

**2019**

**Regulamento do UTSM**



UTSM

## Ultra-Trail® de São Mamede

### PORTALEGRE.: PORTUGAL

#### REGULAMENTO DA OITAVA EDIÇÃO

17-18/5/2019

#### 1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

##### 1.1. IDADE PARTICIPAÇÃO DIFERENTES PROVAS

As provas são abertas a todas as pessoas, homens e mulheres, filiados numa federação ou não, ressalvada a idade mínima de participação que a seguir se indica:

<b>Masculinos</b>	<b>Femininos</b>
<b>M Juvenil</b> – 16 a 17 anos (até 15 km)	<b>F Juvenil</b> – 16 a 17 anos (até 15 km)
<b>M Júnior</b> – 18 a 19 anos (até 25 km)	<b>F Júnior</b> – 18 a 19 anos (até 25 km)
<b>M Sub 23</b> – 20 a 22 anos	<b>F Sub 23</b> – 20 a 22 anos
<b>M Seniores</b> – 23 a 39 anos	<b>F Seniores</b> – 23 a 39 anos
<b>M40</b> – 40 a 44 anos	<b>F40</b> – 40 a 44 anos
<b>M45</b> – 45 a 49 anos	<b>F45</b> – 45 a 49 anos
<b>M50</b> – 50 a 54 anos	<b>F50</b> – 50 a 54 anos
<b>M55</b> – 55 a 59 anos	<b>F55</b> – 55 a 59 anos
<b>M60</b> – mais de 60 anos	<b>F60</b> – mais de 60 anos

**Nota:** Para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerado a idade que o atleta terá a 31 de Outubro de 2019.

- EX: Um atleta que faz 40 anos entre 1 de Janeiro e 31 de Outubro de 2019 será classificado no escalão M40.
- EX: Um atleta que faz 18 anos entre 1 de Janeiro e 31 de Outubro de 2019 será classificado no escalão Júnior. Pode participar na prova de 12 Km e de 22 Km.
- EX: Um atleta que faz 16 anos entre 1 de Janeiro e 31 de Outubro de 2019 será classificado no escalão Juvenil. Pode participar na prova de 12 Km.

## **1.2. INSCRIÇÃO REGULARIZADA**

O ato de inscrição pressupõe a aceitação integral do regulamento da prova, das normas da IAAF/FPA adaptadas ao trail, bem como as específicas da ATRP, e das decisões do Júri da prova, que são soberanas e das quais não cabe recurso.

### **NÚMERO MÁXIMO DE PARTICIPANTES**

ULTRA TRAIL DE SÃO MAMEDE - 110 Km aproximadamente – 500

MARATONA DE SÃO MAMEDE - 43 Km aproximadamente – 500

MEIA-MARATONA DE SÃO MAMEDE - 22 Km aproximadamente – 500

TRAIL CURTO / CAMINHADA DE SÃO MAMEDE - 10 Km aproximadamente – 500

A inscrição será formalizada através do preenchimento completo de um formulário online que ficará disponível a partir de 30 de Dezembro de 2018 e do pagamento do valor da inscrição.

O período de inscrições termina no dia 30 de abril de 2019 ou quando atingido o número mencionado anteriormente, que será anunciado no sítio da prova na internet: <https://utsm.wordpress.com/>.

## **1.3. CONDIÇÕES FÍSICAS**

Para participar é indispensável:

- 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;
- de haver adquirido, antes do evento, uma capacidade real de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de prova, nomeadamente:

- conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas (noite, vento, frio ou calor, nevoeiro e chuva);
- saber gerir os problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, as pequenas lesões, ...
- de estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas e que para uma atividade em montanha a segurança depende da capacidade do corredor de se adaptar aos problemas que surjam.

#### **1.4. DEFINIÇÃO POSSIBILIDADE AJUDA EXTERNA**

O princípio de corrida individual em semiautonomia é a regra.

A semiautonomia define-se como a capacidade de ser autónomo entre dois postos de reabastecimento, tanto do ponto de vista alimentar como do vestuário e da segurança, que permita adaptar-se a problemas imponderáveis ou climatéricos que surjam, sejam ou não previsíveis de antemão.

