



# DOURO ULTRA TRAIL

5 OUT. 2024

Regulamento



## **Regulamento DOURO ULTRA TRAIL**

**Evento:** Douro Ultra Trail

**Localização:** Peso da Régua.

**Data:** 5 de Outubro de 2024

### **Regulamento oficial de prova**

Este é o regulamento para a prova denominada "Douro Ultra Trail".

**mail:** [info@nexplore.pt](mailto:info@nexplore.pt)

**Organiza:** Nexplore Lda



**Nexplore**  
Nature . Sports . Adventure . Passion

## 1. INFORMAÇÃO GERAL

1. A Nexlore Lda. é a entidade organizadora do evento denominado DOURO ULTRA TRAIL®, de agora em diante designado DUT, que decorrerá nos dias 6 e 7 de Outubro de 2023.

2. A denominação DOURO ULTRA TRAIL® é uma marca registada pertencente à entidade organizadora.

3. O DUT é um evento de Trail Running que integra quatro provas:

<u>Designação da prova</u>	<u>Descrição da prova</u>
ULTRA TRAIL	Prova com distância de aproximadamente 85Km
TRAIL LONGO	Prova com distância de aproximadamente 50Km
TRAIL	Prova com distância de de aproximadamente 25km
TRAIL CURTO	Prova com distância de aproximadamente 15km

4. Poderá existir paralelamente com as provas uma Caminhada de aproximadamente 10km. A caminhada terá o seu próprio regulamento.



## **2. REQUISITOS E OBRIGAÇÕES DOS PARTICIPANTES**

Para participar no evento os participantes devem reunir os seguintes requisitos:

1. Ter pelo menos 18 anos, à data da realização da prova, no caso das provas ULTRA TRAIL e TRAIL LONGO.

2. A participação a menores de 18 anos só é permitida nas provas de TRAIL e TRAIL CURTO e quando acompanhada por um Adulto que seja responsável pelo menor. A organização não tem forma de verificar o cumprimento deste ponto, pelo que apela ao bom senso dos atletas e respectivos responsáveis para o seu cumprimento.

3. Conhecer e aceitar as condições do presente regulamento.

4. Efetuar correctamente a inscrição.

5. Os participantes inscritos no DUT aceitam participar voluntariamente e sob a sua própria responsabilidade na competição. Por conseguinte concordam em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e outros participantes de qualquer responsabilidade com os mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes.

6. Onde não existir corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir as regras de trânsito, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

7. Os participantes devem estar conscientes da distância, das particularidades da prova e estarem suficientemente treinados para isso.

8. Terem adquirido, antes da prova, uma real capacidade de autossuficiência em montanha, que permita a gestão dos problemas induzidos por este tipo de prova, nomeadamente em condições de alterações climáticas (noite, vento, frio, nevoeiro, chuva ou neve).

## **2. REQUISITOS E OBRIGAÇÕES DOS PARTICIPANTES**

9.Os participantes terão de saber enfrentar problemas físicos e mentais resultantes de fadiga extrema, problemas digestivos, articulares e dores musculares, assim como outros associados com o esforço físico e, eventuais limitações de saúde do próprio.

10.Ter a consciência de que não é papel da organização ajudar um participante a ultrapassar estes problemas e que tal depende principalmente da sua capacidade em adaptar-se às situações problemáticas decorrentes deste tipo de evento.

11.Esta prova é de participação individual ou em dupla, não é permitido fazer-se acompanhar de animais, nem de qualquer outro tipo de acompanhamento.

12.Os elementos que participem em duplas deverão efetuar a prova juntos, em particular em todos os pontos de cronometragem e controlo da respectiva prova.

## **3. INSCRIÇÕES**

1.A inscrição no DUT implica compreender e aceitar sem reservas as regras e regulamento da prova.

2.Somente as inscrições feitas na página web [www.douroultratrail.com](http://www.douroultratrail.com) é que serão aceites.

3.Existe a possibilidade de inscrição individual ou em dupla. Apenas nas distâncias ULTRA TRAIL e TRAIL LONGO são permitidas a inscrição em dupla.

4.Cada participante/dupla deve preencher corretamente o formulário de inscrição e pagar o valor de inscrição.

5.O registo só será válido mediante o pagamento da taxa de inscrição.

6.Após confirmação do pagamento, o nome vigorará na lista de inscritos.

7.O período de inscrições decorrerá entre 14 de Fevereiro e 20 de Setembro de 2024.

