

ALFUSQUEIRO TRAIL 2019

7 JULHO

PRAIA FLUVIAL DO ALFUSQUEIRO – PRÉSTIMO / ÁGUEDA

REGULAMENTO

1 – O EVENTO

Evento desportivo, nas vertentes de Trail e Caminhada, a realizar no dia 7 de julho de 2019, com início e fim na Praia Fluvial do Alfusqueiro. A prova percorre alguns locais e lugares circundantes ao rio Alfusqueiro, explorando os respetivos espaços naturais.

O Alfusqueiro Trail 2019 é composto por duas provas competitivas de aproximadamente 32 Km e 17 Km e uma caminhada de 10 Km.

2 – PERCURSO

32K – Terá partida às 8:00h na PRAIA FLUVIAL DO ALFUSQUEIRO, num percurso circular de cerca de 32 km.

17K – Terá partida às 8:30h na PRAIA FLUVIAL DO ALFUSQUEIRO, num percurso circular de cerca 17 km.

10K (CAMINHADA) – Terá partida às 9:00h na PRAIA FLUVIAL DO ALFUSQUEIRO, num percurso circular de 10 km. Durante a caminhada será possível assistir às passagens dos atletas das provas competitivas.

3 – PARTICIPANTES

TRAIL: só poderão participar indivíduos com mais de 18 anos, desde que gozem de boa saúde e se encontrem com uma preparação física e psíquica, apta a esforços longos. A Organização não se responsabiliza por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela sua participação, aconselhando os participantes a atestarem a sua condição física pelas vias médicas adequadas. Até aos 17 anos, apenas participarão os atletas com termo de responsabilidade do Encarregado de Educação

CAMINHADA: destina-se a todos os indivíduos masculinos e femininos, cuja condição física o permita.

4 – CLASSIFICAÇÃO

TRAIL 32K e 17K

Idade	Escalões	
	Masculinos	Femininos
18 a 39 anos	SENIORES	SENIORES
40 a 49 anos	VETERANOS M40	VETERANAS F40
50 anos ou mais	VETERANOS M50	VETERANAS F50

5 – PRÉMIOS

GERAL – TRAIL 32K e 17K

Classificação Geral	Masculino/Feminino	Equipa
1º Lugar	Troféu	Troféu
2º Lugar	Troféu	Troféu
3º Lugar	Troféu	Troféu

Nota: a classificação por equipas será atribuída em função dos 3 melhores classificados da geral.

ESCALÕES – TRAIL 32K e 17K

Classificação	Masculino/Feminino
1º Lugar	Troféu
2º Lugar	Troféu
3º Lugar	Troféu

PRÉMIO EQUIPA MAIS NUMEROSA

A entregar à equipa com maior número de elementos inscritos no total das três provas (32K, 17K e Caminhada-10K)

6 – MATERIAL OBRIGATÓRIO / RECOMENDADO

Material obrigatório:

Telemóvel, manta térmica, apito, depósito com líquido (mínimo 0,5L) e copo.

Material recomendado:

Corta-vento / impermeável (mediante condições climatéricas).

7 – INFORMAÇÃO SOBRE PASSAGEM DE LOCAIS COM TRAFEGO RODOVIÁRIO

Os participantes devem ter em consideração o facto de poder haver viaturas, pessoas e animais a circular num ou noutro sentido dos percursos da prova. Os participantes devem, por isso, cumprir as regras de trânsito nas estradas de uso público, devendo ainda respeitar o meio envolvente ao percurso. O atravessamento de estradas públicas deve merecer a máxima atenção por parte dos participantes.

8 – INSCRIÇÃO/PAGAMENTO

As inscrições abrem no dia 01 de março de 2019 e encerram a 30 de junho de 2019 (23h59m).

As inscrições poderão ser efetuadas na página da LAP2GO.

Inscrições Online na plataforma Lap2go com pagamento automático – Referências Multibanco. Todo o processo é automático, incluindo a atribuição de dorsal. Organizador acompanha evolução das inscrições em multiplataforma, com uma área privada.

9 – REFORÇO ALIMENTAR (FINAL)

A organização disponibiliza a todos os participantes um reforço alimentar e uma bebida no final do evento.

10 – VALOR DA INSCRIÇÃO

1ª fase (até 09 de junho)

32K – 15 euros

17K – 15 euros

10K – 8 euros

2ª fase (10 a 30 de junho)

32K – 17 euros

17K – 17 euros

10K – 10 euros

11 – NÚMERO DE VAGAS

32K – 200 participantes

17K – 300 participantes

10K – 300 participantes

12 – INCLUIDO COM A INSCRIÇÃO

Trail 32K, 17K e Caminhada 10K: dorsal, t-shirt técnica, seguro desportivo, abastecimentos, banhos e outros brindes que a organização consiga obter.

Prémio Finisher só para finalistas do Trail 32K e 17K.

Notas importantes:

Não serão devolvidas taxas de inscrição.

Os atletas são responsáveis por verificar se todos os seus dados se encontram corretos nas listas de inscritos, entretanto publicadas.

13 – SECRETARIADO E DORSAIS

O Secretariado para entrega dos dorsais e KIT de participação funcionará:

- No sábado, dia 06 de julho, no Centro Comercial Diana, em Águeda, das 15:00 às 19:00 horas.
- No domingo, dia 07 de julho, na Praia Fluvial do Alfusqueiro, junto ao local da meta: das 6:30 às 7:30 (trail 32K); das 6:30 às 8:00 (trail 17K); das 6:30 às 8:30 (Caminhada 10K).