Este princípio implica as seguintes regras:

- Cada corredor tem de transportar durante a totalidade da prova todo o material obrigatório que vem descrito no parágrafo Equipamento.
- Este material deverá ser transportado em saco/mochila apropriado e deverá ser presente para inspeção aos juízes sempre que estes o solicitem sob pena de desclassificação caso não o possuam ou não consintam a inspeção; nota: excetuam-se desta obrigatoriedade as bebidas e alimentos entretanto consumidos.
- Nos postos de apoio e controlo (PAC) haverá bebidas e comidas destinadas a ser consumidas no local. Apenas água poderá ser cedida para completar os recipientes que para esse efeito os concorrentes transportem consigo.
- É permitida uma assistência pessoal (duas pessoas no máximo por atleta) mas todo o apoio terá que ser prestado dentro da área do PAC.
- A passagem pelos PAC é obrigatória mesmo que o participante não pretenda usufruir de qualquer tipo de apoio. A não passagem por um PAC implica a desclassificação do participante.
- É proibido fazer-se acompanhar ou aceitar ser acompanhado durante a totalidade ou parte da corrida por pessoa não inscrita, com exclusão de uma extensão de 200 m antes e após um PAC.

- Os participantes devem ter ainda em consideração que não haverá qualquer corte de trânsito em vias onde a circulação automóvel seja possível devendo cumprir escrupulosamente todas as normas aplicáveis aos peões.

### **1.5. COLOCAÇÃO DORSAL/PEITORAL**

Serão entregues individualmente no Secretariado a cada participante mediante a apresentação de cartão de identificação.

O dorsal não poderá ser dobrado ou cortado e deverá ser transportado perfeitamente visível durante toda a prova na parte da frente do concorrente (peito ou abdómen). A organização não fornece alfinetes.

### **1.6. REGRAS CONDUTA DESPORTIVA**

Todos os atos dos eventos deverão ser norteados por um completo *fair-play*, assumindo a organização e os concorrentes, pelo fato de aceitarem este regulamento ao inscrever-se, aquilo que é o património cultural deste desporto emergente: respeito pelo desafio, entreaajuda e respeito pelos outros concorrentes, organizadores e colaboradores; respeito pelo ambiente natural em que decorrem procurando um impacto ambiental nulo.

## **2. PROVA**

### **2.1. APRESENTAÇÃO DA PROVA(S) / ORGANIZAÇÃO**

O Atletismo Clube de Portalegre organiza o Ultra-Trail da Serra de São Mamede (UTSM) e eventos associados com a colaboração dos municípios de Portalegre, Castelo de Vide e Marvão, o Ayuntamiento de Valencia de Alcántara, e de diversas entidades e associações.

Ultra-Trail® é uma marca registada e a entidade organizadora utiliza-a sob autorização expressa da organização do ULTRA-TRAIL DU MONT-BLANC® que a detém.

#### ***PROVA CERTIFICADA PELA ITRA - INTERNATIONAL TRAIL RUNNING ASSOCIATION***

Os percursos do UTSM encontram-se a ser certificados pela ITRA que deverá atribuir 5 pontos ao UTSM, 2 pontos à Maratona de São Mamede e 1 ponto à Meia-Maratona de São Mamede.

#### ***PROVA QUALIFICATIVA PARA O ULTRA-TRAIL DU MONT-BLANC®***

Concluído favoravelmente o processo de certificação do UTSM todos os atletas que se classificarem no Ultra-Trail da Serra de São Mamede (100 Km) receberão 5 pontos para o registo na edição de 2020 do UTMB. Todos os atletas que se classificarem na Maratona de São Mamede (43 Km) receberão 2 pontos para o registo na edição de 2020 do UTMB. Todos os atletas que se classificarem na Meia-Maratona de São Mamede (22 Km) receberão 1 ponto para o registo na edição de 2020 do UTMB. Para que o processo de inscrição nesse evento decorra sem imprevistos deverão os concorrentes, no momento de inscrição no UTSM, digitar de modo correto todos os seus dados, nomeadamente o nome, que deverá ser completo.

O Ultra-Trail da Serra de São Mamede é um evento que integra 4 provas de corrida/progressão a pé em plena natureza, em regime de semiautonomia. Cada prova desenrola-se numa única etapa, num ritmo de progressão livre, num tempo limitado.

