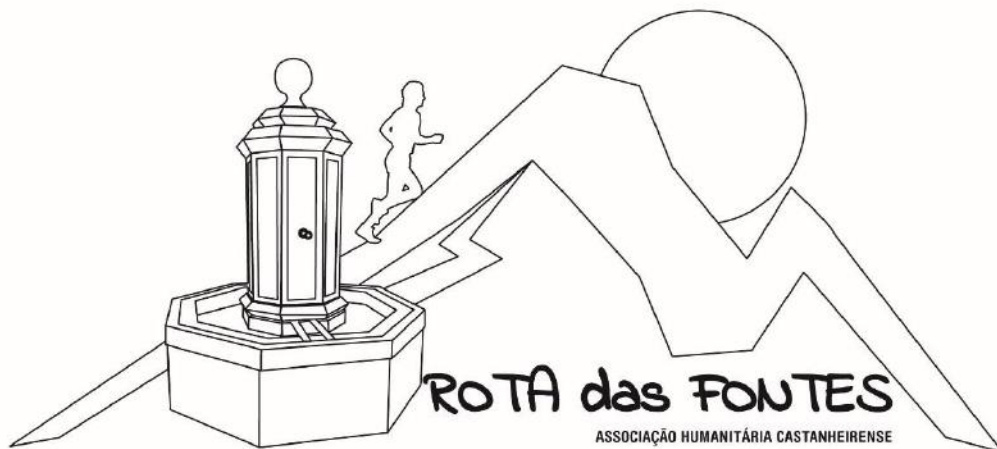


REGULAMENTO

ROTA DAS FONTES

2022



ORGANIZAÇÃO:
ASSOCIAÇÃO HUMANITÁRIA CASTANHEIRENSE





Índice

1. APRESENTAÇÃO DO EVENTO	3
2. PROVAS.....	3
3. PERCURSO	3
4. PARTICIPANTES	3
5. ESCALÕES	4
6. SECRETARIADO	5
7. LOCAIS DE ABASTECIMENTO	5
8. Postos de controlo.....	5
9. MARCAÇÃO DO PERCURSO	5
10. MATERIAL ACONSELHADO.....	6
11. SITUAÇÃO DE EMERGÊNCIA.....	6
12. SEGURO DESPORTIVO	6
13. COLOCAÇÃO DO DORSAL.....	6
14. Alteração de percurso, cancelamento da prova.	6
15. INSCRIÇÃO	6
16. VALOR DA INSCRIÇÃO	6
17. ALMOÇO	7
18. PAGAMENTO	7
19. MATERIAL INCLUÍDO NA INSCRIÇÃO	7
20. SERVIÇOS DISPONIBILIZADOS	7
21. PRÉMIOS.....	7
22. NORMAS DE CONDUTA	8
23. DESCLASSIFICAÇÃO DE PARTICIPANTES	8
24. PROTEÇÃO DE DADOS	8
25. INFORMAÇÕES.....	9
26. DIREITOS DE IMAGEM E PUBLICIDADE	9
27. DISPOSIÇÕES FINAIS.....	9



1. APRESENTAÇÃO DO EVENTO

O Trail / Caminhada ROTA DAS FONTES 2022 é organizado pela Associação Humanitária Castanheirense. Este evento decorrerá no dia 9 de outubro de 2022 no lugar da Igreja em Castanheira do Vouga, Águeda junto às instalações da referida Associação.

Todos os percursos terão passagens por várias zonas de interesse histórico e paisagístico.

2. PROVAS

O Trail e a Caminhada decorrerão quase na totalidade por caminhos e trilhos. Nos pontos onde os participantes se cruzem com trânsito rodoviário, haverá sinalização e elementos da organização para alertar a situação.

No entanto, como não nos será possível realizar o corte de tráfego nessas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito nas povoações e estradas de uso público, devendo ainda respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas.