Todos os atletas devem proceder ao levantamento dos dorsais, no Secretariado, nos períodos indicados.

14 – SEGURANÇA

Os atletas ficam obrigados a manter-se atrás da linha de partida, na zona do aquecimento, até ao momento de chamada.

O percurso das provas estará marcado com fitas e placas.

Só é permitido o abastecimento de água ou outros produtos aos atletas nos locais indicados pela Organização, nas chamadas zonas de abastecimento.

No dorsal do atleta serão indicados números de telefone da Organização, a serem usados em caso de emergência.

À organização, reserva-se o direito de poder anular a prova a qualquer momento, caso as condições atmosféricas ponham em risco a integridade física dos atletas.

15 – IDENTIFICAÇÃO

Ao inscrever-se no ALFUSQUEIRO TRAIL 2019, será atribuído, aos concorrentes, um número de identificação individual (dorsal).

16 – ABASTECIMENTOS

A Organização responsabiliza-se pela hidratação de todos os atletas participantes; assim, será distribuída água, fruta e bebida isotónica em todos os abastecimentos e na chegada haverá um reforço com líquidos e sólidos.

32K – 3 Abastecimentos, SÓLIDOS E LIQUÍDOS.

17K – 2 Abastecimentos, SÓLIDOS E LIQUÍDOS.

10K – 1 Abastecimento, SÓLIDOS E LIQUÍDOS.

**A informação dos pontos de abastecimento será oportunamente publicada nos canais de comunicação do evento.*

Por motivos ambientais não serão distribuídas garrafas de água aos atletas do Trail e da Caminhada. Os atletas deverão, nas zonas de abastecimento, encher o seu reservatório.

17 – RESPONSABILIDADE

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. A organização reserva-se no direito de divulgar imagens desta atividade nos meios de comunicação social e em suportes de comunicação da organização.

17.1 – 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. A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

18 – DUCHE

A Organização disponibiliza duche aos atletas, a efetuarem-se nas instalações do antigo Jardim de Infância de Á-dos-Ferreiros.

19 – PROGRAMA (sujeito a pequenas alterações)

DOMINGO 07 julho

07:40h – Controle zero **TRAIL 32K**;

07:50h – Briefing geral aos participantes **TRAIL 32K**;

08:00h – Partida do **TRAIL 32K**;

08:10h – Controle zero **TRAIL 17K**;

08:20h – Briefing geral aos participantes **TRAIL 17K**;

08:30h – Partida do **TRAIL 17K**;

08:45h – Briefing geral aos participantes **CAMINHADA 10K**;

09:00h – Partida da **CAMINHADA 10K**;

14:00h – Cerimónia de entrega de prémios;

15:00h – Encerramento do **ALFUSQUEIRO TRAIL 2019**

20 – INFORMAÇÕES E CONTACTOS

<https://www.facebook.com/Alfusqueiro-TRAIL-1509206289293776/?ref=hl>

<https://www.trailalfusqueiro.wix.com/atac>

Tel. +351960212697 / +351917063241 / +351965650055 / +351919067382

21 – COORDENADAS GPS DO LOCAL DO EVENTO

40°37'29.1"N 8°21'40.5"W

22 – CASOS OMISSOS

Os casos omissos a este regulamento serão decididos pela organização, a qual será soberana.

23 – NORMAS DE CONDUTA

Todos os participantes deverão:

1. Conhecer e aceitar as condições do presente regulamento.
2. Efetuar corretamente a inscrição.
3. Aceitar participar no evento voluntariamente e sob sua própria responsabilidade na competição e por conseguinte, concordar em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes.
4. Estar conscientes da distância e das particularidades das provas e estarem suficientemente treinados para isso.
5. Saber enfrentar problemas físicos e mentais resultantes da fadiga, problemas digestivos, articulares e dores musculares, tendo a consciência de que não é papel da organização ajudar um atleta a ultrapassar estes problemas e que tal depende principalmente da sua capacidade em adaptar-se às situações problemáticas decorrentes deste tipo de competição.
6. Saber que as provas são de participação individual, e que não podem fazer-se acompanhar de animais.
7. Aceitar que, caso desistam de participar nas provas em que se encontram inscritos, a organização não devolverá o valor das respetivas inscrições.
8. Saber que não se aceitam alterações dos dados pessoais fornecidos pelos participantes após o termo das inscrições.

9. Saber que não deverão abandonar embalagens vazias ou qualquer outro tipo de lixo nos percursos das provas preservando a natureza e locais de passagem das provas.

24 – DESCLASSIFICAÇÃO DE PARTICIPANTES

Caso não cumpram o regulamento do ALFUSQUEIRO TRAIL 2019.

Caso não completem a totalidade do percurso em que se encontram inscritos.

Caso não levem o seu número de dorsal bem visível.

Caso ignorem as recomendações da organização do ALFUSQUEIRO TRAIL 2019.

Caso demonstrem uma conduta antidesportiva.

25 – TROFÉU DE TRAIL TERRAS DE ÁGUEDA

O Alfusqueiro Trail 2019 é a quarta prova a contar para o Troféu Trail Terras de Águeda, da responsabilidade da Câmara Municipal de Águeda. Só a prova de 17K contará para o referido troféu.

O regulamento deste troféu pode ser consultado em <https://www.trailterrasdeagueda.pt/>