

= Mâmoa River Trail 4ª Edição =
Regulamento

7 de Julho de 2024

1. Condições de participação:

A 4ª edição do Mâmoa River Trail é uma prova que percorre trilhos, caminhos e serras na zona de Milheirós de Poiães, concelho de Santa Maria da Feira a concelhos limítrofes, com partida e chegada na Praia Fluvial da Mâmoa.

Serão realizadas 3 distâncias: 25km, 15km e Caminhada.

1.1. Idade participação diferentes provas

O Trail Longo e o Trail Curto estão abertos a maiores de idade (18 anos) e a caminhada aberta a menores desde que acompanhados por uma pessoa maior de idade.

1.2. Inscrição regularizada

A inscrição será feita através da plataforma site www.lap2go.com.

Aquando do levantamento do dorsal é necessário levar documento de identificação referente à inscrição.

1.3. Condições físicas para participar:

-Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado física e mentalmente.

-De haver adquirido, antes do evento, capacidades reais de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas.

Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro, chuva e vento.

Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc.

Estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas.
Prova feita em sem-suficiência.

1.4. Definição possibilidade de ajuda externa

Os atletas podem receber ajuda externa desde que não haja interferência com outro atleta.

1.5. Colocação dorsal e chip.

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado à frente do atleta e de preferência a altura do peito.

O atleta que não cumpra com o anteriormente referido será penalizado em 10 minutos por cada vez que seja chamado a atenção, não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação.

Será fornecido aos atletas dos 25km e dos 15km um chip que deverá ser obrigatoriamente colocado na sapatilha sob pena de não ser classificado.

A caminhada é não competitiva.

1.6. Regras de conduta desportiva

O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas as modalidades, serão alvo de advertência, expulsão ou desqualificação.

2. A Prova:

2.1. O **Mâmoa River Trail** será realizado no dia 7 de Julho de 2024, em Milheirós de Poiares, Concelho de Santa Maria da Feira e será constituído por 3 desafios:

Trail Longo com 25km

Trail Curto com 16km

Caminhada com 10km

(A organização reserva-se no direito de alterar as distâncias se assim o entender)

A organização deste evento estará a cargo da Câmara Municipal de Santa Maria da Feira, e tem como diretor de prova Agostinho Costa.

2.2. Programa/Horário

Dia 06 de Julho (Sábado):

10h/19h – abertura do secretariado para entrega dos dorsais – Pavilhão da Escola EB 2,3 Milheiros de Poiares.

Dia 07 de Julho (Domingo):

06h00 > 8h00 – Abertura do secretariado para entrega dos dorsais – Pavilhão da Escola EB 2,3 Milheirós de Poiares

08h30 – Partida Trail Longo 25km

09h00 - Partida Trail Curto 16km

09h15 – Partida Caminhada 10km

Chegada prevista dos primeiros atletas da Caminhada 10km 10h45

Chegada prevista dos primeiros atletas do Trail Curto 15km 11h00

Chegada prevista dos primeiros atletas do Trail Longo 25km 11h00

13h00 - Cerimónia de entrega de prémios (no caso de terem finalizado todos os atletas premiados, caso contrário será logo que finalize o último atleta premiado)

14h30m – encerramento do evento

Nota: horários sujeitos a alterações

2.3. Distância / Altimetria

O Trail longo terá a distância aprox. de 25km e um desnível positivo de 1200m

O Trail curto terá a distância aprox. de 15km e um desnível positivo de 800m:

A caminhada (não competitiva) terá uma distância de 10km e um desnível positivo de 400m;

Mapa / Perfil altimétrico / descrição do percurso a publicar brevemente na página do Facebook da prova
<https://www.facebook.com/mamoarivertrail/>

2.4 Tempo Limite

O tempo limite para o Trail longo será de 5 horas, e no Trail Curto de 2h30 minutos.

Ultrapassando o tempo de passagem limite, os atletas serão barrados pelos “vassouras”, dado que nem a organização nem os serviços de assistência podem garantir a sua segurança, podendo “os corredores vassouras” levantar as fitas de marcação do percurso após o tempo limite.

Se a organização entender afastar um atleta devido ao seu estado de saúde este assim o deve fazer, de modo a garantir o seu bem-estar.

2.5 Metodologia de controlo de tempos

O controlo de tempos será feito pela empresa www.lap2go.com, com recurso a chip.

2.6 Postos de controlo

Haverá postos de controlo nos diversos percursos.

2.7 Locais de abastecimento

Caminhada 10km – Terá 1 abastecimento sólido e líquido no decorrer do percurso e abastecimento final – locais a definir

Trail curto 15km – Terá 1 abastecimento sólido e líquido no decorrer do percurso e abastecimento final – locais a definir

Trail longo 25km – Terá 2 abastecimentos sólidos e líquidos no decorrer do percurso e abastecimento final – locais a definir

NOTA: Cada atleta deverá providenciar o seu copo, uma vez que a organização não fornecerá copos para que o atleta disponha dos líquidos disponíveis nos abastecimentos.

