



Regulamento 6º Trail Running

Pombal-Sicó

1. Condições de participação

Devido ao momento de pandemia que atravessamos e a todas as restrições resultantes da mesma, este ano, uma vez mais, não será possível realizar o Trail Running Pombal-Sicó nos moldes normais. Em alternativa, a organização optou por fazer a prova em duas fases:

1ª fase

Desafio virtual, de 30 de abril a 16 de maio

Nesta primeira fase, a Organização irá disponibilizar e marcar um percurso com aproximadamente 20 km, com partida e chegada na Rotunda do Agricultor. Os atletas terão a oportunidade de realizarem o percurso quando entenderem, neste período de tempo. Poderão enviar as tentativas que entenderem, desde que usem sempre o mesmo método de carregamento, sendo que o último carregamento será aquele que irá contar para a classificação final.

O percurso irá estar devidamente balizado com fitas sinalizadoras. No entanto, **será obrigatório a utilização um dispositivo de orientação GPS**, que permita o carregamento do percurso e acompanhamento “ao vivo” do mesmo.

Posteriormente, após a realização do percurso, irá ser disponibilizada uma plataforma na qual o atleta deverá descarregar o ficheiro com a execução do percurso.

2ª fase

Trail Running Pombal_Sicó – 23 de maio

Nesta fase só terão acesso os 40 primeiros classificados da primeira fase, 40 masculinos mais 40 femininos. Os atletas serão distribuídos em grupos de 10 e as partidas faseadas com intervalo de 1 minuto.

Dependendo das condições epidemiológicas e das indicações/orientações da DGS, este número poderá sofrer alterações.

Em casos de empate ou de falta de veracidade dos atletas, caberá à Organização decidir a inclusão ou exclusão dos mesmos.

Nesta fase, o local de partida e chegada será alterado. A partida será realizada nos mesmos moldes dos anos anteriores. A saída será do Largo do Cardal e a partida real será dada na Rotunda do Agricultor. A chegada será no Pavilhão das Atividades Económicas, situado na Zona Desportiva de Pombal. Esta alteração, aumentará a distância do percurso para aproximadamente 23 kms.



Será obrigatório o uso de máscara de proteção durante as saídas dos atletas e no percurso até à partida real, sendo só permitido a sua retirada no momento de entrada na caixa de partida. Após chegada à meta o uso da máscara será novamente obrigatório. O não cumprimento desta regra poderá levar à desclassificação do atleta.

1.1. Idade participação diferentes provas

Trail Running Pombal_Sicó +/- 23 km - maiores de 18 anos;

1.2. Inscrição regularizada

As inscrições, terão de ser feitas através do preenchimento dos formulários disponibilizados pela organização em:

<https://lap2go.com/pt/event/trail-pombal-sico-2021>

O ato de inscrição só se encontra regularizado, após entrega de comprovativo de pagamento.

1.3. Condições físicas

Devido às características desta prova, só poderão participar atletas que gozem de boa saúde e que se encontrem aptos ao desenvolvimento de esforços físicos prolongados. A Organização desta prova, não se responsabiliza por quaisquer problemas de saúde resultantes do esforço desenvolvido e aconselha os atletas participantes a fazerem o controlo médico com a devida antecedência. A Organização também não se responsabiliza por qualquer acidente ou outro dano sofrido antes, durante ou após a realização da prova, para além daqueles que se encontrem cobertos pelo seguro da prova.

1.4. Definição possibilidade ajuda externa

Na primeira fase, o desafio deverá ser realizado individualmente e de forma autónoma e os atletas deverão ser portadores de todo o material necessário para a sua proteção. Não poderá existir partilha de ficheiros, isto é, cada atleta terá que realizar a corrida com um dispositivo próprio. Não será permitido corridas em grupo onde só um atleta leva o relógio ou smartphone.

Apesar de existirem alguns métodos de controlo por parte da Organização, esta durante esse período apenas disponibilizará um número de contato de urgência, colocado no dorsal, para atletas que tenham dificuldade em seguir o percurso. Não será permitida ajuda externa de apoio aos atletas, que beneficiem o seu desempenho na prova.



1.5. Colocação dorsal

No ato de inscrição será disponibilizado, para impressão, um dorsal que os atletas deverão colocar na parte da frente do corpo. Só serão classificados os atletas que chegarem ao fim com o dorsal.

