



*A prova onde todos os participantes têm a certeza que chegam ao fim!*

**5 JAN'2025 às 9H00**

**Last Man Standing (Último Vence) - Trail** é uma corrida onde todos chegam ao fim, mas apenas um pode vencer! No início de cada volta, todos estão novamente em 1º lugar. Um evento que junta, trail, superação e convívio num desafio que cada um coloca a si mesmo.

#### **I. Percurso**

- Percurso é circular.
- 4km com 130m d+.
- Percurso em trilhos.

#### **II. Zona de partida**

- Todos os participantes devem estar na zona de partida no início de cada volta.
- Entre o pórtico de chegada e o pórtico de partida (+-50m) existirá a zona de descanso/apoio.

#### **III. Partida**

- Cada volta começa com base nos tempos definidos (o tempo limite diminui a cada volta).
- O tempo limite para a **1ª volta será de 35 minutos**. A cada volta o tempo limite **decresce 1 minuto** (quantos mais Kms tens nas pernas, menos tempo tens para fazer cada volta).
- Existe um aviso sonoro 3, 2 e 1 minuto antes de cada partida.
- Todos os participantes **devem partir ao mesmo tempo**. Ninguém pode partir atrasado.

#### IV. Voltas

- Expeto idas à casa de banho, os participantes nunca podem sair do percurso até terminarem cada volta.
- Ninguém extra prova pode andar pelo percurso (inclusive, atletas que já terminaram).
- Não pode haver ajuda aos participantes durante o percurso (apenas na zona de descanso/apoio).
- Todas as voltas tem que ser **completadas dentro do tempo limite** para ser contabilizadas.
- Atletas mais lentos devem ceder passagem aos mais rápidos nos trilhos.
- Após cortar a meta e até ao horário de partida da próxima volta, o participante é livre de fazer o que quiser, desde que permaneça na zona de descanso/apoio.

#### V. Abastecimentos

- Não existirão abastecimentos na zona de partida/meta nem ao longo do percurso. O atleta só poderá ter apoio alimentar ou material na zona de partida/meta, este será da sua responsabilidade.

#### VI. Tempos

- O tempo de cada volta por atleta é **registado eletronicamente**.

#### VII. Vencedor/Resultados

- Vence o atleta que consiga **fazer mais uma volta que todos os outros**. No caso de não haver um atleta a conseguir mais uma volta que todos os outros, o vencedor será o que tiver feito a volta anterior mais rápida. Se por exemplo na volta nº 11 só existirem 2 atletas em prova e ambos chegarem fora de tempo limite, o vencedor é aquele que tiver realizado a volta nº 10 mais rápida.
- Nos resultados cada atleta saberá o número de quilómetros que percorreu.

#### VIII. Inscrições

- A abertura das inscrições será no dia 24 de novembro de 2024 às 22h22.
- Limitado a 100 Atletas.
- Existirá uma lista de espera após esgotarem as inscrições para o caso de haver desistências ou faltas de pagamento dentro do prazo.

## REGULAMENTO GERAL

- 2025 -

O **Last Man Standing (Último Vence) - Trail** é um evento a realizar no dia 5 de Janeiro de 2025 pelas 9h00, organizado pela Câmara Municipal de Santa Maria da Feira com o apoio da RunforFeira.

- Nesta corrida podem participar atletas individuais ou inscritos em qualquer associação do país, organizações populares ou escolas.

- **Site Oficial:** [www.ultimovence.com](http://www.ultimovence.com)

- Todos os interessados em participar neste evento (corrida ou caminhada) têm que fazer as inscrições através do seguinte endereço: <https://lap2go.com/pt/event/last-man-standing-2025/inscricao.html>

- LIMITADO a 100 vagas.

- **Preço da inscrição:** 15 euros.

## PRÉMIOS

Posição	Geral Feminino	Geral Masculino	Equipas
1.º Lugar	Troféu	Troféu	Troféu
2.º Lugar	Troféu	Troféu	Troféu
3.º Lugar	Troféu	Troféu	Troféu

### MAIS COMBATIVO [ Mais Voltas Ganhas ]

( em caso de empate ganha quem tiver a volta mais rápida )

Troféu

### VOLTA MAIS RÁPIDA [ Melhor Tempo - Uma Volta ]

Troféu

## KIT DE PARTICIPAÇÃO

T-shirt Técnica de Running

Saco TNT

Medalha Finisher

Cronometragem - Chip - Dorsal - Seguro

- A Organização tem seguro desportivo a favor de todos os participantes inscritos.
- Troféu por Equipas (soma das voltas dos primeiros 3 atletas sem distinção do género).
- A distribuição de dorsais e kit de participante será feita em horário e local a designar pela organização.
- O stock de t-shirts é distribuído mediante a disponibilidade. Caso se verifique rutura de stock em algum tamanho a organização proporá ao participante um tamanho alternativo.
- Em caso de rutura total do stock do kit de participante, a organização compromete-se a enviar à posteriori as respetivas t-shirts aos participantes
- Apenas pessoas com 16 anos ou mais podem participar na corrida.
- Os atletas participantes devem assegurar-se que não existe qualquer contra-indicação médica para a prática da corrida ou caminhada
- Em caso de não participação, ou desistência, não haverá direito a devoluções dos valores das inscrições.
- Na corrida compete aos fiscais de percurso, juizes de partida e de chegada e organização anotarem e desclassificarem os atletas que desrespeitarem o percurso.
- Qualquer reclamação e protesto têm que ser apresentado por escrito, juntamente com a quantia de 20 euros, a qual será devolvida se o protesto for considerado procedente.

- Haverá cronometragem eletrónica por chips. O chip deverá ser colocado e não poderá ser retirado durante o decorrer da prova. Os atletas que não entreguem o seu chip no final da prova têm que efetuar o pagamento à organização no valor de 10€ (dez euros).
- Reserva-nos o direito de cancelar, antecipar ou adiar o evento devido a circunstâncias imprevistas ou inevitáveis, alheias à vontade da Organização. Nestes casos, a Organização informa os participantes o mais atempadamente possível.
- Caso o evento seja cancelado, antecipado, adiado e alteração dos horários das provas, devido a circunstâncias alheias à vontade da Organização (como por exemplo, condições meteorológicas adversas ou alertas da Proteção Civil), a Organização não deve ser responsabilizada por qualquer inconveniente, despesas, custos, perdas ou danos sofridos pelos participantes.
- Ao participar no evento, o declarante autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional dos direitos de utilização da sua imagem à Organização da prova. Estes direitos podem ser cedidos a terceiros, desde que autorizados pela própria Organização, e incluem desde vídeos, fotografias, imagens, gravações ou qualquer outro registo deste evento.
- Todos os casos omissos neste regulamento serão apreciados pela organização.
- A Organização está disponível para o esclarecimento de dúvidas, através do seguinte endereço de email [geral@ultimovence.com](mailto:geral@ultimovence.com)