A prova terá início junto à sede da Associação Humanitária Castanheirense e terminará no mesmo local.

O evento é constituído por 2 provas competitivas de aproximadamente 25km e 16km e uma caminhada de 10km.

O Trail terá início às 9:00 (25km) 9:30 (15km) e a caminhada às 9:35. Futuramente serão divulgados dados referentes a mapas e altimetria.

3. PERCURSO

25K - Terá partida às 9:00 na junto às instalações da Associação Humanitária Castanheirense, num percurso circular de aproximadamente 25 km.

16K - Terá partida às 9:30 na junto às instalações da Associação Humanitária Castanheirense, num percurso circular de aproximadamente 16 km.

10K (CAMINHADA) - Terá partida às 9:35 junto às instalações da Associação Humanitária Castanheirense, num percurso circular de 10 km.

4. PARTICIPANTES

TRAIL: para participar no TRAIL ROTA DAS FONTES 2022, as pessoas deverão reunir os seguintes requisitos:

- A prova competitiva (trail longo) do evento Rota das Fontes é destinada apenas a atletas maiores de 18 anos, já a prova competitiva de (trail curto) é destinada a atletas maiores de 16 anos. Os atletas Juvenis ou Juniores, e no caso dos menores de idade à data do evento, devem fazer prova da autorização do encarregado de educação em declaração assinada e submetida via upload nos campos indicados na plataforma de inscrições.
- Conhecer e aceitar as condições do presente regulamento;
- Efetuar a inscrição em tempo útil;
- Reconhecer que a sua participação no TRAIL ROTA DAS FONTES 2022 é voluntária e que estão sob a sua própria responsabilidade. Por conseguinte, aceitam que a



Organização, os colaboradores, as autoridades, os patrocinadores e todos os demais envolvidos na organização deste evento estão isentos de qualquer responsabilidade que exceda os riscos cobertos pelo seguro da prova;

- Apresentar um nível de preparação física e psíquica adequado às características do percurso, nomeadamente distância e desnível, e a eventuais condições climatéricas adversas;
- Possuir capacidade de semiautonomia, ou seja, de ser autónomos entre dois postos de abastecimento, não somente na alimentação e hidratação, mas também no equipamento e segurança, sendo capazes de se adaptar a diversas situações adversas (problemas físicos, condições climatéricas adversas, etc.);
- Cumprir as regras de trânsito nas povoações e estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de responder por eventuais danos resultantes de incumprimentos;
- O dorsal deve ser colocado de forma visível e garantir a sua visibilidade até ao fim da prova.

CAMINHADA:

- A prova recreativa (caminhada) destina-se a todos os indivíduos masculinos e femininos, cuja condição física o permita. Serão permitidos animais, desde que os donos se responsabilizem por eventuais danos.
- Ser acompanhadas por um adulto responsável, no caso de menores de 18 anos que participem na caminhada;

5. ESCALÕES

Poderão participar no trail atletas federados e não-federados, masculinos e femininos. Serão considerados os seguintes escalões, com base na idade no dia do evento:

IDADE	ESCALÕES	
	MASCULINOS	MASCULINOS
16 a 22 anos	SUB 23	SUB 23
23 a 39	SÉNIORES	SÉNIORES
>= 40	VETERANOS M40	VETERANAS M40
>= 50	VETERANOS M50	VETERANAS M50
>= 60	VETERANOS M60	VETERANAS M60

Em caso de dúvida, será pedido o documento de identificação (Bilhete de Identidade/Cartão de Cidadão), sem o qual se considerará injustificada qualquer reclamação.



6. SECRETARIADO

O Secretariado funcionará das 15h00 às 19h00 do dia 8 de Outubro e das 07h00 às 08h45 para a prova de 25km, das 07h00 às 09h15 para a prova de 16km e das 07h00 às 09h30 para a caminhada, no local da Organização da prova:

Pavilhão da Associação Humanitária Castanheirense, Rua do Lamadas nº81 Lugar da Igreja 3750-376 Castanheira do Vouga, Águeda.