1.6. Obrigatoriedade de utilização de meios digitais de controlo tempo/distância

Na primeira fase de participação, os atletas deverão ser portadores de um dispositivo (relógio GPS ou telemóvel) para controlo de tempo/distância. O mapa do percurso será disponibilizado no ato de inscrição. Concluído o percurso, deverão descarregar o ficheiro no seguinte programa:

<https://racemap.com/upload/>

OBRIGATÓRIO:

Uso de dispositivo de orientação por GPS, que permita o carregamento e acompanhamento “ao vivo” de percursos previamente armazenados.

Sugere-se a utilização de uma Aplicação para telefone onde devem carregar o(s) ficheiro(s) do(s) percurso(s).

Podem optar por instalar a APP RaceMAP (<https://racemap.com/>), para que todo o processo de carregamento dos resultados na plataforma Lap2Go seja automático ou em alternativa a APP VIEWRANGER (<https://www.viewranger.com/en-gb>) (ambas disponíveis para Android ou iPhone).

1.7. Regras conduta desportiva

Apesar dos atletas que participam neste tipo de provas por natureza serem cumpridores de todas as regras de boa conduta desportiva, demonstrando sempre um enorme respeito pelos adversários e pela Natureza, apelamos para que todos cumpram as regras. Qualquer comportamento incorreto da parte de um atleta para com a organização, adversário ou público em geral, implicará a sua imediata desclassificação.

2. Prova

2.1. Apresentação da prova / Organização

Esta prova irá ser organizada pelos Bombeiros Voluntários de Pombal em parceria com o Município de Pombal e Junta de Freguesia de Pombal, com o apoio técnico da LAP2GO.

O dinheiro das inscrições irá reverter na sua totalidade a favor dos Bombeiros Voluntários de Pombal, para a aquisição de equipamento de proteção individual.



A prova **masculina** terá início às 09h00 e a **feminina** às 9h30, percorrendo caminhos e trilhos da Serra do Sicó – Freguesia de Pombal e tem uma distância aproximada de 23 km e 900 metros de desnível acumulado positivo, com início no Largo do Cardal e chegada Pavilhão Atividades Económicas.

Os participantes, devem estar devidamente preparados com pelo menos meia hora de antecedência.

A organização irá fazer um controlo aleatório do material obrigatório e verificação dos dorsais, 30 minutos antes da partida.

O atravessamento de estradas públicas deve merecer a máxima atenção por parte dos atletas.

2.2. Programa / Horário

Domingo – 23 maio

8h – abertura secretariado (Largo do Cardal)

9h – **Partida prova masculina**

9h30 – **Partida prova feminina**

2.3. Mapa/ Perfil altimétrico/ descrição percurso

Trail

Brevemente

2.4. Tempo limite

Trail Running Pombal Sicó - 4 horas

2.5. Metodologia de controlo de tempos

Na segunda fase, os tempos obtidos serão cronometrados electronicamente, por chip, encerrando este serviço 04h00 depois do sinal de partida. Os atletas que entrem na meta depois de encerrado o controlo não serão classificados.

2.6. Postos de controlo

Durante o percurso, serão colocados vários postos de controlo. Os atletas que falhem a sua passagem num dos postos serão desclassificados.

2.7. Abastecimentos

Não irão existir abastecimentos.



2.8. Material obrigatório/ verificações de material

Os atletas, antes da partida, irão ser sujeitos a um controlo aleatório de verificação do seguinte material:

- ✓ Máscara de proteção individual;
- ✓ Mochila tipo CamelBak ou Cinto com reservatório, pelos menos 1 litro de capacidade;
- ✓ Alimentação suficiente para a realização do percurso (barra e géis energéticos, fruta, marmelada, etc.)
- ✓ Corta-vento (opcional);
- ✓ Apito;
- ✓ Telemóvel operacional;

Este material é obrigatório e não será permitida a partida dos atletas que não o apresentem.

2.9. Penalizações/ desclassificações

Controlos espalhados ao longo do percurso, permitirão à organização desclassificar atletas que procurem, voluntariamente, encurtar a distância da prova ou pratiquem qualquer outra falta punível.

É expressamente vedada a troca de dorsais entre atletas, sejam ou não da mesma equipa.

A Organização reserva-se o direito de, por razões de saúde e através do seu departamento médico, obrigar um atleta a abandonar a prova.

