Cross Trail – Corrida solidária da Continental

1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

A corrida solidária da Continental é um evento de Cross Trail. Este evento decorre nas aldeias em redor de Vila Real. Os atletas irão aventurar-se por alguns trilhos do conselho de Vila Real, assim como conhecer os novos passadiços da cidade de Vila Real.

1.1. Idade participação diferentes provas

- Caminhada – sem mínimo de idade;
- Corrida de 12km – idade mínima 16 anos;
- Corrida de 22km – idade mínima 18 anos;

1.2. Inscrição regularizada

A inscrição na corrida solidária da Continental pressupõe a total aceitação das regras aqui estabelecidas.

1.3. Condições físicas

Para participar é indispensável:

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível das mesmas e ainda de se encontrar adequadamente preparado física e mentalmente;
- De haver adquirido, antes do evento, uma capacidade de autonomia em trilhos que permita a gestão dos problemas que derivam neste tipo de prova;
- Saber gerir problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, as pequenas lesões, etc.
- Seguir as normas da DGS em vigor à data da realização do evento.
- Levar todo o material obrigatório durante a prova.
- Colocar os seus lixos nos locais próprios, localizados nos abastecimentos.

1.4. Definição possibilidade ajuda externa

Não será permitida qualquer ajuda externa, pelo que o atleta deve estar consciente da sua condição física (ver ponto 1.3).
O apoio por parte do acompanhante ou elemento responsável da equipa será permitido junto aos abastecimentos, nunca podendo interferir com os outros atletas em prova.
Não será permitido aos apoiantes recolher alimentos dos abastecimentos, estes só serão manuseados pelos elementos da organização.

1.5. Colocação dorsal

O **número do atleta é pessoal e intransmissível** e deve ser usado á frente do corpo, de forma bem visível.

Em caso de desistência, desclassificação ou barramento horário o atleta **é obrigado** a entregar o dorsal à organização, podendo ser solicitado na meta, no final da prova.
Em caso de desistência **é obrigatório** comunicar o abandono à organização sobre pena de não participar em próximas edições.
A ocultação do dorsal poderá dar o direito a penalização.

1.6. Regras conduta desportiva
O comportamento inadequado, tais como, o recurso a linguagem ofensiva, a agressão verbal ou física assim como deixar lixo nos trilhos, não será tolerado e dará direito a desqualificação.

2. PROVA

2.1. Apresentação da prova(s) / Organização

A Associação Trilhos Semelhantes, designadamente a sua equipa de Trail Running Linces do Marão, em parceria com a Continental Advanced Antenna, são as entidades organizadoras da primeira edição da corrida solidária, que decorrerá nos dias 25 de Junho de 2022 em Vila Real. Esta corrida é de cariz solidário e toda a receita gerada pelas inscrições será doada à associação Lar -Escola Florinhas das Neves.
A primeira edição da corrida solidária da Continental será constituída por duas provas competitivas:

- Cross Trail 22km;
- Cross Trail 12km;
- Caminhada 12km.

A primeira edição da corrida solidária da Continental, tem como parceiro estratégico a Câmara Municipal de Vila Real.

2.2. Programa / Horário

Sábado dia 25 de Junho
07h00 abertura do secretariado (junto à Continental Advanced Antenna)
08h30 partida do cross trail – 22km
08h45 encerramento do secretariado
08h50 partida do cross trail – 12km
09h00 partida da caminhada
09h30 hora prevista para a chegada dos primeiros atletas dos 12 km
10h15 hora prevista para a chegada dos primeiros atletas dos 22 km
11h30 cerimónia de entrega de prémio
12h30 encerramento do evento

2.3. Distancia (categorização por distância)/ altimetria (desníveis positivo e negativo acumulados)/ categorização de dificuldade ATRP

O **Cross Trail** terá uma distância de 22 km e um desnível positivo 700m D+.
O Cross **Trail Curto e a caminhada** terão uma distância de 12 km e um desnível positivo 300m D+.

2.4. Mapa/ Perfil altimétrico/ descrição percurso

Informação a fornecer oportunamente em: facebook.com/lincesdomarao/

2.5. Tempo limite

O tempo limite para a primeira edição da corrida solidária da Continental será de 4 horas. Ultrapassando o tempo de passagem limite os atletas serão barrados pelos "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.

Se o atleta não seguir as indicações da organização fica à sua inteira responsabilidade.

2.6. Metedologia de controle de tempos

O controlo de tempos será feito com recurso a chip.

2.7. Postos de controle

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 que parar a fim de ser registado o controlo no seu dorsal.

Os atletas devem respeitar a ordem de chegada ao controlo.