## **2.2. PROGRAMA / HORÁRIO**

Sexta-feira, dia 17 de maio de 2019

10 h – Abertura do Secretariado no Estádio Eduardo de Sousa Lima (Assentos) em Portalegre;

21 h - Abertura da Câmara de chamada do UTSM com controlo de presenças e de material obrigatório;

22 h – Partida do UTSM (110 Km) do Estádio Eduardo de Sousa Lima - Assentos – PORTALEGRE

Sábado, dia 19 de maio de 2019

7 h - Transporte para o local de Partida (SÃO JULIÃO) dos concorrentes à Maratona de São Mamede (43 Km);

8 h - Transporte para o local de Partida (ALEGRETE) dos concorrentes à Meia-Maratona de São Mamede (22 Km);

9 h - Partida (São Julião) dos concorrentes à Maratona de São Mamede (43 Km);

9 h 45 m (previsão) às 24 h - Chegadas do UTSM (110 Km)

10 h - Partida (ALEGRETE) dos concorrentes à Meia-Maratona de São Mamede (22 Km);

12 h às 18 h – Chegadas dos concorrentes à Meia-Maratona de São Mamede (22 Km);

13 h às 21 h – Chegadas dos concorrentes à Maratona de São Mamede (43 Km);

14 h - Transporte para o local de Partida (REGUENGO) dos concorrentes ao Trail Curto / Caminhada de São Mamede (10 Km);

15 h - Cerimónias protocolares do UTSM (3 primeiros Masculinos e Femininos).

Nota: As restantes cerimónias protocolares serão realizadas à medida que os resultados forem ficando disponíveis, o que acontecerá, por imperativo técnico, ao longo de toda a tarde e noite.

16 h - Partida (Reguengo) dos concorrentes ao Trail Curto / Caminhada de São Mamede (12 Km);

16 h – UTSM KIDS TRAIL RUNNING na Arena do UTSM (Estádio dos Assentos).

17 h às 20 h - Chegadas dos concorrentes ao Trail Curto / Caminhada de São Mamede (12 Km);

24 h – Encerramento do UTSM (poderá ser antecipado caso todos os concorrentes cheguem à meta antes do tempo limite).

### **2.3. DISTANCIA (CATEGORIZAÇÃO POR DISTÂNCIA)/ ALTIMETRIA (DESNÍVEIS POSITIVO E NEGATIVO ACUMULADOS)/ CATEGORIZAÇÃO DE DIFICULDADE ATRP/ CAMPEONATO QUE INTEGRA**

O UTSM (Ultra-Trail da Serra de São Mamede): 110 Km (possibilidade de diferença para mais até 5 Km) com um desnível total com cerca de 10 000 m (D+ 5000 m), com partida e chegada a Portalegre após passagem por Salão Frio, Carreiras, Castelo de Vide, Marvão, Porto de Espada, El Pino, São Julião, Alto de São Mamede, Alegrete e Reguengo, em semiautonomia e 26 h de tempo limite. Haverá cortes no PAC 3 MARVÃO aos 40 Km aproximadamente (9 horas), PAC 6 SÃO JULIÃO aos 70 Km aproximadamente (14 horas), PAC 8 ALEGRETE aos 90 Km aproximadamente (19 horas) e PAC 9 REGUENGO aos 100 Km aproximadamente (22 horas). Os concorrentes que não entrarem nestes PAC até à hora indicada serão impedidos de continuar em competição. Esta prova pontua para o Circuito Nacional de Endurance da ATRP Series 150.

A Maratona de São Mamede: 43 Km (possibilidade de diferença para mais até 3 Km) com um desnível total com cerca de 4000 m (D+2000 m), com partida de São Julião e chegada a Portalegre, após passagem por Alto de São Mamede, Alegrete e Reguengo em semiautonomia e 12 h de tempo limite. Esta prova pontua para o Circuito Nacional de Ultra Trail da ATRP Series 100 e para o Circuito Distrital da AADP - Ultra.

A Meia-Maratona de São Mamede: 22 Km (possibilidade de diferença para mais até 1 Km) com um desnível total com cerca de 2200 m (D+1000 m), com partida de Alegrete e chegada a Portalegre, após passagem pelo Reguengo em semiautonomia e 8 h de

tempo limite. Esta prova pontua para o Circuito Nacional de Trail da ATRP Series 100 e para o Circuito Distrital da AADP – Longo.

