

4; TRAIL .2022 A.D.F BIKE RIDERS

TRILHOS DE FERMENTELOS 29 de Maio 2022

REGULAMENTO 4 ; TRAIL . 2022 A.D.F BIKE RIDERS – 29 Maio 2022 (FERMENTELOS)

1-O EVENTO

Evento desportivo, Trail VS Corrida, a realizar no dia 29 de Maio de 2022, atravessando alguns locais e lugares NA VILA DE FERMENTELOS e respetivos espaços naturais e estradas. É composto por duas provas competitivas, uma com cerca de 28km, outra com cerca de 15km e uma caminhada de 8Km.

Todos os atletas inscritos devem permanecer atentos ao [site](#) e ao [facebook](#) da prova, onde serão colocados todos os avisos oportunos que sirvam de complemento a este regulamento. Se se justificar a organização procederá a ajustes no presente regulamento até 48 horas antes do evento.

2- PERCURSO

28K - Terá partida às 9h15 no Arraial Nossa Senhora da Saude em Fermentelos, num percurso circular de cerca de 28 km com o tempo limite de realização de 4 horas.(acumulado em avaliação)

15k – Tera partida ás 9h30 no Arraial nossa Senhora da Saude,em Fermentelos,num percurso circular de cerca de 15km com o tempo limite de realizacao de 3 horas(acumulado em avaliação)

GEORREFERENCIAÇÃO DO PERCURSO

**Informação oportunamente publicada nos canais de comunicação do evento.*

8km (CAMINHADA) - Terá partida às 9:30 no Arraial Nossa Senhora Da Saude em Fermentelos, num percurso circular de 8 km. Durante a caminhada será possível assistir à passagem dos atletas da prova competitiva.

3- PARTICIPANTES

TRAIL: Podem participar todos os indivíduos, sendo que os menores de idade tem obrigatoriamente de apresentar o respetivo termo de responsabilidade, devidamente assinado pelo encarregado de educação. Todos os atletas devem gozar de boa saúde e se encontrem com uma preparação física e psíquica apta a esforços longos, não se responsabilizando a Organização por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela sua participação, aconselhando os participantes a atestarem a sua condição física pelas vias médicas adequadas.

CAMINHADA: destina-se a todos os indivíduos masculinos e femininos, cuja condição física o permita. Não se aconselha no entanto a participação a crianças menores de 10 anos (até aos 17anos acompanhados pelos Encarregados de Educação).

Serão permitidos animais, desde que os donos se responsabilizem por eventuais danos

Escalões Etários – Trail

| Idade e escalões: | Masculinos | Femininos |
|-------------------|---------------|---------------|
| 18 a 39 anos | SENIORES | SENIORES |
| 40 a 49 anos | VETERANOS M40 | VETERANAS F40 |
| 50 a 59 anos | VETERANOS M50 | VETERANAS F50 |
| 60 anos ou mais | VETERANOS M60 | VETERANAS F60 |

CAMINHADA

Será realizada sem intuítos competitivos.

PRÉMIOS

GERAL 15/28KM

| Classificação Geral | Masculino | Feminino |
|---------------------|-----------|----------|
| 1º Lugar | Troféu | Troféu |
| 2º Lugar | Troféu | Troféu |
| 3º Lugar | Troféu | Troféu |

ESCALÕES - TRAIL 28km/15km

| Classificação | Masculino | Feminino |
|---------------|-----------|----------|
| 1º Lugar | Troféu | Troféu |
| 2º Lugar | Troféu | Troféu |
| 3º Lugar | Troféu | Troféu |

4- Material recomendado

Telemóvel, corta-vento, bone

5- INFORMAÇÃO SOBRE PASSAGEM DE LOCAIS COM TRAFEGO RODOVIÁRIO

Como será impossível realizar corte de tráfego rodoviário nas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito nas estradas de uso público, devendo ainda respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

6- INSCRIÇÕES

As inscrições poderão ser efetuadas na página WWW.Lap2go.com (inscrições)

8 - Valor das inscrições:

1: FASE ATÉ 15 MAIO ÁS **23H59**

28K – 15€

15k – 12€

8C - 8 €

2; FASE DE 16 DE MAIO ATÉ AO FINAL DAS INSCRIÇÕES

9 – Nº DE VAGAS

28K – 17€

15K - 15€

8C - 10€

28K – 1000 participantes

15k - 1000 participantes

8C – 500 participantes

10 - Pagamento:

Inscrições [Online](#) na plataforma www.lap2go.com (com pagamento automático: Referências Multibanco). Todo o processo é automático incluindo a atribuição de dorsal. Organizador acompanha evolução das inscrições em multiplataforma, com uma área privada.