2.8. Locais dos abastecimentos

Cross Trail 22km

ABS 1- km 7 (sólidos/líquidos)

ABS 2- km16 (sólidos/líquidos)

Final – Reforço alimentar

Cross Trail 12km e caminhada

ABS 1- km 7 (sólidos/líquidos)

Final – Reforço alimentar

2.9. Material obrigatório/ verificações de material

Não haverá material obrigatório. No entanto, **É ALTAMENTE RECOMENDÁVEL LEVAR COPO OU ALGO SEMELHANTE PARA ABASTECIMENTO DE ÁGUA UMA VEZ QUE NÃO HAVERÁ GARRAFAS NEM COPOS NOS ABASTECIMENTOS.**

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

Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito em localidades e estradas de uso público, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

2.11. Penalizações/ desclassificações

Será desclassificado o atleta que:

• Não cumpra o percurso estipulado;
• Não siga as indicações de elementos da organização ou colaboradores;
• Tenha alguma conduta anti-desportiva;
• Tenha alguma conduta poluidora;
• Não cumpra com o tempo limite de chegada de 4 horas.

2.12. Responsabilidades perante o atleta/ participante

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.

2.13. 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 (24h após o encerramento da prova).

3. INSCRIÇÕES

3.1. Processo inscrição (local, página web, transferência bancária)

As inscrições terão que ser efetuadas na plataforma de inscrições, através do link, lap2go.com/pt/event/corrida-solidaria-continental-2022/inscricao.html. 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.
Qualquer questão relacionada com as inscrições, os atletas devem contactar através do email:
lincesdomarao@gmail.com.

3.2. Valores e períodos de inscrição

Caminhada:

Até Maio a 31 de Maio - 5 euros
De 1 de Junho a 15 de Junho- 8 euros

Cross Trail 12km:
Até 30 de Abril - 7 euros
De 1 de Maio a 31 de Maio - 8 euros
De 1 de Junho a 15 de Junho - 10 euros

Cross Trail 22km:
De 01 de Abril a 30 de Abril - 8 euros
De 1 de Maio a 31 de Maio - 9 euros
De 1 de Junho a 15 de Junho- 10 euros

3.3. Condições devolução do valor de inscrição

No caso de o atleta solicitar o cancelamento da inscrição por motivos de força maior, deverá contatar a organização para o email: **lincesdomarao@gmail.com**

- Os reembolsos serão efetuados nos seguintes períodos:
- **Até 15 de Maio de 2022: 50% da taxa será devolvida, somente a quem fez o pagamento na totalidade.**
- **A partir de 16 de Maio de 2022; não haverá reembolsos.**

3.4. Material incluído com a inscrição

- Participação na prova - dorsal e chip para as provas competitivas, com classificação no final;
- Seguro de acidentes pessoais;
- Reforço alimentar e líquido em cada PA's;
- Banhos de água quente no final da prova;
- Eventuais brindes que a organização venha a angariar junto de patrocinadores e entidades locais;
- T-shirt técnica alusiva à prova;
- Lembrança finisher para todos os participantes que terminarem a prova;

3.5. Secretariado da prova/ horários e locais
O secretariado funcionará junto à Continental Advanced Antenna com o seguinte horário:
• **Sábado dia 25 de Junho** das 07h às 8:20h

3.6. Serviços disponibilizados (transporte, massagem, duche, etc)
Abastecimento de sólidos e líquidos, enquanto em competição, nos postos assinalados.
Transporte para a chegada, em caso de abandono ou ser impedido pela organização de continuar em prova.
A organização irá colocar ao dispor transporte para a zona de partida. Este iniciarão o percurso junto à Biblioteca Municipal, na rua Madame Brouillard, até à Continental Adavanced Antenna, na zona Industrial de Constantim.
Relembramos, que o transporte para a partida está sempre dependente da circulação dos autocarros
A organização não consegue definir horários.
Duche.

3.7 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.

4. CATEGORIAS E PRÉMIOS

4.1. Definição data, local e hora entrega prémios

Sábado, 25 de Junho - 12h – Camara municipal de Vila Real

4.2. Definição das categorias

Apenas existirá classificação geral para as duas corridas.

Classificações	M/F	Cross Trail 22km	Cross Trail 12km
Geral	1º, 2º, 3º	X	X

4.3. Prazos para reclamação de classificações

Prazo de 1 semana para apresentação de reclamações por email para lincesdomarao@gmail.com.

5. INFORMAÇÕES

5.1. Como chegar

Morada: Continental Advanced Antenna, Sociedade Unipessoal, Lda.

Rua Professor Anton Kathrein, Parque Industrial Constantim, 5000-082 Vila Real

5.2 **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.