Os participantes deverão apresentar: documento de identificação (Bilhete de Identidade/Cartão de Cidadão), alfinetes para o dorsal e termo de responsabilidade parental devidamente preenchido e assinado (se o participante for menor de idade).

7. LOCAIS DE ABASTECIMENTO

O percurso do Trail de 25 km terá 4 postos de abastecimentos, 2 sólidos e 2 líquidos, o Trail de 16km terá 3 postos de abastecimento, 2 sólidos e 1 líquido. A caminhada terá 2 postos de abastecimento, 1 sólido e 1 líquido. No entanto os percursos têm vários pontos naturais de água. Caso seja necessário devido às condições climatéricas, serão introduzidos novos pontos de abastecimento.

8. Postos de controlo.

Os postos de controlo são pontos obrigatórios de passagem e estão localizados em locais delineados pela organização. Em cada um desses controlos estará um responsável da organização;

Não passar num controlo ou mais pontos de controlo, levará à desclassificação do participante;

Durante a prova poderão existir “controlo-surpresa” de forma a assegurar o cumprimento integral do percurso. A sua posição não será comunicada pela organização;

Caso um atleta deseje abandonar deve de imediato comunicar a organização e caso seja possível deve ser feito num posto de controlo ou junto de alguém da organização.

9. MARCAÇÃO DO PERCURSO

A marcação principal será constituída por fita pendurada em elementos naturais á altura dos olhos;

A cor da fita será anunciada no momento da partida;

Para além de fita sinalizadora serão utilizadas outras sinaléticas como setas impressas e informações diversas, para além de indicações por colaboradores da organização;

Os atletas não lhe são permitidos o atalhamento nos pontos em que eventualmente seja possível, se o fizerem serão desclassificados de imediato;

No caso de um atleta percorrer alguma parte sem sinalização deverá voltar atrás pelo mesmo caminho até encontrar o percurso correto;



É estritamente proibido danificar ou alterar a sinalização do percurso, este acto leva de imediato á desclassificação do atleta causador de tal infração.

10. MATERIAL ACONSELHADO

É aconselhado que cada participante leve consigo telemóvel, depósito de água e apito.

11. SITUAÇÃO DE EMERGÊNCIA

Em situação de emergência os participantes poderão proceder das seguintes formas: contactar a organização, cujo contacto estará no dorsal ou contactar 112.

12. 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.

13. COLOCAÇÃO DO DORSAL

O número do participante presente no dorsal é pessoal e intransferível. O dorsal deve ser colocado de forma visível, preferencialmente à altura do peito. Cada participante é responsável por garantir a fixação do dorsal.

14. ALTERAÇÃO DE PERCURSO, CANCELAMENTO DA PROVA.

A organização reserva-se o direito de alterar, reduzir ou suspender a qualquer momento o percurso, as barreiras horárias a posição dos postos de controlo / abastecimentos, sem aviso prévio, assim como neutralizar ou parar a prova no caso de condições climatéricas fortemente adversas e/ou por questões de segurança.

Por estes ou outros motivos a partida pode ser adiada no máximo duas horas, após as quais, a prova é cancelada.

Em qualquer dos casos não haverá direito a reembolso da inscrição.

15. INSCRIÇÃO

As inscrições serão online através do link:

<https://www.lap2go.com/pt/event>

16. VALOR DA INSCRIÇÃO

A taxa de inscrição varia consoante a prova em que o atleta se inscreve:

1ª FASE (ATÉ 31 DE AGOSTO):

Trail 25 km: 15€

Trail 16 km: 15€

Caminhada: 10€

**2ªFASE (DE 1 DE SETEMBRO ATÉ 2 DE OUTUBRO):**

Trail 25 km: 17€

Trail 16 km: 17€

Caminhada: 11€

17. ALOMOÇO

O evento contará com almoço no final, que terá um custo de 2,5€, se os participantes quiserem aceder ao almoço terão de selecionar o campo referente ao almoço durante o ato de inscrição na página da Lap2go.

