

# TRAIL SANTA MARTA

#ALDEIA DURA#



Organização: Associação cultural, Recreativa e Desportiva de Stª Marta-Alvre

Aguiar de Sousa | Paredes

## *Regulamento*

### 1. Condições de participação

#### 1.1. Idade participação diferentes provas

O Trail Santa Marta é uma prova que percorre trilhos e caminhos na serra de Aguiar de Sousa e Sobreira no concelho de Paredes, com partida e chegada na antiga Escola Primária de Alvre. O Trail está aberto 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 dum Formulário de inscrição, na plataforma Lap2go, não sendo necessário enviar comprovativo de pagamento para a organização. 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 fisicamente 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 e chuva.
- 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.**



TRAIL SANTA MARTA – ALVRE  
#ALDEIA DURA#  
III EDIÇÃO  
19 DE MAIO DE 2019

#### 1.4. Definição possibilidade de ajuda externa

Os atletas não podem receber ajuda externa fora dos locais dos abastecimentos sob pena de desclassificação.

#### 1.5. Colocação dorsal e chip

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado à frente do atleta e de preferência a altura do peito. Será fornecido aos atletas dos 23Km e dos 14Km um chip que deverá ser obrigatoriamente colocado na sapatilha para comunicação posterior dos tempos utilizados para percorrer o percurso do trail, a caminhada não terá dorsal e chip.

#### 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.

#### 1.7. Comunicação e contato com a organização

Qualquer contato com a organização deverá ser efetuado pelo formulário de contato existente na página de Facebook 'Trail Santa Marta' ou para o contato 916756604 (Ricardo Cunha).

## 2. Prova

### 2.1. Apresentação da prova(s) Organização

O Trail Santa Marta será realizado no dia 19 de maio de 2019, em Alvre – Aguiar de Sousa, pela Serra Picoto, Alto de Facho, Serra Santa Iria e com passagem pela Nossa Senhora do Salto e constituído por três eventos:

- Trail Longo: 23 Km
- Trail Curto: 14 Km
- Caminhada: 10 Km

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

**Passará por locais paradisíacos e de ímpar beleza!!**



TRAIL SANTA MARTA – ALVRE  
#ALDEIA DURA#  
III EDIÇÃO  
19 DE MAIO DE 2019

## 2.2. Programa/Horário

**Dia 18 de Maio de 2019(Sábado):**

14:00h – 20:00h: Abertura do secretariado/entrega de dorsais (Escola Primária de Alvre)

**Dia 19 de Maio de 2019(Domingo):**

07:00h: Abertura do staff/entrega dos dorsais

09:00h: Partida Trail Santa Marta 23Km

09:15h: Partida Trail Santa Marta 14Km

09:30h: Caminhada 10Km

10:30h: Chegada prevista dos primeiros atletas do Trail curto 14Km

11:00h: Chegada prevista dos primeiros atletas do Trail longo 23Km

11:00h: Chegada prevista dos primeiros atletas da Caminhada 10Km

13:30h: Cerimónia de entrega de prémios do Trail Santa Marta

## 2.3. Distância

O Trail Santa Marta terá a distância de 23Km e de 14Km, cujo o trajeto e altimetria disponibilizamos em anexo.

A caminhada +/- 10Km (não competitivo) cujo o trajeto e altimetria disponibilizamos em anexo.



TRAIL SANTA MARTA – ALVRE  
#ALDEIA DURA#  
III EDIÇÃO  
19 DE MAIO DE 2019

#### 2.4. Tempo Limite

O tempo limite para o Trail Santa Marta será *de 6 horas*.

Ultrapassando o tempo de passagem limite os atletas serão barrados pelas “vassouras”, pois nem a organização nem os serviços de assistência podem garantir a sua segurança, podendo “os corredores vassouras” levantarem 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.

#### 2.5. Metodologia de controlo de tempos

O controlo de tempos será feito pela empresa que faz a gestão da cronometragem, Lap2go.

#### 2.6. 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. A organização terá durante o percurso postos de controlo onde os atletas terão de parar a fim de ser registado o controlo no seu dorsal. Os atletas devem respeitar a ordem de chegada ao controlo.

#### 2.7. Material obrigatório

Telemóvel e depósito de água.

Haverá elementos da organização a fazer controle de material aleatório.

Os locais por onde passam os atletas são de beleza ímpar, pelo que assim todos os atletas terão que trazer o seu próprio copo ou depósito de água para ser utilizado no abastecimento (a organização não disponibiliza copos).



TRAIL SANTA MARTA – ALVRE  
#ALDEIA DURA#  
III EDIÇÃO  
19 DE MAIO DE 2019

## 2.8. Exclusões

Será excluído todo aquele que:

- a) Não complete a totalidade do percurso
- b) Detiore ou suje o meio por onde passe
- c) Ignore as indicações da organização
- d) Tenha alguma conduta antidesportiva
- e) Não passe nos postos de controlo

## 2.9. Responsabilidades perante o atleta/participante

### 2.9.1. Seguro Desportivo

O evento terá um seguro de acidentes pessoais para todos os atletas devidamente inscritos, o qual 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 - € 25.000;
- b) Despesas de funeral - € 2.167;
- c) Invalidez permanente absoluta - € 25.000;
- d) Invalidez permanente parcial - € 25.000, ponderado pelo grau de incapacidade fixado;
- e) Despesas de tratamento e repatriamento - € 4.335.

