

REGULAMENTO DE PARTICIPAÇÃO

17 DE MARÇO 2024 – BARRAGEM DE QUEIMADELA - FAFE
FAFE TRAIL RUN - “À Conquista do Maroiço” – 22 KM
CAMINHADA DA PRIMAVERA – 10 KM

Apresentação da atividade:

A Caminhada da Primavera + FAFE TRAIL RUN - “À Conquista do Maroiço”, é respetivamente uma caminhada em montanha e uma prova de trail running que percorre trilhos, caminhos e estradões do concelho de Fafe, desenvolvendo-se maioritariamente na união de freguesias de Monte e Queimadela.

A data do evento é dia 17 de Março de 2024.

O percurso do trail running tem distância aproximada de 22 quilómetros e estima-se um desnível positivo de 1100 metros e desnível negativo de 1100 metros e tem passagens no Alto do Maroiço, Miradouro granítico da Laje Branca e Alto de Morgair, tendo como ponto de partida e chegada a Barragem de Queimadela.

A Caminhada da Primavera terá uma distância aproximada de 10 quilómetros com desnível positivo de 700 metros e desnível negativo de 700 metros.

A vertente desportiva do evento é organizada pelo Clube de Atletismo de Fafe – Fafe Runners.

A organização geral é assumida pela Associação de desenvolvimento local Bolota Campestre.

(As organizações poderão proceder a ligeiros ajustes relativamente ao desnível e distâncias, quer da caminhada quer da prova de trail running)

Horários gerais da atividade;

15 de Janeiro - Abertura das inscrições

10 de Março – Encerramento das Inscrições

16 de Março - 15:00 às 20:00 - Abertura do Secretariado e levantamento de dorsais - (Pavilhão Multiusos de Fafe)

17 de Março – 7:30 às 8:30 - Abertura do Secretariado e levantamento dorsais - (Barragem de Queimadela)

8:30 – Partida da Caminhada da Primavera (10km)

9:30 – Partida do Fafe Trail Run (22km)

12:30 – Entrega de Prémios

14:30 – Encerramento das atividades.

Tempo Limite/Barreira horária de supervisão;

Os atletas inscritos nos trail running podem fazer a totalidade do percurso a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem o tempo limite que será de 4 horas. Para além disso, o ponto de abastecimento situado em Morgair (12,2km) servirá como barreira de controlo horário, à qual os atletas deverão chegar no limite máximo de tempo de prova de 2 horas e 45 minutos. Ultrapassado o tempo de passagem limite, os atletas deverão continuar à sua própria responsabilidade, 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 designado tempo limite. Se a organização entender afastar um atleta devido ao seu estado de saúde, o mesmo assim o deve aceder, de modo a garantir o seu bem-estar físico e emocional.

Metodologia de controlo de tempos;

Controlo com recurso a chip fornecido pela entidade organizadora.

Postos de controlo;

A definir

Locais de abastecimento;

Trail Running (22km) aos 7km – Sólido + Líquido, aos 12,2km – Sólido + Líquido, aos 18km – Ponto de água, no final – Sólido + Líquido.

Caminhada da Primavera (10km) aos 4km – Sólido + Líquido, aos 7 km – Ponto de Água , no final – Sólido + Líquido.

Condições de participação;

O trail running está aberto a maiores de idade (18 anos).

A Caminhada da Primavera está aberta a menores desde que acompanhados por uma pessoa maior de idade.

A inscrição para ambas as atividades será feita através de uma plataforma online, no seguinte endereço: <https://lap2go.com/pt/home>

Será sempre necessário o documento de identificação, para o levantamento do dorsal e demais equipamentos referente à inscrição

Condições físicas;

Para participar nas atividades é indispensável estar consciente da distância e das dificuldades específicas das provas e de se encontrar adequadamente preparada física e psicologicamente. De ter capacidades de autonomia em cenário de montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de atividades. Saber enfrentar, sem ajuda externa, condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro, chuva, gelo e neve. Ter consciência concreta e capacidade para gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, lesões, etc. Estar consciente que a organização poderá auxiliar, contudo cada pessoa deverá ter capacidade de gerir os seus problemas.

Ajuda externa;

Aos participantes é possível assistência pessoal, autorizada nos 100 metros que antecedem e procedem os postos de controlo/abastecimento, desde que não interfira com os outros participantes.

Colocação dorsal/chip para efeitos de cronometragem;

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado de forma bem visível e de preferência à altura do peito. Não é permitida qualquer alteração na colocação do dorsal sob pena de desclassificação, nomeadamente a colocação do dorsal na mochila. O chip de identificação e cronometragem deve ser colocado no calçado para eficaz leitura por parte do sistema, sob pena dos resultados serem inválidos.

Regras de conduta desportiva;

O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas os modelos de participação na atividade, serão alvo de advertência, expulsão ou desqualificação.