2.8 Material obrigatório

Telemóvel e depósito de água em todos os percursos (Sendo aconselhável manta térmica, camelbak, apito, corta-vento, chapéu ou gorro).

Poderá ocorrer controlo aleatório de material.

2.9 Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário

A prova será em estrada aberta, ou seja, todos os atletas terão que ter cuidado ao passar nos troços rodoviários, contudo a organização fará por colocar avisos/sinalética e, sempre que possível, voluntários nesses pontos.

2.10 Penalizações / desclassificações

Será penalizado ou desclassificado todo aquele que:

A: não leve o material obrigatório (desclassificado)

B: não complete a totalidade do percurso (desclassificado)

C: desrespeite ou suje o meio por onde passe (desclassificado)

D: não leve o dorsal bem visível (penalizado em 10m)

E: alteração do dorsal (desqualificação)

D: ignore as indicações da organização (penalizado em 1h)

G: tenha alguma conduta anti-desportiva (desclassificado)

H: não passe nos postos de controle (penalizado 3h)

3.Seguro desportivo

A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei para a realização deste tipo de prova. O prémio do seguro está incluído no valor da inscrição A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para efetivar a participação ao seguro.

4.Inscrições

4.1 Processo inscrição:

As inscrições terão que ser efetuadas na plataforma de inscrições www.lap2go.com.

Qualquer questão relacionada com as inscrições os atletas devem contactar: suporte@lap2go.com ou +351 308801674 (custo chamada local)

Após ser feita a inscrição os atletas terão que regularizar o pagamento no prazo máximo de 3 dias, após estes dias a inscrição será anulada, sendo necessário fazer novamente a inscrição.

4.2 Valores e período de inscrição

	TRAIL LONGO 25km	TRAIL CURTO 15km	CAMINHADA 10km
Até 31 de Maio	16€	13€	7,50€
De 1 de Junho Até 30 de Junho	18€	15€	7,50€

Existe como previsão o limite de 1.000 atletas nas 3 vertentes.

A prova dos 25km será confirmada caso se consiga garantir o número mínimo de 50 atletas inscritos. No caso do não cumprimento deste número mínimo de inscrições, as inscrições serão transferidas para a prova dos 15km sem lugar a qualquer devolução ou reembolso do valor pago.

Crianças podem participar na caminhada desde que acompanhadas por um adulto inscrito na prova.

Poderão ser aceites inscrições de última hora não se encontrando esgotadas, à data.

4.3 Condições de devolução do valor de inscrição

Em momento algum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista da prova.

Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser efetuadas no prazo máximo até dia 31 de Maio de 2024.

Outros motivos poderão ser válidos após análise casuística, e decisão da comissão organizadora.

Ressalva-se ainda o facto da organização não se responsabilizar pela devolução de qualquer valor em caso de cancelamento ou reagendamento por motivos de força maior (catástrofes, incêndios, saúde pública e/ou outros aqui não referidos) alheios à vontade da própria organização.

4.4 Inclui-se na inscrição

Trail longo e Trail curto

Dorsal

Seguro de acidentes pessoais

Abastecimentos

T-shirt

Caminhada 10km

Seguro de acidentes pessoais

Abastecimentos

T-shirt

5.Serviços disponibilizados:

Banhos após a prova nos balneários do pavilhão da escola EB23 Milheirós de Poiares, caso a situação pandémica, ou de outra natureza, não seja condicionante.

6. Categorias e Prémios

6.1 Definição data, local e hora de entrega de prémios

A entrega dos prémios será efetuada no dia da prova a partir das 13h, logo que chegue o último atleta premiado.

A falta de comparência no levantamento do prémio implicará a sua perda.

6.2 Definição das categorias etárias/ sexo/ individuais e equipas Escalões:

Masculinos geral e Femininos geral

M/F Seniores

M/F40

M/F50

M/F60

Geral equipas (contabilizam os 4 primeiros classificados de cada equipa, independentemente do género).

Nota: as idades acima indicadas dizem respeito ao dia da competição.

6.3 Prémios Trail Longo, Trail Curto

Troféus para os 3 primeiros classificados de cada escalão.

7. Prazos para reclamação de classificações

Prazo de 1 semana para apresentação de reclamações por email para suporte@lap2go.com

8. Informações

8.1 Direitos de imagem

A inscrição na prova implica a aceitação do presente regulamento e 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.

8.2 Covid- 19;

Esta secção será ao longo do tempo, atualizada de acordo com a evolução da pandemia.

Conforme a situação pandémica, à data do evento e, em consonância com as autoridades de saúde pública poderá a organização exigir teste PCR, ou teste rápido Antigénio, negativo à Covid 19, ou certificado de vacinação / recuperação.

Não semana anterior ao evento será divulgado na página oficial do evento as medidas a tomar relativamente a este ponto.

8.3 Casos omissos

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

Organização: Obra Frei Gil em parceria com a Câmara Municipal.