O Trail Curto / Caminhada de São Mamede: 12 Km (possibilidade de diferença para mais até 1 Km) com um desnível total com cerca de 900 m (D+350 m), com partida de Reguengo e chegada a Portalegre e 4 h de tempo limite. Neste evento haverá 2 zonas de Partida: uma para Corredores e outra para os participantes que apenas pretendam Caminhar. Esta prova pontua para o Circuito Nacional de Trail da ATRP Series 100 e para o Circuito Distrital da AADP – Curto.

UTSM KIDS TRAIL RUNNING – Iniciação ao trail Running, sob a forma jogada, destinada a crianças e jovens com menos de 16 anos no dia da prova. Regulamento próprio.

#### **2.4. MAPA/ PERFIL ALTIMÉTRICO/ DESCRIÇÃO PERCURSO**

Todas as provas decorrem por trilhos existentes nos concelhos de Portalegre, Castelo de Vide, Marvão e Valência de Alcántara sem especial complexidade técnica ou perigosidade, mas elevadíssima exigência de condição física. É uma prova desportiva de muito elevada dificuldade na qual apenas se devem inscrever pessoas com a preparação adequada a cada uma das distâncias. Apenas a distância mais curta (12 Km) pode ser considerada adequada para qualquer pessoa, mesmo sem preparação prévia, se a fizer como uma Caminhada. A Organização sugere que nas restantes distâncias se inscrevam apenas pessoas com o seguinte nível de experiência: UTSM – mínimo 3 anos de prática de trail running, finalista de Maratona ou prova de trail com um mínimo de 6 h de duração; Maratona de São Mamede - mínimo 2 anos de prática de trail running, finalista de Maratona ou prova de trail com um mínimo de 4 h de duração; Meia-Maratona de São Mamede - mínimo 1 ano de prática de trail running, finalista de Meia-Maratona ou prova de trail com um mínimo de 2 h de duração; Trail Curto de São Mamede – Adequada a pessoas saudáveis e ativas mesmo sem uma preparação específica. A Organização relembra a importância da realização de um exame médico-desportivo a todas as pessoas que praticam Desporto e aconselha todos os concorrentes a filiarem-se na Federação Portuguesa de Atletismo que exige formalmente esse Exame.

As provas de 110 Km, 43 Km e 22 Km enquadram-se na tipologia da ATRP para estas distâncias e apesar de se disputarem numa serra apenas com 1025 m de altitude máxima devem ser consideradas de grande exigência, nomeadamente o UTSM, pelas elevadas amplitudes térmicas que podem verificar-se e pelo tipo de pisos pedregosos, poeirentos, expostos ao vento de noite e ao sol durante o dia e pela contínua alteração do perfil ascendente e descendente dos mesmos. Há aclives e declives com 40% a 50% de inclinação e na prova de 110 Km a média de abandonos atinge os 25%.

## **2.5. TEMPO LIMITE**

O UTSM (Ultra-Trail da Serra de São Mamede): 110 Km - 26 h de tempo limite. Haverá cortes no PAC 3 MARVÃO aos 40 Km aproximadamente (9 horas), PAC 6 SÃO JULIÃO aos 70 Km aproximadamente (14 horas), PAC 9 ALEGRETE aos 90 Km aproximadamente (19 horas) e PAC 10 REGUENGO aos 100 Km aproximadamente (22 horas). Os concorrentes que não entrarem nestes PAC até à hora indicada serão impedidos de continuar em competição.

A Maratona de São Mamede: 43 Km - 12 h de tempo limite.

Meia-Maratona de São Mamede: 22 Km - 8 h de tempo limite.

O Trail Curto/Caminhada de São Mamede: 12 Km - 4 h de tempo limite.

## **2.6. METODOLOGIA DE CONTROLO DE TEMPOS**

É obrigatória a passagem dos concorrentes pelos postos de apoio e controlo que se situem no seu percurso.

Nesses postos os concorrentes certificarão a continuidade da prova através de um controlo eletrónico e/ou por membro do júri.

Para além dos PAC que a organização divulga haverá outros pontos de controlo ao longo do percurso cuja localização não será comunicada aos participantes. A não passagem dos concorrentes por todos estes postos implica a desclassificação.

A classificação final estabelece-se pela Ordem de Chegada à Meta de cada concorrente. Os resultados serão apresentados com indicação do tempo global de cada concorrente.

Será utilizado um sistema de controlo eletrónico (chips).