8.As taxas de inscrição são as seguintes:

### 3. INSCRIÇÕES

Prova	14 e 15 Fevereiro		16 de Fevereiro a 31 de Julho		1 de Agosto a 20 de Setembro	
	Individual	Dupla	Individual	Dupla	Individual	Dupla
<b>ULTRA TRAIL</b>	<b>35 €</b>	<b>55 €</b>	<b>45 €</b>	<b>80€</b>	<b>55 €</b>	<b>85€</b>
<b>TRAIL LONGO</b>	<b>25 €</b>	<b>40 €</b>	<b>30€</b>	<b>55€</b>	<b>35€</b>	<b>60€</b>
<b>TRAIL</b>	<b>20 €</b>		<b>25 €</b>		<b>25 €</b>	
<b>TRAIL CURTO</b>	<b>12 €</b>		<b>15 €</b>		<b>20 €</b>	
<b>CAMINHADA</b>	<b>6€</b>					

9. Não serão aceites inscrições de atletas que a organização tome conhecimento se encontrem punidos pelas respectivas federações devido a sanções aplicadas na sequência de controlos anti-doping.

10. Após o fecho de inscrições, não são permitidas alterações.

## **A inscrição inclui:**

Kit de Atleta. Ver descrição no respectivo ponto deste regulamento.
Seguro de responsabilidade civil do evento e acidentes pessoais.
Abastecimento de sólidos e líquidos, enquanto em competição, nos postos assinalados.
Lembrança oficial do evento. (p.e. t-shirt ou buff). Será indicado no site do evento.
Assistência médica, nos postos assinalados.
Transporte para a chegada, em caso de abandono ou ser impedido pela organização de continuar em prova.
Prémio Finisher.
Duches.
Brindes de patrocinadores.
Acompanhamento das autoridades rodoviárias nos pontos de maior perigo.
Acompanhamento das autoridades de segurança ao longo do percurso.
Serviço de muda de roupa para a prova ULTRA TRAIL.
Cronometragem do evento.
Prémios para os lugares de pódio.
Todo o licenciamento legal para a realização do evento.
O pagamento da taxa de inscrição implica uma reserva de lugar.

## **4 LUGARES LIMITADOS**

1. Devido a razões de logística o DUT é limitado a 1500 participantes, no total das 4 provas. Este valor poderá ser ajustado para superior ou inferior, mediante a organização entenda ter a respectiva capacidade logística.
2. A entidade organizadora reserva 50 lugares para satisfazer os seus compromissos.
3. A entidade organizadora reserva-se ao direito de aumentar ou reduzir o número de vagas por razões de segurança ou por qualquer outro motivo que possa afectar o bom funcionamento da prova. Todas as alterações serão anunciadas com a devida antecedência no site oficial.
4. A entidade organizadora reserva-se ao direito de excluir da corrida, mesmo antes do seu início, qualquer participante que, através de seu comportamento, condicione a gestão e/ou o bom funcionamento da prova. Caso isso ocorra, o atleta não será reembolsado.

## **5 ALTERAÇÃO DA INSCRIÇÃO, CANCELAMENTO DE INSCRIÇÃO E REEMBOLSO DA TAXA**

1. Até à data limite de inscrições, é permitida a alteração de inscrição de prova, ou alteração de titular.
2. No caso de alteração para distância inferior terá de pagar uma taxa adicional de 5,00 €. O eventual reembolso é de acordo com o valor de inscrição em vigor na data do pedido de alteração.
3. O reembolso pode ser solicitado quando um participante tiver um impedimento para fazer a prova, desde que o mesmo esteja associado a um acidente ou a uma doença diagnosticada já após o registo na prova.
4. O cancelamento deve ser solicitado por e-mail para [info@nexplore.pt](mailto:info@nexplore.pt). A este pedido terá de ser anexado o atestado médico. Após análise da organização, é comunicada a decisão ao atleta por email.
5. Não serão aceites cancelamentos por telefone.
6. Os montantes reembolsados aos participantes que reúnam as condições acima mencionadas, irão variar de acordo com a data em que solicitar o reembolso.