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.



TRAIL SANTA MARTA – ALVRE  
#ALDEIA DURA#  
III EDIÇÃO  
19 DE MAIO DE 2019

### 3. Inscrições

#### 3.1. Processo Inscrição

As inscrições terão que ser efetuadas na plataforma de inscrições da Lap2go.

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.


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)

#### 3.2. Condições de devolução do valor de inscrição

Em momento algum 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 efetuadas no prazo máximo de 15 dias de antecedência à realização da prova. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos/motivos.

#### 3.3. Valores de Inscrição

	1ª Fase	2ª Fase	3ª Fase
	1 Janeiro a 31 Março	1 Abril a 30 Abril	1 Maio a 11 Maio
Trail 23 Km	12 €	14€	17€
Trail 14 Km	10€	12€	15€
Caminhada	7€	8€	9€



TRAIL SANTA MARTA – ALVRE  
#ALDEIA DURA#  
III EDIÇÃO  
19 DE MAIO DE 2019

**3.3.1. Kit de inscrição inclui:**

- a) Ambas as distâncias do Trail (14Km e 23Km); T-shirt técnica, dorsal, seguro, abastecimento e prémio Finisher (Medalha);
- b) Caminhada: T-shirt, seguro e abastecimento.

*A inscrição no Trail Santa Marta 23Km/14km inclui:*

- Dorsal personalizado
- Seguro de acidentes pessoais
- Abastecimento sólidos e líquidos
- T-shirt técnica oficial do evento
- Assistência médica
- Transporte para a chegada em caso de abandono
- Brindes promocionais
- Banhos quentes

*A inscrição na Caminhada inclui:*

- Seguro de acidentes pessoais
- Abastecimentos sólidos e líquidos
- Brindes promocionais
- T-shirt técnica oficial do evento
- Banhos quentes



TRAIL SANTA MARTA – ALVRE  
 #ALDEIA DURA#  
 III EDIÇÃO  
 19 DE MAIO DE 2019


### 3.4. Secretariado da prova / horários e local

O secretariado será na antiga Escola Primária de Alvre, situada na Rua da Escola- Alvre, Aguiar de Sousa.

O horário para entrega dos dorsais e inscrições de última hora no dia 18 de maio (Sábado) será desde as 14:00h às 20:00h, no domingo estará aberto das 07:00h às 09:00h.

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.

#### 3.4.1. Prémios – Trail Santa Marta – Alvre 23 e 14 Km

PRÉMIOS								
	GERAL M/F	SUB 23 M/F (18 A 22 ANOS)	SÉNIORES M/F (23 A 39 ANOS)	+40 M/F (40 A 49 ANOS)	+50 M/F (50 A 59 ANOS)	+60 M/F	EQUIPAS	MAIORES EQUIPAS
TRAIL 23KM	1º TROFÉU 2º TROFÉU 3º TROFÉU	1º TROFÉU 2º TROFÉU 3º TROFÉU	1º TROFÉU 2º TROFÉU 3º TROFÉU	1º TROFÉU 2º TROFÉU 3º TROFÉU	1º TROFÉU 2º TROFÉU 3º TROFÉU	1º TROFÉU 2º TROFÉU 3º TROFÉU	1º TROFÉU 2º TROFÉU 3º TROFÉU	1º TROFÉU 2º TROFÉU 3º TROFÉU
TRAIL 14KM	1º TROFÉU 2º TROFÉU 3º TROFÉU	1º TROFÉU 2º TROFÉU 3º TROFÉU	1º TROFÉU 2º TROFÉU 3º TROFÉU	1º TROFÉU 2º TROFÉU 3º TROFÉU	1º TROFÉU 2º TROFÉU 3º TROFÉU	1º TROFÉU 2º TROFÉU 3º TROFÉU	1º TROFÉU 2º TROFÉU 3º TROFÉU	
CAMINHADA								

**Nota:** As idades acima indicadas dizem respeito ao dia da competição. Haverá prémio para a equipa mais numerosa participante; no conjunto de eventos.





TRAIL SANTA MARTA – ALVRE  
#ALDEIA DURA#  
III EDIÇÃO  
19 DE MAIO DE 2019

### 3.4.2. Morada do evento

Rua da Escola primária (Alvre)  
4585-008 – Aguiar Sousa- Paredes

### 3.4.3. Marcação e Controlo

O percurso será marcado com fitas e placas de sinalização, sendo obrigatória a passagem pelos postos de controlo obrigatório.

### 3.5. 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 diretor, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

## 4. Prémios

- 4.1. A entrega de prémios será junto à meta, no mesmo dia da prova à chegada mediante disponibilidade dos premiados, em hora a decidir pela organização.
- 4.2. Ver na tabela (prémios) as categorias etárias.
- 4.3. A atribuição da classificação por equipas será atribuída pela soma dos melhores três classificados.

#### Exemplo de cálculo de pontos:

**Equipa A:**  $6^{\circ} + 7^{\circ} + 8^{\circ} = 21$  pontos» **1º Lugar**

**Equipa B:**  $2^{\circ} + 12^{\circ} + 15^{\circ} = 29$  pontos» **2º Lugar**

**Equipa C:**  $1^{\circ} + 3^{\circ} + 27^{\circ} = 31$  pontos» **3º Lugar**

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