## **2.7. POSTOS DE CONTROLO**

Haverá 9 Postos de Apoio e Controlo que serão colocados no Centro Vicentino da Serra, Carreiras, Castelo de Vide, Marvão, Porto da Espada, El Pino, São Julião, Cruz do Cume São Mamede, Alegrete e Reguengo.

Nos PAC para além do controlo dos concorrentes será fornecido auxílio como bebidas e alimentos.

Nos PAC de Marvão e de São Julião haverá ainda sanitários, possibilidade de algum tempo de repouso e uma refeição quente (sopa de legumes sem proteína animal).

Todos os líquidos e outros alimentos terão que ser obrigatoriamente consumidos no interior do PAC.

Não é permitida a utilização de garrafas e o depósito de lixo em locais não específicos para o efeito é passível de levar à desclassificação do concorrente.

O concorrente deve transportar consigo os invólucros de quaisquer alimentos que decida transportar consigo dentro do conceito de semiautonomia em que a prova decorre. Qualquer infração a esta regra detetada por membro da Organização levará à desclassificação imediata do concorrente e a indicação expressa para abandonar o circuito balizado.

## **2.8. LOCAIS DOS ABASTECIMENTOS/APOIO EXTERNO**

Haverá 9 Postos de abastecimento que coincidem com os 9 PAC descritos em 2.7.

## **2.9. MATERIAL OBRIGATÓRIO/ VERIFICAÇÕES DE MATERIAL**

Telemóvel (110/43/22/10)

Reserva de água - Mínimo 1 litro (110/43/22), ½ litro (10)

Comida (equivalência barras cereais) 4 (110/43); 2 (22/10)

Apito (110/43/22/10)

Manta térmica (110/43/22)

Corta-vento e gorro (110/43/22) (a)

Calças/collants (110/43/22) (a)

Frontal com recarga de pilhas (110)

(a) este material poderá ser dispensado caso as previsões meteorológicas apontem para a sua dispensa, decisão exclusiva da Organização que o anunciará até 2 h antes da Partida de cada evento.

Outro material facultativo:

- Outros materiais poderão ser apropriados nomeadamente os que procurarem uma adequação às condições atmosféricas que se fizerem sentir;
- Uma muda de roupa poderá ser adequada aos participantes no UTSM já que se atravessarão vários cursos de água. Deverão entregar no Secretariado um saco

fechado com a muda de roupa identificado com o autocolante que a Organização fornece. Esse saco será depois transportado do PAC 6 – São Julião, aos 70 Km, local da muda de roupa, e de lá para a Arena, ao longo da tarde e noite de dia 18.

O material obrigatório será controlado à entrada para a Câmara de Chamada (60 a 30 minutos antes da Partida de cada evento). O material obrigatório poderá ser inspecionado no decorrer da prova e no final por elementos da Organização devidamente identificados. A falta de material obrigatório origina a desclassificação do concorrente.

O material facultativo (incluindo bastões, óculos, bonés, etc) não será alvo de qualquer ação fiscalizadora podendo ser usado na totalidade ou em parte do percurso não podendo ser abandonado, o que implica que a sua recolha e entrega aconteça na área dos PAC às equipas de apoio.

## **2.10. INFORMAÇÃO SOBRE PASSAGEM DE LOCAIS COM TRÁFEGO RODOVIÁRIO OU FERROVIÁRIO**

Os participantes devem ter em consideração que não haverá qualquer corte de trânsito em vias onde a circulação automóvel seja possível devendo cumprir escrupulosamente todas as normas aplicáveis aos peões.

## **2.11. PENALIZAÇÕES/ DESCLASSIFICAÇÕES**

2.11.1 - Os participantes que não cumprirem as normas constantes no regulamento serão impedidos de participar se a infração respeitar a procedimentos prévios à Partida e desclassificados se a infração respeitar a atos que ocorram durante a realização do evento. De modo a salvaguardar o direito dos concorrentes à Reclamação será permitida a continuidade em prova, salvo o previsto no ponto 2.11.2.

2.11.2 - A equipa médica da prova, devidamente identificada, poderá dar Ordem de retirada a um concorrente que, de acordo com o seu parecer médico, não reúna condições de continuar sem fazer perigar a sua saúde.

2.11.3 – A Direção da corrida poderá aplicar outras sanções que salvaguardem a verdade desportiva.