## Datas de Reembolsos

<b>até 31 de Maio de 2024</b>	75% da taxa será devolvida
<b>de 1 de Junho a 31 de Julho de 2024</b>	50% da taxa será devolvida
<b>de 1 de Agosto a 31 de Agosto de 2024</b>	25% da taxa será devolvida
<b>a partir de 01 de Setembro de 2024</b>	não haverá direito a reembolso

7. O reembolso das taxas pagas será feito nas condições acima apresentadas.

8. Se o evento for cancelado por razões alheias à vontade da organização, até à data limite das inscrições, haverá direito a reembolso numa determinada percentagem calculada pela organização, que permita cobrir os gastos até então assumidos com o evento.

## **6 SEMI-AUTONOMIA**

1. Semi-autonomia é definida como a capacidade de ser autónomo entre dois postos de abastecimento, não somente na comida mas também no vestuário e segurança, sendo capaz de se adaptar particularmente a situações adversas (mau tempo, problemas físicos, lesões, etc.). Os participantes devem possuir a capacidade de semi-autonomia.

## **7 MATERIAL OBRIGATÓRIO**

1. Durante a competição, todos os participantes têm de se fazer acompanhar da totalidade do material obrigatório. Em qualquer momento durante a prova, os directores ou chefes de controlo podem verificar o material obrigatório. O participante terá de aceitar estes controlos de forma pacífica, sem contestar, sob pena de ser excluído da prova. Ver lista de penalizações.

2. O material obrigatório será verificado no secretariado a todos os atletas das provas ULTRA TRAIL e TRAIL LONGO, não será entregue kit a quem não tenha todo o material obrigatório.

3. O levantamento por terceiros implica a apresentação do material obrigatório.

4. Lista de material obrigatório:

<b>Material obrigatório</b>	<b>ULTRA TRAIL</b>	<b>TRAIL LONGO</b>	<b>TRAIL</b>	<b>TRAIL CURTO</b>
Dorsal – deverá ser colocado na parte frontal do atleta e visível durante a totalidade do percurso	X	X	X	X
Mochila ou equipamento similar	X	X		
Depósito de água ou equivalente de 1 litro de capacidade, no mínimo	X	X	X	X
Manta térmica (min. 100x200)	X	X	X	X
Casaco-Impermeável	X	X		
Telemóvel operacional (com saldo e bateria suficientes)	X	X	X	X
Alimentação de reserva	X	X	X	X
Apito	X	X	X	X
Copo (a organização não cederá copos nos abastecimentos)	X	x	x	x
Lanterna / Frontal, com pilhas de substituição	X			

<b>Material fortemente recomendado (opcional)</b>
Bastões
Calças compridas, que no mínimo cubram o joelho
Porta-resíduos, integrado ou não na mochila
Luvas
Boné ou "buff"
Muda de roupa
Protector solar
Quantia em numerário (para fazer face a algum imprevisto)

5. Por questões de segurança, é recomendável aos participantes que façam a verificação do seu material, no intuito de se certificarem que está em perfeitas condições para a realização da prova.

6. Um atleta que pretenda levantar o kit e não apresente o material obrigatório poderá fazê-lo, mas não lhe será entregue o dorsal de participação.

## **8 POSTOS DE CONTROLO E ABASTECIMENTOS**

- 1.Os postos de controlo são pontos obrigatórios de passagem e estão localizados em locais delineados pela organização. Em cada um destes pontos estará um elemento da organização.
- 2.Não controlar um ou mais pontos de controlo, levará à desclassificação do participante ou dupla.
- 3.Ambos elementos da dupla têm de passar nos pontos de controlo e o tempo de passagem considerado é do elemento que passar por último.
- 4.Durante a prova poderão existir "controles-surpresa" de forma a assegurar o cumprimento integral do percurso. A sua posição, obviamente, não será comunicada pela organização.
- 5.Somente os participantes com peitoral visível terão acesso aos postos de controlo e alimentação. A não observância desta regra acarreta a penalização prevista neste regulamento, por cada vez que ocorrer a infracção.

## **9 MUDA DE ROUPA - ULTRA TRAIL**

- 1.Estará disponível aos atletas da prova ULTRA TRAIL um ponto de muda de roupa. Este local será um ponto intermédio do percurso.
- 2.Este serviço é disponibilizado apenas aos atletas da prova ULTRA TRAIL.
- 3.O saco utilizado é da responsabilidade do atleta. A organização apenas coloca uma identificação no mesmo e efetua o transporte de ida para o ponto de muda e respectivo regresso.
- 4.O horário e local para entrega do saco são os mesmos do secretariado de prova. O saco ao ser entregue é etiquetado com o número do dorsal do atleta.
- 5.O horário para recolha do saco está condicionado à passagem de todos os atletas no ponto de muda. O horário será publicado no site do evento.
- 6.Os sacos serão entregues nas mesmas condições em que foram deixados pelos atletas. A organização não se responsabiliza por eventuais faltas de objetos que eventualmente estivessem no saco.
- 7.O saco é devolvido mediante a apresentação do respectivo dorsal.

