

## **Regulamento**

### **3° Trail Vila Maior Em Turismo 2023**

O 3° Trail Vila Maior Em Turismo 2023 pretende promover a prática desportiva, em geral, o desporto pela natureza, dinamizando desta forma, o Trail Running na região, trazendo ao Concelho de Santa Maria da Feira, atletas de diversos pontos do País.

Esta prova é organização da Festa Espírito Santo e conta com apoio da junta de freguesia de Vila Maior e câmara municipal de Santa Maria da feira

O Trail Vila Maior Em Turismo é uma prova de Trail Running, realizada por trilhos sinalizados, em piso acidentado, estradões e obstáculos naturais em contato com a Natureza, com a partida e chegada em Vila Maior. Este evento, limitado a 400 participantes, conta com a realização de um Trail longo, um trail Curto e uma caminhada.

#### **2. Tipo de prova e horários:**

Domingo, 14 de Maio às 09:00 – 15:00.

Trail longo – 25km ( início as 9h )

Trail curto – 15km ( início as 9h15 )

Caminhada – 8km ( início as 9h20 )

#### **3. Condição física obrigatória:**

É condição obrigatória que os participantes, para qualquer uma das provas e caminhada, gozem 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 (Lei Nº 5/2007, de 16 de janeiro – Artº 40º, nº2).

#### **4. Idade de Participação nos Trails:** Trail longo, trail Curto e caminhada

Podem participar indivíduos de ambos os sexos com idade igual ou superior a 18 anos no trail longo e 16 anos no trail curto, desde que gozem 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 (Lei Nº 5/2007, de 16 de janeiro – Artº 40º, nº2).

#### **5. Secretariado (Inscrições e pagamento):**

Inscrições podem ser feitas no site da empresa Lap2go em: Lap2go.com

O valor das inscrições serão de 10 euros para os trails com inscrições confirmadas até ao dia 10 de Maio

O valor da inscrição da caminhada será de 5 euros até ao fecho das inscrições

As inscrições para os trails podem ser efectuadas até ao dia 10 de Maio e para a caminhada até ao horário de partida da mesma.

A organização não se vê no direito de devolver o dinheiro da inscrição dos atletas já confirmados e que não possam comparecer no dia do evento. Caso o atleta solicite alteração de inscrição para uma prova com uma distância inferior, o eventual valor de diferença não será restituído. Até à data limite de inscrições, é permitida a alteração de inscrição de distância ou alteração de titular.

#### **6. Seguro:**

Qualquer acidente ocorrido deverá ser imediatamente comunicado à organização da prova, no mais curto prazo de tempo, a qual providenciará o seu encaminhamento para a instituição médica mais próxima, juntamente com o impresso de participação de sinistro.

O seguro está direccionado à pessoa originalmente inscrita.

#### **7. Sinalização:**

A cor da fita será anunciada no momento da partida. Deve percorrer todo o trilho sinalizado o mais perto possível das marcações não devendo atalhar nos pontos em que eventualmente tal seja possível. O não acatamento desta norma pode levar à desclassificação, se no entender da organização da prova tal for feito com a intenção de diminuir a distância percorrida ou, de diminuir as naturais dificuldades técnicas do percurso trazendo vantagem. Em caso de se perder deverá voltar atrás pelo caminho que seguiu e procurar o caminho sinalizado. O

percurso será realizado entre ribeiras e obstáculos naturais em contacto com a Natureza, etc. As provas não estão totalmente fechadas e, nesse sentido, os participantes devem ter em consideração o facto de que poderá haver viaturas, pessoas e animais a circular num ou noutro sentido dos percursos da prova. Ao atravessar estradas públicas os participantes devem ter a máxima atenção. Em condições climatéricas extremas, a partida pode ser atrasada no máximo duas horas, período após o qual a prova é cancelada. A organização poderá também suspender, reduzir ou parar a prova, nas condições climatéricas mencionadas. Em ambos os casos, não haverá direito a reembolso.

#### **8. Plano de altimetria e Abastecimentos do percurso:**

Os mapas com as altimetrias dos percursos serão disponibilizados em tempo útil aos atletas inscritos. Será disponibilizada água e alimentos para os participantes dos trails de forma a evitar situações de desidratação e desnutrição.