11 - Material incluído com a inscrição:

Trail 28/15km: chip, t-shirt técnica, seguro desportivo, abastecimentos, banhos e ~~premio fischer~~.

Caminhada 8km; t-shirt tecnica, abastecimentos e outros brindes que a organização consiga obter.

Notas importantes:

Não serão devolvidas taxas de inscrição.

Os atletas são responsáveis por verificar se todos os seus dados se encontram corretos nas listas de inscritos, entretanto publicadas.

12 - SECRETARIADO E DORSAIS

O secretariado para entrega dos dorsais e KIT de participação funcionará:

No sábado, dia 28 de Maio, no Arraial Nossa Senhora Da Saude em Fermentelos das 14h00 às 19 horas.

No Domingo, dia 29 de Maio, no Arraial Nossa Senhora Da Saude, em Fermentelos das 7h00 horas às 8h30.

Todos os atletas devem proceder ao levantamento dos dorsais, no Secretariado nos períodos indicados.

13 - SEGURANÇA

Os atletas ficam obrigados a manterem-se atrás da linha de partida, na zona do aquecimento, até ao momento de chamada.

O percurso das provas estará marcado com fitas de cor, marcas refletoras e placas.

Só permitido o abastecimento de água ou outros produtos aos atletas nos locais indicados pela Organização, nas chamadas zonas de abastecimento.

No dorsal do atleta, serão indicados números de telefone da Organização, a serem usados em caso necessário.

A organização reserva-se o direito de realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições encontradas no dia do evento, assim como à suspensão da prova se as condições não permitirem o seu desenvolvimento em segurança pondo em risco a integridade física dos atletas

14 - IDENTIFICAÇÃO

Ao inscrever-se no 4; TRAIL.2022 será atribuído, aos concorrentes, um número de identificação individual e um chip para contagem dos tempos.

Colocação para cronometragem

O chip do atleta é pessoal e intransmissível.

15 - ABASTECIMENTOS

A organização responsabiliza-se pela boa hidratação de todos os atletas participantes; assim, será distribuída água, fruta e outras bebidas que a organização consiga arranjar, em todos os abastecimentos e na chegada haverá um reforço com líquidos e sólidos.

28K – LIQUIDO + SÓLIDOS + LIQUÍDOS

15k- líquido + SÓLIDO

8C - 1 LIQUIDO

**A informação dos pontos de abastecimento será oportunamente publicada nos canais de comunicação do evento.*

No final das provas haverá abastecimento líquido e sólido.

Por motivos ambientais não serão distribuídas garrafas de água aos atletas do Trail e da Caminhada. Os atletas deverão nas zonas de abastecimento encher o seu reservatório, ou em alternativa beber no local em copos.

16 - RESPONSABILIDADE

Todos os participantes serão cobertos por um seguro de Acidentes Pessoais, Estando sujeitos ao pagamento da franquia caso exista.

A organização reserva-se no direito de divulgar imagens desta atividade nos meios de comunicação social e em suportes de comunicação da organização.

17 - DUCHE

A Organização disponibiliza duche aos atletas em balneários

PROGRAMA (sujeito a pequenas alterações)
QUINTA.17

8:45 - Briefing geral aos participantes;

9:15 – Partida 28Km

9h30 – Partida 15km

9h30– Partida 8km caminhada

12H Entrega de premios

18 - INFORMAÇÕES

Tel. +351 965666989 / +351 917110865

19 - ESTACIONAMENTO NO DIA DA PROVA

A A.D.F Bike Riders nao se responsabiliza por qualquer dano causado aos veículos no dia da prova.

20 - CASOS OMISSOS

Os casos omissos a este regulamento serão decididos pela organização, a qual será soberana.

21 – NORMAS DE CONDUTA

Todos os participantes deverão:

1. Conhecer e aceitar as condições do presente regulamento;
2. Efetuar corretamente a inscrição;
3. 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.
4. Estar conscientes da distância e das particularidades das provas e estarem suficientemente treinados para isso.
5. 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.
6. Saber que as provas são de participação individual, e que não podem fazer-se acompanhar de animais.
7. Aceitar que, caso desistam de participar nas provas em que se encontram inscritos, a organização não devolverá o valor das respetivas inscrições.
8. Saber que não se aceita alterações dos dados pessoais fornecidos pelos participantes após o termo das inscrições.
9. Saber que não deverá abandonar embalagens vazias ou qualquer outro tipo de lixo nos percursos das provas preservando a natureza e locais de passagem das provas.

DESCCLASSIFICAÇÃO DE PARTICIPANTES

Caso não cumpram o regulamento do 4 TRAIL.2022 ADF

Caso não completem a totalidade do percurso em que se encontram inscritos;

Caso ignorem as recomendações da organização do 4;TRAIL.2022

Caso demonstrem uma conduta antidesportiva.