## 11 ABASTECIMENTOS

Os postos de abastecimento são constituídos por comida e bebida para ser consumida no local. Somente água é destinada a encher os depósitos e outros recipientes.

Cada participante certifica-se, ao deixar cada posto de abastecimento, ter a quantidade de bebida e comida necessária para alcançar o próximo abastecimento.

2.Haverá dois tipos de postos de abastecimento: uns, só de líquidos e, outros, sólidos e líquidos que irão variar de acordo com a sua localização.

3.Aos participantes é possível assistência pessoal, dada apenas por uma pessoa e somente autorizada nos 100 metros que antecedem a entrada nos postos de controlo/abastecimento. Toda a assistência profissional (treinador, médico, equipa) é estritamente proibida.

## 12 GRAU DE DIFICULDADE, DISTÂNCIA, TEMPO MÁXIMO E BARREIRAS HORÁRIAS

Prova	Distância	Barreira Horária – Sr. Da Serra	Barreira Horária - Fontes	Tempo máximo	Grau de dificuldade
<b>UT85</b>	<b>Aprx 90 km</b>	<b>10h - até às 16h km 53</b>	<b>15h - até às 21h - km 71</b>	19h	Muito difícil
<b>TL50</b>	<b>Aprx 50 km</b>	-	<b>6h - até às 14h00 - Km28</b>	12h	Difícil
<b>T25</b>	<b>Aprx 25</b>	-	-	6h30	Moderado
<b>MT15</b>	<b>Aprx 15</b>	-	-	5h	Fácil

## **12 GRAU DE DIFICULDADE, DISTÂNCIA, TEMPO MÁXIMO E BARREIRAS HORÁRIAS**

1. As barreiras horárias são calculadas para permitir aos participantes alcançar a linha de meta no tempo limite imposto, contabilizando já as possíveis paragens (descanso, abastecimentos, etc.).
2. Para serem autorizados a continuar em prova, os participantes devem chegar e sair do posto de controlo antes do seu encerramento, caso contrário, será impedido de prosseguir e, consequentemente, será desclassificado.
3. Qualquer participante excluído da prova e que deseje continuar, só pode fazê-lo entregando o peitoral, prosseguindo à sua própria responsabilidade e em completa autonomia.
4. Por razões de força maior (meteorológicas e/ou de segurança) a organização reserva-se ao direito de alterar as barreiras horárias.

## **13 ABANDONO, EVACUAÇÃO E ASSISTÊNCIA MÉDICA**

1. Os abandonos devem ser feitos somente nos postos de controlo. Na eventualidade de um acidente ou lesão em que o participante esteja imobilizado e não consegue alcançar um posto de controlo, deve activar a operação de salvamento, entrando em contacto com a organização.
2. O número de contacto da organização, para efeitos de emergência, estará impresso no peitoral do participante e deverá ser igualmente gravado antecipadamente no telemóvel.
3. A organização disponibiliza transporte desde o ponto de abandono até à chegada. A recolha é feita em horários periódicos de 2 horas.
4. Haverá primeiros socorros posicionados ao longo do percurso. É essencial que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo, alertem o posto de controlo mais próximo ou contactem a organização.
5. Não esquecer que, devido a problemas associados ao ambiente e tipo de evento pode ser necessário aguardar pela assistência durante mais tempo do que o previsto. Assim sendo, a segurança primária dos atletas depende basicamente da qualidade dos materiais/equipamentos que os mesmos possuem.
6. Os participantes devem acatar as decisões do pessoal médico especializado.
7. É obrigatório comunicar à organização a desistência de prova.

## 14 ALTERAÇÃO DO PERCURSO OU DAS BARREIRAS HORÁRIAS E CANCELAMENTO

1. A organização reserva-se ao direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo / abastecimento, sem aviso prévio. Em caso de condições climatéricas/condições de segurança fortemente adversas, a partida pode ser atrasada no máximo duas horas, após o qual, a prova é cancelada. Não haverá direito a reembolso.