#### **9. Material recomendado e obrigatório:**

- Telemóvel (obrigatório);
- Água (recipiente para água - obrigatório) e alimentos energéticos. Não serão fornecidos copos pela organização.
- Dorsal (colocado à frente), alfinetes para a colocação do mesmo ou porta dorsais - obrigatório;
- Calçado e vestuário adequados para a prática de Trail Running;
- Boné e protetor solar;
- Manta térmica;
- Mochila de hidratação;
- Apito.

#### **10. Regras de conduta desportiva:**

Aos atletas participantes exige-se respeito pelo desafio, entreajuda e respeito pelos outros concorrentes, organizadores e colaboradores; respeito pelo ambiente natural em que decorrem procurando um impacto ambiental nulo.

Um atleta nunca deverá ficar sozinho em caso de lesão e necessidade de apoio e deverá comunicá-lo, logo que possível à organização.

#### **11. Lixo:**

Cada pessoa deve transportar o lixo que fizer, sem prejudicar o Ambiente em causa, assim como não danificar os locais por onde transita.

## **12. Controle:**

Haverão pontos de controlo onde os atletas terão obrigatoriamente de parar e seguir as instruções dadas pelos elementos presentes da organização.

## **13. Dorsais:**

O dorsal habilita à participação no evento. Os Atletas deverão usar o dorsal bem visível e numa posição de fácil acesso e consulta (frente). Será também fornecido um chip que permitirá na chegada na meta a sua identificação e validação da sua participação. Serão apenas validados os atletas que na passagem pela meta apresentarem o seu dorsal devidamente controlado e com o chip de identificação fornecido pela organização.

## **14. Apoio Técnico:**

A Organização colocará, durante e final da prova, ao dispor dos participantes:

- Elementos identificados para quaisquer esclarecimentos e/ou auxílio;
- Abastecimentos líquidos e sólidos;
- Primeiros Socorros;
- Zona de banhos no campo de jogos do padrão Vila maior, Devemos salientar que os atletas têm se identificar com o dorsal da prova.

## **15. Classificação e Prémios a atribuir:**

Os prémios serão distribuídos pelos três ( 3 ) primeiros atletas masculinos e femininos a terminar a prova em ambas as provas de trail ( 25 e 15 Km ). Também haverão troféus para os três ( 3 ) primeiros classificados de cada escalão definido, quer no género masculino quer no género feminino e classificação por equipas, pelo menor tempo acumulado dos três primeiros atletas

A caminhada não tem carácter competitivo e como tal não terá classificação.

17. Entrega de prémios: 30 minutos após a chegada do 3º classificado de cada escalão.

### **15.1 Escalões etários**

Normas Gerais

1. Os Escalões Etários são considerados em relação ao Ano Civil em que os atletas atingem as idades estipuladas pelo que, os Escalões para os Anos de Nascimento agora considerados são válidos de 01 de janeiro de 2023 até 31 de dezembro de 2023.

2. Os atletas são escalonados de acordo com a sua idade nos seguintes agrupamentos Etários, independentemente do sexo:

3.

ESCALÕES / IDADES

### 3.1

Idade	masculinos	femininos
Escalões p/prémios.		
Até 22anos	M sub23	F sub23
23 a 39 anos	M seniores	F seniores
40 a 49 anos	M 40	F 40
50 a 59 anos	M 50	F 50
60 ou mais anos	M 60	F 60

#### **Desclassificações:**

Os membros da Organização estão habilitados para retirar de prova qualquer atleta que não termine a prova ou não respeite as normas em vigor no regulamento.

#### **18. Direitos de imagem:**

A aceitação do presente regulamento traduz, obrigatoriamente, que o participante autoriza a organização do circuito a gravação total ou parcial da sua participação no mesmo, pressupondo também a sua concordância para que a organização possa utilizar a imagem do atleta para a promoção e difusão do circuito em todas as suas formas (em toda a comunicação social, internet, fotografia, vídeo, cartazes, 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 ou em espécies.

Todos os atletas e público estão autorizados pela organização a captar imagens e vídeos do evento.

No equipamento individual, todos os atletas poderão usar qualquer inscrição publicitária desde que não seja abusiva nem viole as normas de bom senso e ética desportiva.

Obrigado e boa participação!