## **2.12. RESPONSABILIDADES PERANTE O ATLETA/ PARTICIPANTE**

### **2.13. SEGURO DESPORTIVO**

Será subscrito um Seguro por participante de acordo com a lei em vigor para os concorrentes devidamente inscritos. Caso algum dorsal seja utilizado durante a prova por concorrente não devidamente inscrito fica claro que a Organização e a Seguradora não assumem qualquer responsabilidade por tudo o que decorrer desse ato ilegítimo.

Compete ao Participante acionar o Seguro em caso de necessidade preenchendo e entregando na Seguradora a correspondente Participação de Acidente. A Organização fornecerá o número da Apólice e o manual de procedimentos com as normas acordadas mas não lhe compete o encaminhamento administrativo do mesmo nem assumirá o pagamento de qualquer despesa resultante do incumprimento do normativo acordado ou do não acordo entre o Sinistrado e a Seguradora. Haverá uma franquia por acidente cujo pagamento compete ao Sinistrado.

### **3. INSCRIÇÕES**

#### **3.1. PROCESSO INSCRIÇÃO (LOCAL, PAGINA WEB, TRANSFERÊNCIA BANCÁRIA)**

A inscrição será formalizada através do preenchimento completo de um formulário online que ficará disponível a partir de 30 de Dezembro de 2018 em <http://utsm.wordpress.com> e do pagamento do valor da inscrição.

O período de inscrições termina no dia 30 de abril de 2019 ou quando atingido o número de 500 concorrentes em cada um dos eventos.

A confirmação das inscrições será feita através de email através de comunicação personalizada ao responsável pela mesma de acordo com o normativo estabelecido pela entidade gestora do processo.

#### **3.2. Valores e períodos de inscrição**

##### **PREÇOS DE INSCRIÇÃO INDIVIDUAL**

##### **100 Km**

##### ***Ultra Trail de São Mamede***

Portalegre > Castelo de Vide > Marvão > Espanha > Alegrete > Portalegre

30/12/2018 - 30 €

31/12/2018 e Janeiro 2019 - 40 €

Fevereiro 2019 - 45 €

Março 2019 - 50 €

Abril 2019 - 60 €

##### **43 Km**

##### ***Maratona de São Mamede***

São Julião > Alegrete > Portalegre

30/12/2018 - 25 €

31/12/2018 e Janeiro 2019 - 30 €

Fevereiro 2019 - 35 €

Março 2019 - 40 €

Abril 2019 - 50 €

## **22 Km**

### ***Meia-Maratona de São Mamede***

Alegrete > Portalegre

30/12/2018 - 15 €

31/12/2018 e Janeiro 2019 - 20 €

Fevereiro 2019 - 25 €

Março 2019 - 28 €

Abril 2019 - 30 €

## **10 Km**

### ***Trail Curto / Caminhada de São Mamede***

Reguengo > Portalegre

30/12/2018 - 12 €

Preço normal - 15 €

### **3.3. CONDIÇÕES DE VOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO**

Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada previamente por motivos imputáveis à Organização.

As inscrições são pessoais e intransmissíveis. Os dorsais serão entregues individualmente e os participantes deverão apresentar o CC/BI/DNI no momento de recolha dos mesmos bem como o Registo de Entrada que lhe foi enviado por email pela entidade gestora do processo.

**Até ao dia 30 de abril** a Organização permite a mudança dos dados da inscrição para outro concorrente. O responsável pela inscrição poderá alterar os dados da inscrição mediante o pagamento de uma taxa de 5 €. A mudança para uma distância superior implica também o pagamento da diferença de valor à data em que a mudança for solicitada. A mudança para uma distância inferior não obriga a Organização a devolução da diferença do valor.

### **3.4. MATERIAL E SERVIÇOS INCLUÍDOS NA INSCRIÇÃO**

Dorsal e Chip, T'shirt, Alimentos e bebidas nos PAC's, acesso à Arena e ao concerto ao vivo, balneários e duche, solo duro se solicitado, transporte para o local da partida dos 43 Km, 22 Km e 12 Km, apoio em prova pela equipa médica, de segurança e resgate, apoio médico na Arena, eventuais lembranças de patrocinadores, informação personalizada a concorrentes e acompanhantes, INTERNET na Arena, prémios por classificação, prémio de finalização, ambiente festivo na Arena e localidades de passagem do evento, direito de participação desportiva no evento, capitalização de pontos para a ATRP e ITRA.