18. PAGAMENTO

O pagamento deverá ser realizado por transferência bancária gerado no ato da inscrição online.

19. MATERIAL INCLUÍDO NA INSCRIÇÃO**TRAIL DE 25 E 15km**

- T-shirt oficial do evento
- Seguro de acidentes pessoais
- Abastecimentos líquidos e sólidos
- Dorsal personalizado

CAMINHADA 10km

- T-shirt oficial do evento
- Seguro de acidentes pessoais

20. SERVIÇOS DISPONIBILIZADOS

Serão disponibilizados a todos os participantes do evento banhos quentes, num local a 7 km da prova, no qual disponibilizaremos transporte de ida e volta.

Será também disponibilizado transporte dos postos de abastecimento para o local de partida / chegada para os atletas desistentes.

21. PRÉMIOS

No âmbito do trail de 25 e 15 km, serão entregues os seguintes prémios:

- Prémios para os 3 primeiros classificados da geral masculina;
- Prémios para os 3 primeiros classificados da geral feminina;
- Prémios para os 3 primeiros classificados de cada escalão;

Será entregue um prémio à equipa com mais participantes inscritos no trail e caminhada.

A cerimónia de entrega de prémios far-se-á após a chegada dos participantes cuja classificação lhe dá direito a troféu.

Os prémios serão entregues apenas aos participantes reconhecidos como vencedores.



22. NORMAS DE CONDUTA

A Rota das Fontes 2022 é um evento que promove e privilegia, acima de tudo, o fair-play. É fundamental que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo e / ou contactem a organização.

Todos os participantes deverão:

- a) Conhecer e aceitar as condições do presente regulamento.
- b) Efetuar corretamente a inscrição.
- c) 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.
- d) Estar conscientes da distância e das particularidades das provas e estarem suficientemente treinados para isso.
- e) 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.
- f) Saber que as provas são de participação individual, e que não podem fazer-se acompanhar de animais.
- g) Aceitar que, caso desistam de participar nas provas em que se encontram inscritos, a organização não devolverá o valor das respetivas inscrições.
- h) Saber que não se aceitam alterações dos dados pessoais fornecidos pelos participantes após o termo das inscrições.
- i) 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.

23. DESCLASSIFICAÇÃO DE PARTICIPANTES

Caso não cumpram o regulamento do ROTA DAS FONTES 2022.

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 ROTA DAS FONTES 2022.

Caso demonstrem uma conduta antidesportiva.

24. PROTEÇÃO DE DADOS

Os dados dos participantes indicados no formulário online de inscrição serão registados pela Organização para efeitos exclusivos de processamento no evento, sendo publicados nomeadamente na lista de inscritos, classificação e notícias diversas.

Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para a Organização

a.humanitariacastanheirence@gmail.com



25. INFORMAÇÕES

Para participar é indispensável estar consciente das distâncias e dificuldades das mesmas e de se encontrar preparado física e mentalmente.

Qualquer dúvida poderá ser exposta e esclarecida na página da Rota das Fontes

www.facebook.com/AHCastanheirense

ou Facebook da Associação Humanitária Castanheirense

www.facebook.com/associacaohumanitaria.castanheirense

ou via Telemóvel

(915501529 / 964058754 / 933721969 / 917164955).

26. 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.

27. DISPOSIÇÕES FINAIS

A inscrição no TRAIL ROTA DAS FONTES 2022 pressupõe a aceitação integral do presente regulamento.

Os casos omissos ou duvidosos não mencionados neste regulamento serão resolvidos pela Organização, que é soberana em todas as situações e aspetos, não havendo recurso das deliberações que venham a ser tomadas.

Castanheira do Vouga, 7 Julho de 2022