A Organização poderá ainda desclassificar qualquer atleta que tenha uma conduta poluidora. O atleta terá de ser responsável pelo transporte das embalagens usadas de géis, bebidas energéticas ou outros produtos que utilizem durante a prova.

2.10. Responsabilidades perante o atleta/ participante

O ato de inscrição implica a aceitação do presente regulamento.

2.11. Seguro desportivo

A organização irá contratualizar, junto da Agência de Mediação Profissional de Seguros, Gaspar&Costa, os seguros obrigatórios, conforme o Decreto-Lei n.º 10/2009 de 12 de Janeiro.

O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas;



Helder Gonçalves
Responsável Agência de Pombal
Email: helder.goncalves@gasparecosta.pt
Internet: www.gasparecosta.pt
Telemóvel: 912 558 388
Telefone 236 211 739
Fax 236 211 738

Número da Apólice: 888478115

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição

As inscrições deverão ser efetuadas em formulário próprio em:

<https://lap2go.com/pt/event/trail-pombal-sico-2021>

Cada atleta receberá uma referência multibanco, que é gerada no momento da inscrição. O atleta terá depois 72 horas (3 dias) para regularizar o pagamento, período após o qual a inscrição é anulada. Quando o pagamento é efetuado (dentro do tal período de 72 horas), o atleta recebe um e-mail a confirmar o pagamento. Todos os pagamentos por referência Multibanco, terão de ser efetuados até dia 09/05/2021.

Em caso de dificuldades com a inscrição, deverão contactt a Secretaria a organização, através dos seguintes contactos:

email: suporte@lap2go.com
tel. [+351 308 801 674](tel:+351308801674)
(segunda a sexta: 10H - 13H e 14H30 - 17H30)

3.2. Valores e períodos de inscrição

Evento	Inscrições Até 16/05
<i>Trail Running Pombal Sicó</i>	10 euros

Submissão dos ficheiros até dia 16 de maio, 23 horas.

Por cada 10 inscrições da mesma equipa e que paguem ao mesmo tempo, a organização oferece uma inscrição se a solicitarem atempadamente.

Os atletas federados e sócios da ATRP terão desconto permanente de 1 euro.



3.3. Condições devolução do valor de inscrição

Caberá à Organização analisar cada situação individualmente e decidir se haverá devolução do valor de inscrição em caso de desistência.

3.4. Material incluído com a inscrição

O valor de inscrição inclui:

- ✓ Dorsal;
- ✓ Ficheiro com mapa do percurso;
- ✓ T-shirt técnica;
- ✓ Seguro.

4. Categorias e Prémios

4.1. Definição data, local e hora entrega prémios

Os prémios serão entregues no local, logo que estejam reunidas as condições.

Serão entregues troféus aos 3 primeiros classificados da geral individual (masculina e feminina).

4.2. Definição das categorias etárias/ sexo

Irão ser elaboradas classificações nos seguintes escalões:

	MASCULINO	FEMININO
18>22 anos	Sub 23 M	Sub 23 F
23>39 anos	SEN M	SEN F
40>44 anos	M40	F40
45>49 anos	M45	F45
50>54 anos	M50	F50
55>59 anos	M55	F55
60>anos	M60	F60



Só serão atribuídos prémios aos três primeiros classificados da geral masculina e feminina.

5. Publicidade e imagem

A organização, respetivos patrocinadores e as entidades que colaboram na organização deste evento desportivo, reservam-se ao direito de utilizar livremente em todos os países e sob todas as formas, a participação dos concorrentes, assim como os resultados por estes obtidos. A prova poderá ser gravada em vídeo e/ou fotografado pela organização do evento e jornalistas contratados pela organização, para posterior aproveitamento publicitário. Os participantes que tiverem alguma restrição quanto ao uso da sua imagem, deverão notificar por escrito à organização. Caso contrário, estarão automaticamente a autorizar o uso em qualquer tempo, independentemente de compensação financeira.

O participante autoriza que a sua classificação e identificação constem do ficheiro de classificações que a Organização poderá ter de submeter à Federação Portuguesa de Atletismo, para efeitos de gestão da Modalidade, designadamente, para que conste no Portal do Atletismo Português e nos Rankings da Modalidade.

Director Prova – Paulo Fernandes

email: paulo.fernandes@cm-pombal.pt