

# REGULAMENTO TRAIL LAAC 2020



- A prova é organizada pela **Secção Gimnodesportiva da Liga dos Amigos de Aguada de Cima - LAAC**, sendo denominada de **4º LAAC TRAIL** – Prova inserida no **TROFÉU DE TRAIL TERRAS DE ÁGUEDA** e será realizada no dia **15 de Março de 2020** pelas 9h:15min.
  - O regulamento é igual para as diferentes distâncias (25km, 16km ou 8Km), sendo que o trajecto decorrerá em caminhos rurais e trilhos dos concelhos de Águeda, com início e chegada no Pavilhão Gimnodesportivo da LAAC.
  - **A Prova da LAAC TRAIL é constituída por 3 percursos:**
    - => Trail Longo – 25km
    - => Trail – 16km
    - => Caminhada – 8km
  - **Escalões:**
    - => **Masculinos:**
      - Seniores M (dos 18 aos 39 anos)
      - Veteranos M40 (dos 40 aos 49 anos)
      - Veteranos M50 (mais de 50 anos)
    - => **Femininos:**
      - Seniores F (dos 18 aos 39 anos)
      - Veteranos F40 (dos 40 aos 49 anos)
      - Veteranos F50 (mais de 50 anos)
- Nota: Para efeitos de classificação é considerado o Ano de Nascimento**
- **Programa do Dia do Evento (15 de Março):**
    - => **Das 9h às 9h:10min** – Control Zero
    - => **9h:15min** - Partida Trail Longo 25km (box 1)
    - => **9h:30min** - Partida Trail 16km (box 2)
    - => **9h:35min** - Partida Caminhada 8km (box 3)
    - => **A Definir** - Cerimónia de Entrega do Prémios
  - **Inscrições:**
    - => As inscrições poderão ser efetuadas on-line na plataforma <https://lap2go.com/laac-trail-2020> (com pagamento automático: Referências Multibanco) ou na loja **BIKE & SPORT**.
    - => A veracidade dos dados fornecidos na inscrição é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro.
    - => Os atletas são responsáveis por verificar se todos os seus dados se encontram corretos nas listas de inscritos, entretanto publicadas.
    - => Só serão aceites retificações às inscrições até ao encerramento das mesmas.
    - => A alteração de inscrição para uma prova com uma distância inferior, não obriga a Organização á devolução da diferença do valor.

# REGULAMENTO TRAIL LAAC 2020



## Até 29 de Fevereiro

- Trail Longo – 13 Trails
- Trail – 11 Trails
- Caminhada – 8 Trails

## De 01 de Março a 10 de Março

- Trail Longo – 16 Trails
- Trail – 14 Trails
- Caminhada – 10 Trails

**Nota: A data limite para inscrições/Pagamento será até às 24h do dia 10 Março**

=> **Almoço: 5 Trails** (Sopa, Bifana, Bebida, Café)

\* Existirá um campo específico na ficha de inscrição para os participantes interessados em almoçar nas nossas instalações.

=> **A Inscrição em cada uma das provas inclui:**

- Dorsal
- Chip
- Camisola Alusiva ao Evento
- Abastecimentos no Percurso e na Chegada de Líquidos e Sólidos
- Seguro Desportivo
- Banho Quente (Local da partida e de chegada - Pavilhão Gimnodesportivo da LAAC)

- **Secretariado:**

=> **Sábado** (14/03/2020), das 15h às 19h (Pavilhão da LAAC)

=> **Domingo** (15/03/2020), das 7h:30min 8h:45min (Pavilhão da LAAC)

**Nota: Aconselha-se que o levantamento de dorsais seja feito na véspera da prova a fim de evitar filas de espera**

- **Identificação/Prova:**

=> A todos os participantes será entregue um dorsal numerado que o identifica ao longo de todo o evento e será validado nos diferentes postos de control definidos pela Organização.