2. Durante a prova, em caso de mau tempo, e por razões de segurança, a organização reserva-se ao direito de modificar as barreiras horárias e, ou, de suspender, reduzir, neutralizar ou parar a prova. Não haverá direito a reembolso.

## 15 KIT DE ATLETA

PROVA:				
ITEM:	ULTRA TRAIL	TRAIL LONGO	TRAIL	TRAIL CURTO
<b>Dorsal</b>	X	X	X	X
<b>Lembrança da Prova</b>	X	X	X	X
<b>Brindes de patrocinadores</b>	X	X	X	X

A lembrança da prova poderá ser uma t-shirt, buff ou outro. Será indicado no site do evento.

## **16 LEVANTAMENTO DO KIT DO ATLETA**

1. Nos dias assinalados para o levantamento do kit de atleta os participantes devem apresentar os seguintes documentos: BI/CC ou Passaporte ou comprovativo de inscrição.
2. O comprovativo de inscrição é o email recebido pelo atleta.
3. Apenas é possível o levantamento do kit de atleta pelo próprio. O levantamento por terceiros só é permitido mediante apresentação do comprovativo de inscrição.
4. Após a data do evento, caso o kit não tenha sido levantado, o atleta poderá solicitar o envio do respectivo kit, caso o mesmo suporte os portes de envio indicados pela organização. O pedido terá de ser feito até 5 úteis dias depois da realização do evento. Após essa data a organização reserva-se no direito de destinar o fim que entender aos kits não reclamados.

## **17 SEGURO**

1. O organizador subscreve um seguro de responsabilidade civil e de acidentes pessoais durante a vigência do evento. Este seguro garante a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes.
2. Em caso de acidente, o participante deverá, em primeiro lugar, contactar a organização, a qual providenciará o seu encaminhado para a instituição médica mais adequada ao seu estado de saúde, juntamente com o impresso de participação de sinistro com o respetivo número da apólice, carimbado e assinado pelo tomador do seguro. Por vezes e, dada a urgência / gravidade de alguns acidentes, torna-se impossível diligenciar o preenchimento da participação no ato do sinistro. Nestas circunstâncias, a participação do sinistro poderá ser tratada após concluídos os primeiros socorros ao participante.
3. Todo e qualquer documento de despesa relacionado com um sinistro já participado, será previamente liquidado pelo sinistrado e os seus originais enviados à seguradora para posterior reembolso.
4. ATENÇÃO: Poderá existir uma franquía, como tal, a mesma será deduzida no valor a ser reembolsado.
5. A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para activar o seguro.

## **18 PARTIDA E CHEGADA**

1. O relógio iniciará a contagem no momento estabelecido, com ou sem a presença dos participantes. Os participantes que não estiverem presentes na partida ou que se apresentem para além deste período, serão impedidos de partir e, como tal, não serão classificados.
2. À chegada, os participantes finalizarão a sua prova controlando a estação "FINISH".

## **19 PERCURSO E SINALIZAÇÃO**

1. Os percursos do DUT são maioritariamente compostos por caminhos, trilhos, veredas, estradas florestais não asfaltadas e pequenas extensões de asfalto. Os percursos utilizam vias públicas quer seja em estrada ou fora de estrada, atravessam sítios e vilas e utilizam acessos de serventias que passam por propriedades privadas. Os percursos não estarão, pois, fechados para as provas e nesse sentido os participantes devem ter em consideração o facto de poder haver viaturas, pessoas e animais a circular num e noutro sentido nos percursos das provas. Devem respeitar as normas de trânsito e agentes da autoridade.
2. Os percursos das provas atravessam algumas estradas e, por vezes, cruza-as na perpendicular. O atravessamento deve merecer a máxima atenção por parte dos participantes.
3. Haverá locais dos percursos em cujos caminhos poderão existir portões ou cancelas que os participantes terão de abrir e fechar. Sempre que um participante se depare com um portão ou cancela fechada deve deixá-la da forma que a encontrou.
4. A organização sinalizará o percurso com fitas sinalizadoras, placas e marcas no pavimento. É imperativo seguir os caminhos sinalizados sem tomar atalhos. Os participantes, se deixarem de ver sinalização durante uma longa distância, deverão voltar para trás até encontrar novamente a respectiva sinalização. O bom senso deve imperar.
5. A sinalização do percurso está sujeita a danos por parte de pessoas, animais, etc, que são alheios à organização. Caso o atleta tenha conhecimento de alguma acção deste tipo, deve de imediato contactar a organização.
6. Nos dias que antecedem o evento a organização disponibiliza o track do evento. Em caso de alterações ao percurso devido a razões pelas razões previstas neste regulamento, o track poderá não coincidir.