Tempo Limite/Barreira horária de supervisão;

Os atletas inscritos nos trail running podem fazer a totalidade do percurso a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem o tempo limite que será de 4 horas. Para além disso, o ponto de abastecimento situado em Morgair (12,2km) servirá como barreira de controlo horário, à qual os atletas deverão chegar no limite máximo de tempo de prova de 2 horas e 45 minutos. Ultrapassado o tempo de passagem limite, os atletas deverão continuar à sua própria responsabilidade, 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 designado tempo limite. Se a organização entender afastar um atleta devido ao seu estado de saúde, o mesmo assim o deve aceder, de modo a garantir o seu bem-estar físico e emocional.

Material recomendado e obrigatório;

Por questões de consciência ambiental, a organização não cederá copos durante os abastecimentos, pelo que será essencial que cada participante se faça acompanhar de reservatório para líquidos.

Os participantes nas atividades descritas deverão ter em atenção que, pela dureza do evento e dificuldades acrescidas pelas condições atmosféricas que se poderão verificar, é fortemente recomendado para o trail running que se façam acompanhar do seguinte material:

- Manta de sobrevivência, apito, corta-vento ou impermeável, telemóvel com bateria carregada.

Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário;

Como será impossível realizar corte de tráfego rodoviário em todas as 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.

Penalizações / desclassificações;

Será penalizado ou desclassificado todo aquele que:

- a) Não complete a totalidade do percurso (desclassificado);
- b) Deteriore ou suje o meio por onde passe (desclassificado);
- c) Não leve o dorsal bem visível (penalização);
- d) Alteração do dorsal (desclassificado);
- e) Ignore as indicações da organização (penalização);
- f) Tenha alguma conduta antidesportiva (desclassificado);
- g) Não passe nos postos de controlo (desclassificado)

Seguro de participação;

Seguro desportivo ou de participação de acordo com a lei em vigor.

Valor de inscrição;

Fafe Trail Run – 16€ até 31 de janeiro 2024

Fafe Trail Run – 18€ a partir de 1 de fevereiro 2024

Caminhada da Primavera – 8€

Lotação;

Trail – 250 vagas

Caminhada da Primavera - 400 vagas

Condições de devolução do valor de inscrição;

Em momento algum, o valor da inscrição será devolvido caso o participante desista da atividade. Em caso de desistência antecedente a 10 de março, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro participante. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos/motivos.

Material incluído com a inscrição;**Fafe Trail Run**

- Dorsal;
- Chip;
- Seguro de acidentes pessoais;
- Abastecimentos;
- Banhos;
- T-Shirt Técnica;
- Prémio Finisher;

Caminhada da Primavera

- Lembrança Finisher;
- Seguro de acidentes pessoais;
- Abastecimentos
- T-Shirt
- Outros brindes que a organização consiga angariar.

Categorias e prémios;

Os prémios serão entregues no dia 17 de março de 2024, na local do evento - Barragem de Queimadela, com horário previsto para as 12:30.

Definição das categorias etárias / género / individuais e equipas;**Fafe Trail Run:**

Masculinos: Seniores – 18 a 39 anos

M40 – 40 a 49 anos

M50 – 50 mais de 50 anos

Femininos: Seniores – 18 a 39 anos

F40 – 40 a 49 anos

F50 – mais de 50 anos

Os três primeiros classificados por género têm direito a prémio monetário.

Existirá prémio monetário meta-volante para o primeiro atleta por género a atingir o primeiro ponto de controlo intermédio estabelecido.

As três melhores equipas classificadas terão prémio troféu (nos prémios por equipas não haverá escalões, nem género sendo considerada “equipa” o conjunto dos 3 primeiros elementos dessa mesma equipa). Para a classificação por equipa a organização considera os nomes de equipa literalmente inscritos de igual forma.

Prazos para reclamação de classificações;

Todas as reclamações devem ser feitas até às 48h seguintes ao dia da prova.

Marcação e controlos;

O percurso estará marcado com fitas sinalizadoras e placas / setas, sendo obrigatória a passagem pelos controlos estabelecidos.

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.

Apoio e emergência;

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem. Em linha com os princípios fundamentais das modalidades, todos os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados até à chegada da equipa de emergência.

Direitos de imagem;

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.

Proteção de dados;

Os dados dos atletas indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos de processamento no evento, sendo publicados nomeadamente na lista de inscritos e transmitidos à equipa de cronometragem da prova. Os dados serão também registados para divulgação futura de eventos da entidade organizadora. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para ass.abolota@gmail.com ou fafetrailrun@gmail.com.

Casos omissos;

Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pela organização, de cujas decisões não haverá recurso.

Diversos;

A organização reserva-se o direito a 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. Este regulamento poderá ainda ser alterado de modo que fique mais completa a informação.