=> Cada um dos participantes está obrigado a usar o dorsal colocado ao peito de forma bem visível, fixado nas pontas por alfinetes.

=> Os participantes das várias distâncias serão distinguidos pelo uso do dorsal de coloração diferente.

=> O chip deve ser colocado no calçado para eficaz leitura por parte do sistema, sob pena dos resultados serem inválidos e com isso a desclassificação da prova.

=> 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.

=> A organização da prova terá abastecimentos líquidos e sólidos para os participantes, que serão distribuído no percurso. Esses mesmos locais poderão servir também como pontos de controlo.

# REGULAMENTO TRAIL LAAC 2020



=> Só aos participantes que tenham efetuado todos os postos de controlo pela ordem definida será divulgado o seu tempo e classificação ou seja é desclassificado.

=> A prova será marcada com fitas sinalizadoras/placas e terá batedores da organização em toda a sua extensão. Todos os participantes terão de respeitar as ordens dadas pela organização.

- **Classificação/Prémios:**

=> **Classificação GERAL Masculino/Feminino - TRAIL 25K e 16K**

1º Lugar Troféu

2º Lugar Troféu

3º Lugar Troféu

=> **Classificação por ESCALÕES Masculino/Feminino - TRAIL 25K e 16K**

1º Lugar Troféu

2º Lugar Troféu

3º Lugar Troféu

=> Para a **Equipa mais Numerosa** (somatório das inscrições: Trail Longo/Trail Curto e Caminhada), será atribuído um **Troféu + 1 Presunto**.

=> Para a **Equipa mais Numerosa** (somatório das inscrições: Trail Longo e Trail Curto), será atribuído um **Troféu + 1 Leitão**.

=> Na caminhada não haverá classificação, nem troféus.

- **Recomendações/Segurança:**

=> O participante ao inscrever-se assume que reúne as condições físicas e psicológicas para participar na prova que se inscrever.

=> Na Caminha, não se aconselha no entanto a participação a crianças menores de 10 anos e menores de 18 anos devem-se fazer acompanhar pelos encarregados de Educação ou um adulto.

=> A organização não se responsabiliza por quaisquer danos físicos ou materiais, sofridos pelos atletas, veículos ou acompanhantes durante o desenrolar da prova, excepto o previsto no seguro de acidentes pessoal contratado pela organização.

=> Dada a natureza dos percursos, em montanha e em alguns casos com declives acentuados, é desaconselhável a participação de pessoas com mobilidade reduzida.

=> O percurso estará em toda a sua extensão, aberto ao movimento de outros veículos, pelo que todos os participantes devem obrigatoriamente respeitar as regras de trânsito.

=> Como este é um evento com um âmbito de aventura e de contacto com a natureza, os participantes terão de respeitar o meio ambiente. Assim sendo é expressamente proibido e será desqualificado quem:

- Atentar contra a fauna e flora
- Abandonar lixo no percurso

=> Os participantes devem-se fazer munir do seguinte material, que não sendo obrigatório é aconselhável:

- Telemóvel, com bateria carregada
- Água e barras energéticas

# REGULAMENTO TRAIL LAAC 2020



- **Direitos de Imagem e Publicidade:**

=> 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.

- A Organização reserva o direito de alteração do regulamento em benefício do bom funcionamento da prova.
- A Organização reserva o direito de alterar ou suspender a qualquer momento o percurso, os horários e os postos de controlo/abastecimentos sem aviso prévio, assim como anular ou parar a prova no caso de condições climáticas fortemente adversas. Em qualquer dos casos não haverá direito a reembolso.

- **Todo o comportamento antidesportivo levará á desqualificação do atleta.**

- **Informações/Contactos:**

- <https://www.facebook.com/laac.laacar/>

- [geral@laac-laacar.com](mailto:geral@laac-laacar.com)

- Ruben Ferreira (919138595)

- Todos os casos omissos do regulamento serão resolvidos pela organização do **4º LAAC TRAIL**, a qual é soberana nas suas decisões.

A Organização