### 3.5. SECRETARIADO DA PROVA/ HORÁRIOS E LOCAIS

A sede da Organização, no Estádio Eduardo de Sousa Lima, em Portalegre, abrirá no dia 17 de maio de 2019 (sexta-feira) às 10 horas não encerrando até final do evento.

### 3.6. SERVIÇOS EXTRA DISPONIBILIZADOS

Refeições ligeiras a partir de sexta de manhã junto à Arena (pagas à parte no momento);

Na Meta haverá Massagens (pagas à parte no momento) na Meta, clínica do pé e apoio na área da PODOLOGIA oferecido pelo Grupo HOLON.

Haverá um serviço de refeições completas em local contíguo à Arena (pagas à parte no momento).

## 4. CATEGORIAS E PRÉMIOS

### 4.1. DEFINIÇÃO DATA, LOCAL E HORA ENTREGA PRÉMIOS

19 de maio de 2018 - 15 h - Cerimónias protocolares do UTSM (3 primeiros masculinos e femininos). As restantes cerimónias protocolares serão realizadas à medida que os resultados forem sendo conhecidos.

### 4.2. CATEGORIAS ETÁRIAS/ SEXO INDIVIDUAIS E EQUIPAS CONFORME DEFINIÇÃO ATRP

Em cada um dos 4 eventos serão apuradas as seguintes classificações:

GERAL MASCULINA

GERAL FEMININA

Masculinos	Femininos	110 Km	43 Km	22 Km	12 Km
<b>M Juvenil</b> – 16 a 17 anos (até 15 km)	<b>F Juvenil</b> – 16 a 17 anos (até 15 km)	<b>NÃO</b>	<b>NÃO</b>	<b>NÃO</b>	<b>SIM</b>
<b>M Júnior</b> – 18 a 19 anos (até 25 km)	<b>F Júnior</b> – 18 a 19 anos (até 25 km)	<b>NÃO</b>	<b>NÃO</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>
<b>M Sub 23</b> – 20 a 22 anos	<b>F Sub 23</b> – 20 a 22 anos	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>
<b>M Seniores</b> – 23 a 39 anos	<b>F Seniores</b> – 23 a 39 anos	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>

<b>M40</b> – 40 a 44 anos	<b>F40</b> – 40 a 44 anos	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>
<b>M45</b> – 45 a 49 anos	<b>F45</b> – 45 a 49 anos	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>
<b>M50</b> – 50 a 54 anos	<b>F50</b> – 50 a 54 anos	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>
<b>M55</b> – 55 a 59 anos	<b>F55</b> – 55 a 59 anos	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>
<b>M60</b> – mais de 60 anos	<b>F60</b> – mais de 60 anos	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>	<b>SIM</b>

**Nota:** Para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerada a idade que o atleta terá a 31 de outubro da corrente época desportiva.

Serão elaboradas classificações individuais por categoria etária e sexo.

#### EQUIPAS

Somatório de tempos dos 3 primeiros atletas, masculinos ou femininos, de cada clube;

Nota – É vedada a inscrição de um atleta em representação de um determinado clube estando inscrito na AADP/FPA/ATRP por outro. No caso de atletas que estejam filiados simultaneamente na ATRP e na FPA, por clubes diferentes, prevalece a filiação na ATRP.

#### 4.3. PRAZOS PARA RECLAMAÇÃO DE CLASSIFICAÇÕES

Reclamações devem ser feitas até às 48h seguintes. Classificações são definitivas 72h depois de findo este prazo. O Júri de análise de reclamações deverá reunir sempre que possível no local da prova e integrar, além do Diretor de Prova, um elemento da ATRP e um representante dos atletas.

#### PRÉMIOS

Todos os atletas que terminarem terão um prémio de FINISHER.

O três primeiros classificados de cada um dos escalões (MJuvenil, MJúnior, Msub23, MSeniores, M40, M45, M50, M55, M60, F Juvenil, FJúnior, Fsub23, FSeniores, F40, F45, F50, F55 e F60) em cada evento receberão Troféu exclusivo, criado para o efeito, em cerimónia pública a realizar no estádio.

As equipas vencedoras do UTSM, da Maratona de São Mamede, da Meia-Maratona de São Mamede e do Trail Curto de São Mamede receberão Troféu exclusivo, criado para o efeito, em cerimónia pública a realizar no estádio.