## 20 PENALIZAÇÃO E DESCLASSIFICAÇÃO

Não prestar assistência a um participante que esteja a necessitar de ajuda	Desclassificação e Erradicação de futuras edições
Abandonar a prova sem avisar a organização	Desclassificação e Erradicação de futuras edições
Partilhar o peitoral com outra pessoa, durante parte ou na totalidade do percurso	Desclassificação e Erradicação de futuras edições
Utilizar caminhos que não os sinalizados para a prova, atalhando intencionalmente o percurso	Desclassificação e Erradicação de futuras edições
Utilizar transporte não autorizado (boleia)	Desclassificação e Erradicação de futuras edições
Faltar gravosamente ao respeito para com a organização e participantes (agressão ou Insulto)	Desclassificação e Erradicação de futuras edições
Retirar sinalização do percurso	Desclassificação e Erradicação de futuras edições
Doping	Desclassificação e Erradicação de futuras edições
Desobedecer às medidas de segurança indicadas pela organização e entidades associadas	Desclassificação
Recusar sujeitar-se a avaliações/exames médicos	Desclassificação
Ausência do material obrigatório e/ou recusa da sua apresentação, se pedido pela organização	Desclassificação

## 20 PENALIZAÇÃO E DESCLASSIFICAÇÃO

INFRAÇÃO	SANÇÃO A APLICAR
Exceder o tempo limite de controlo nos CP'S com barreira horária	Desclassificação
Falhar um ou mais postos de controlo	Desclassificação
Pedir ajuda sem necessidade fundamentada	Desclassificação
Fazer-se acompanhar de animais	Desclassificação
Atirar lixo para o chão e/ou danificar o meio envolvente	Desclassificação
Utilizar caminhos que não os sinalizados para a prova, desde que não representem atalhos intencionais.	Penalização de 1H (1.º aviso); Desclassificação (2.º aviso)
Receber ajuda externa fora das áreas definidas pela organização	Penalização de 1H (1.º aviso); Desclassificação (2.º aviso)
Fazer-se acompanhar por pessoas não acreditadas pela organização, exceto nas áreas definidas pela organização	Penalização de 1H
Modificar, dobrar ou ocultar o material publicitário	Penalização de 1H
Lanterna apagada durante a noite	Penalização de 1H
Peitoral não visível	Penalização de 15m, por cada aviso

## 20 PENALIZAÇÃO E DESCLASSIFICAÇÃO

1.A organização baseada no seu próprio julgamento tem poderes para desclassificar ou não permitir a permanência em prova aos concorrentes que a dado momento configurem qualquer um dos seguintes casos:

OUTROS:
Problemas de saúde física ou mental.
Abuso ou violação premeditada do presente Regulamento de Prova.
Conduta antidesportiva.
Ingestão exagerada de bebidas alcoólicas.
A participar na prova sob a influência de drogas alucinogénias.
Grosseiro desrespeito pelas leis vigentes, religiões ou costumes.
Grosseiro desrespeito pelo meio ambiente (inclui invólucros de barras energéticas ou outros, propositadamente deitados ao chão).
Grosseiro desrespeito pelas regras de trânsito.

## 21 CATEGORIAS

1. Categorias dos participantes Individuais:

INDIVIDUAL		
SEXO	CATEGORIA	IDADE
<b>MEN</b>	ELITE	entre 18 e 39 anos
	MASTERS	entre 40 e 49 anos
	MASTER50	acima dos 50 anos
	MASTER60	acima dos 60 anos
<b>WOMEN</b>	ELITE	entre 18 e 39 anos
	MASTERS	entre 40 e 49 anos
	MASTER50	acima dos 50 anos
	MASTER60	acima dos 60 anos

## 21 CATEGORIAS

2. Categorias dos participantes em Dupla:

DUPLAS		
DESIGNAÇÃO	CATEGORIA	IDADE
<b>WOMEN</b>	GERAL	Superior a 18 anos
<b>MEN</b>	GERAL	Superior a 18 anos
<b>WOMEN/MEN</b>	GERAL	Superior a 18 anos

3. Para cada categoria deverá haver um mínimo de 15 participantes. Abaixo desse número, os participantes dessa categoria serão agrupados com a anterior. Esta regra pode ser aplicada recursivamente.

