lap2go.com; ou no Fagulhas Bar (Bombeiros) para quem tenha

dificuldades ou não seja utilizador de internet, no entanto as mesmas serão regularizadas mais tarde, pela organização, no site indicado.

No momento do levantamento do dorsal só é necessário levar documento de identificação referente à inscrição.

2.3. Condições físicas

Para participar no II Trail Vale das Éguas é indispensável a aceitação dos seguintes aspetos referentes à própria condição física do atleta, a saber:

- 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 ter 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. 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;

2.4. Definição possibilidade de ajuda externa

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência constituídas por bombeiros para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem. Os atletas podem receber ajuda externa durante a prova desde que, seja nas zonas identificadas pela organização, não haja interferência com outro atleta e que não beneficie o seu desempenho na prova.

2.5. Colocação dorsal

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado à frente do atleta e de preferência a altura do peito. O atleta infrator será penalizado em 2 minutos por cada vez que seja chamado à atenção, não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena do atleta ser desclassificado. O chip deve ser colocado no calçado para eficaz leitura por parte do sistema de cronometragem, sob pena dos resultados serem inválidos.

2.6. Em caso de desistência durante a prova o atleta terá de imediato de informar a organização (em qualquer posto de controlo ou pelo telefone disponibilizado no dorsal); e devolver o dorsal à organização.

2.7. 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.

3. INSCRIÇÕES

3.1. As inscrições terão de ser feitas através do preenchimento dos formulários disponibilizados pela organização no site www.lap2go.com.

Cada atleta receberá uma referência multibanco que é gerada no momento da inscrição. O atleta terá a partir desse momento 72 horas (3dias) para regularizar o pagamento, período após o qual a inscrição é anulada, sendo necessário fazer novamente a inscrição.

Depois de efetuado o pagamento, dentro do período de 72h), o atleta irá receber um e-mail a confirmar o pagamento/ inscrição.

Para as pessoas com dificuldades nas inscrições ou que não tenham acesso à internet poderão fazer a sua inscrição no Fagulhas Bar (Bombeiros) deixando os dados necessários para tal, assim como o pagamento imediato. Estas mesmas inscrições serão à posteriori colocadas pela organização na plataforma da Lap2go.

3.2. Valores e período de inscrição

As inscrições encerram no dia 24 de abril.

Taxas de inscrição até 20 de abril:

- Trail e Mini Trail - 10 Euros
- Ambas as Caminhadas – 5 Euros

De 21 a 24 de abril as taxas terão um agravamento:

- Trail e Mini Trail - 12 Euros
- Ambas as Caminhadas – 7 Euros

Os atletas federados pagam o mesmo valor em todos os prazos de inscrição.

3.2.1 Lotação

A prova terá inscrições limitadas a 150 vagas para o Trail e Mini Trail; e 200 vagas para ambas as Caminhadas.

3.3. Condições de devolução do valor de inscrição

Em momento algum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista de participar na prova. Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser efetuadas no prazo máximo de 15 dias de antecedência à realização da prova. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos e motivos por parte da organização.

3.4. Material incluído com a inscrição

3.4.1 Trail/ Mini Trail

- Dorsal;
- Chip
- Seguro de acidentes pessoal;
- Abastecimentos;
- T-shirt técnica;
- 1 peça de fruta à chegada
- Banhos
- Outros brindes que organização consiga angariar.

3.4.2 Caminhadas

- Seguro de acidentes pessoal;
- Abastecimentos;
- T-shirt;
- 1 peça de fruta à chegada
- Banhos
- Outros brindes que organização consiga angariar.

3.5 Refeição rápida

Poderá ser adquirida uma refeição rápida pelos atletas e/ ou acompanhantes pelo preço de 3,00 € (incluí uma sandes de pernil e uma bebida).

4. Categorias e Prémios

4.1. Os prémios serão entregues no local assim que estejam reunidas as condições.

Serão entregues troféus aos 3 primeiros classificados por escalão e por prova, assim como aos primeiros classificados da geral individual/ sexo:

4.2. Categorias:

	FEMININO	MASCULINO
18 a 34	Sénior F	Sénior M
35 a 80	Veterano F	Veterano M

5. Outras informações

5.1. Marcação e controlos

O percurso estará marcado com fitas sinalizadoras e placas/ setas, sendo obrigatória a passagem pelos controlos estabelecidos.

5.2. 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.

5.3. 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.

5.4. Apoio e emergência

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem.

5.5. Casos omissos

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

5.6. Diversos

Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar as regras de viação nos cruzamentos da estrada.

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova se as condições assim o obrigarem.

Poderão seguir o evento pelo Facebook:

<https://www.facebook.com/events/593254894359426/>

Este regulamento ainda pode ser alterado de modo a que fique mais completa a informação.