## **5. Informações**

### 5.1. Como chegar

Estádio Eduardo de Sousa Lima em Portalegre:

39.274928588149436, -7.425534664228053

### 5.2. Onde ficar

Solo duro para os primeiros 200 inscritos que o solicitem no ato de inscrição.

<http://www.visitportugal.com/pt-pt>

5.3. Locais a visitar <http://www.visitportugal.com/pt-pt>

## **Notas e alterações**

### **SAÚDE**

O participante obriga-se a mencionar, no ato de inscrição, quaisquer cuidados médicos especiais de que careça;

O participante obriga-se a cumprir toda a regulamentação nacional e internacional antidopagem;

Embora o regime de semiautonomia atrás descrito responsabilize totalmente o participante pelo seu estado de saúde a Organização oferecerá um serviço médico e de enfermagem que acompanhará em permanência os eventos;

No caso de um concorrente considerar necessário receber assistência médica deve proceder do seguinte modo:

- solicitar apoio num PAC; ou
- solicitar assistência aos membros da Organização que encontrar; ou
- telefonar para os números de telemóvel da equipa de segurança e Resgate (913871683 / 962182005) que estão inscritos no dorsal ; ou
- telefonar para o 112 (neste caso responsabiliza-se pelas despesas que os atos médicos e de transporte acarretarem).

Um cuidado e extenso serviço de resgate e apoio médico e de enfermagem estará disponível durante todo o evento e após o final das provas. A entidade médica

relevante desta equipa detém autoridade para dar ordem de retirada da prova aos concorrentes que, no seu entender, não reúnam condições de saúde para continuar sem fazer perigar a sua saúde.

### **MARCAÇÃO DO PERCURSO**

A marcação principal será constituída por fita pendurada em elementos naturais à altura dos olhos. A cor da fita será anunciada no momento da Partida.

*O princípio será o da visibilidade contínua, i.e., da posição de uma fita vê-se a seguinte.*

Face ao fato de parte do percurso do UTSM decorrer à noite serão utilizados materiais refletores. É obrigatória a utilização do frontal sempre que as condições de visibilidade (noite ou nevoeiro) o exijam.

Para além da fita sinalizadora serão utilizadas outras sinaléticas como setas impressas e informações diversas para além de indicações por colaboradores da Organização em atravessamento de estradas e outros locais.

Os concorrentes obrigam-se a 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 do Júri da prova tal for feito com a intenção de diminuir a distância percorrida ou de diminuir as naturais dificuldades técnicas do percurso.

O percurso passa por muitas cancelas de gado que se encontrarão abertas na sua esmagadora maioria. No caso de alguma se encontrar encerrada e de ser necessário abri-la para seguir a prova o concorrente que a abrir obriga-se a fechá-la após a sua transposição.

No caso de um concorrente percorrer alguma parte do percurso sem sinalização deverá voltar atrás pelo caminho que seguiu e procurar o caminho sinalizado.

### **CONTROLE ANTI-DOPING**

Todo o concorrente pode ser submetido a um controlo antidopagem antes, durante ou à chegada da prova. No caso de recusa o concorrente será sancionado de acordo com a regulamentação internacional em vigor.

### **RECLAMAÇÕES**

Dado o princípio atrás enunciado no capítulo Fair Play as reclamações formais deverão ser evitadas.

A existirem, todas as reclamações devem ser formuladas por escrito em impresso próprio disponível no Secretariado e aí depositado contra o pagamento de uma caução de 100 €, que serão devolvidos no caso de a reclamação ser considerada procedente pelo Júri da prova.

As reclamações só serão aceites se depositadas até 30 minutos após a divulgação dos resultados.

### ***DIREITOS DE IMAGEM***

Ao inscrever-se os concorrentes renunciam aos direitos de imagem durante todos os atos do evento nomeadamente a prova e as cerimónias protocolares. Apenas a organização pode transmitir esse direito de imagem a outros, nomeadamente aos órgãos de comunicação social.

### ***CASOS OMISSOS***

Os casos omissos serão resolvidos pela Organização tendo como referência as normas e regulamentos da Associação de Trail Running de Portugal e da Federação Portuguesa de Atletismo, se técnicos, e o seu critério, se de outra índole.

O Regulamento será enriquecido com informações complementares. Visite regularmente o sítio do evento: <http://utsm.wordpress.com> e a página social do evento <https://www.facebook.com/ultratrailserrasaomamede/>

A Organização (18/12/2018)

**João Carlos Pinheiro Correia**