4. Os menores de 18 anos que participem no TRAIL CURTO serão integrados na categoria ELITE.

5. As categorias serão definidas em função dos dados disponibilizados pelos participantes no acto da inscrição, e tendo como referência a data da prova.

## **22** **CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS:**

1. As diferentes provas serão ganhas pelos concorrentes/duplas que somarem o menor tempo no final das mesmas, somadas que forem as devidas penalizações, se as houver.

2. Numa dupla ambos os atletas têm de terminar o percurso, caso contrário a dupla será desclassificada. O tempo da dupla que prevalece é tempo do último atleta que cruzou a meta. Para as três provas, somente os participantes que controlarem todos os postos de controlo (CP's) e cortarem a linha de meta dentro do tempo estipulado, serão classificados.

3. Numa dupla, ambos os atletas têm de passar os postos de controlo dentro do tempo estipulado. O tempo que prevalece o tempo do último atleta a cruzar o posto de controlo.

4. Se um atleta pertencente a uma dupla por alguma razão não for classificado, a dupla é também igualmente não classificada.

5. Haverá prémio de chegada para todos os atletas classificados das provas ULTRA TRAIL, TRAIL LONGO e TRAIL CURTO.

6. É obrigatória a presença dos premiados na cerimónia de entrega de prémios. A organização não enviará troféus nem quaisquer outros elementos por correio ou outro meio de distribuição.

A seguinte tabela resume todos os lugares de pódio do evento:

**CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS:**

INDIVIDUAL								
CLASSIFICAÇÃO	TRAIL CURTO 15 km		TRAIL 25km		TRAIL LONGO 50km		ULTRA TRAIL 85km	
1º	MASTERS 50 WOMEN	MASTERS 50 MEN						
2º	MASTERS 50 WOMEN	MASTERS 50 MEN						
3º	MASTERS 50 WOMEN	MASTERS 50 MEN						
1º	MASTERS WOMEN	MASTERS MEN	MASTERS WOMEN	MASTERS MEN	MASTERS WOMEN	MASTERS MEN	MASTERS WOMEN	MASTERS MEN
2º	MASTERS WOMEN	MASTERS MEN	MASTERS WOMEN	MASTERS MEN	MASTERS WOMEN	MASTERS MEN	MASTERS WOMEN	MASTERS MEN
3º	MASTERS WOMEN	MASTERS MEN	MASTERS WOMEN	MASTERS MEN	MASTERS WOMEN	MASTERS MEN	MASTERS WOMEN	MASTERS MEN

## CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS:

INDIVIDUAL								
CLASSIFICAÇÃO	TRAIL CURTO 15 km		TRAIL 25km		TRAIL LONGO 50km		ULTRA TRAIL 85km	
	1º	ELITE WOMEN	ELITE MEN	ELITE WOMEN	ELITE MEN	ELITE WOMEN	ELITE MEN	ELITE WOMEN
2º	ELITE WOMEN	ELITE MEN	ELITE WOMEN	ELITE MEN	ELITE WOMEN	ELITE MEN	ELITE WOMEN	ELITE MEN
3º	ELITE WOMEN	ELITE MEN	ELITE WOMEN	ELITE MEN	ELITE WOMEN	ELITE MEN	ELITE WOMEN	ELITE MEN
1º	OVERALL WOMEN	OVERALL MEN	OVERALL WOMEN	OVERALL MEN	OVERALL WOMEN	OVERALL MEN	OVERALL WOMEN	OVERALL MEN
2º	OVERALL WOMEN	OVERALL MEN	OVERALL WOMEN	OVERALL MEN	OVERALL WOMEN	OVERALL MEN	OVERALL WOMEN	OVERALL MEN
3º	OVERALL WOMEN	OVERALL MEN	OVERALL WOMEN	OVERALL MEN	OVERALL WOMEN	OVERALL MEN	OVERALL WOMEN	OVERALL MEN
1º	TEAMS		TEAMS		TEAMS		TEAMS	
2º	TEAMS		TEAMS		TEAMS		TEAMS	
3º	TEAMS		TEAMS		TEAMS		TEAMS	

**CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS:**

DUPLAS				
CLASSIFICAÇÃO	TRAIL LONGO 50km		ULTRA TRAIL 80km	
1º	WOMEN/WOMEN - ATLETA A -	WOMEN/WOMEN - ATLETA B -	WOMEN/WOMEN - ATLETA A -	WOMEN/WOMEN - - ATLETA B
2º	WOMEN/WOMEN - ATLETA A	WOMEN/WOMEN - ATLETA B	WOMEN/WOMEN - ATLETA A	WOMEN/WOMEN - ATLETA B
3º	WOMEN/WOMEN - ATLETA A	WOMEN/WOMEN - ATLETA B	WOMEN/WOMEN - ATLETA A	WOMEN/WOMEN - ATLETA B
1º	WOMEN/MEN - ATLETA A	WOMEN/MEN - ATLETA B	WOMEN/MEN - ATLETA A	WOMEN/MEN - ATLETA B
2º	WOMEN/MEN - ATLETA A	WOMEN/MEN - ATLETA B	WOMEN/MEN - ATLETA A	WOMEN/MEN - ATLETA B
3º	WOMEN/MEN - ATLETA A	WOMEN/MEN - ATLETA B	WOMEN/MEN - ATLETA A	WOMEN/MEN - ATLETA B
1º	MEN/MEN - ATLETA A	MEN/MEN - ATLETA B	MEN/MEN - ATLETA A	MEN/MEN - ATLETA B
2º	MEN/MEN - ATLETA A	MEN/MEN - ATLETA B	MEN/MEN - ATLETA A	MEN/MEN - ATLETA B
3º	MEN/MEN - ATLETA A	MEN/MEN - ATLETA B	MEN/MEN - ATLETA A	MEN/MEN - ATLETA B

## **CLASSIFICAÇÕES POR EQUIPAS:**

- 1.A classificação por equipas determina-se através da ordenação, crescente, do somatório dos 3 melhores tempos de cada equipa de acordo com a classificação geral.
- 2.Equipas com menos de 3 atletas não são consideradas na classificação de equipas. A classificação por equipas apenas existirá na participação individual.
- 3.Os atletas de uma mesma equipa têm de ter o nome exactamente igual. Nomes que não cumpram este requisito serão considerados diferentes. A alteração do nome de equipa segue as regras de alterações de dados previstas neste regulamento.

## **23 RECLAMAÇÕES**

1. Toda e qualquer reclamação deve ser colocada por email, para [info@nexplore.pt](mailto:info@nexplore.pt), até duas horas após a chegada do participante em questão. Na reclamação deve constar o nome do reclamante, n.º BI/CC ou passaporte, nome do(s) participante(s) afetado(s), n.º do peitoral e motivos alegados. As classificações provisórias também podem ser alvo de reclamação, 30 minutos após a sua publicação pelo mesmo modo.
- 2 O Júri, que analisará a reclamação, é composto pelo responsável do evento, pelo responsável da cronometragem e pelo responsável dos percursos. O Júri pronunciar-se-á antes da afixação dos resultados oficiais.
3. Reclamações sem fundamento serão consideradas desrespeito pela organização e avaliadas de acordo com as regras de Penalização e Desclassificação deste regulamento.
4. As decisões tomadas pelo júri são soberanas e não são objecto de apelo.

## **24 DIREITOS DE IMAGEM E PUBLICIDADE**

1.A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do DUT e de audiovisuais fotográficos e jornalísticos do evento. Qualquer projecto ou suportes publicitários produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da organização.

2.É obrigatório o uso do material publicitário fornecido pela organização, (peitoral, autocolantes, etc.). Modificar, dobrar ou ocultar o material publicitário será alvo de penalização.

## **25 PROTEÇÃO DE DADOS**

1.Os dados dos participantes indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos exclusivos de processamento no evento, sendo publicados nomeadamente na lista de inscritos, notícias diversas e classificação. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, rectificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para [info@nexplore.pt](mailto:info@nexplore.pt).



## **Modificações**

1. Estas regras podem ser editadas, e melhoradas a qualquer momento pela entidade organizadora, sem aviso prévio. O facto de realizar a sua inscrição implica a aceitação do presente regulamento.

## **Outros**

O Júri decidirá sobre todos os assuntos relacionados com o evento e que não foram objeto de regulamentação ou sobre más interpretações do presente regulamento.

A organização informará dos pormenores destes protocolos e a sua atualização, nos seus canais de comunicação oficial.



Para qualquer  
informação,  
contacta-nos.

[info@nexplore.pt](mailto:info@nexplore.pt)  
[geral@nexplore.pt](mailto:geral@nexplore.pt)