



# Regulamento LouzanTrail 2019



"As melhores e mais belas coisas na vida não podem ser vistas nem tocadas, devem ser sentidas com o coração."

Hellen Keller



# Nota introdutória

Caro atleta,

O LOUZANTRAIL é uma prova competitiva de corrida de montanha, organizado pela Secção de Trail Running do Montanha Clube.

Em 2019 haverá mais uma edição onde tu poderás descobrir ou redescobrir paisagens deslumbrantes que certamente irão perpetuar de forma indelével a tua memória por muitos anos.

E é a pensar em ti que o Montanha Clube – Secção de Trail – se empenha e inova a cada edição, para te presentear com locais mágicos, com uma dureza assinalável, mas com paisagens de cortar a respiração.

Assim, gostaríamos de te dar as boas vindas à Serra da Lousã e desejar que desfrutes da nossa serra.

Este evento tem o apoio institucional e logístico do Município da Lousã e União das Juntas de Freguesia de Lousã e Vilarinho.



## Conteúdo

1.	Condições de Participação .....	5
1.1	Idade participação diferentes provas .....	5
1.2	Inscrições regularizadas .....	5
1.3	Ajuda externa.....	5
1.4	Colocação de dorsal .....	5
1.5	Regras de Conduta desportiva .....	6
1.6	Comunicação/contacto com a organização .....	6
2.	Prova.....	7
2.1	Apresentação das provas / Organização.....	7
2.2	Programa / Horário .....	8
2.3	Distância / Altimetria / Categorização de Grau de Dificuldades ATRP .....	9
2.4	Mapa / Perfil altimétrico / Descrição dos percursos .....	9
2.5	Tempos limites / Barreira horária .....	9
2.6	Metodologia de controlo de tempos .....	10
2.7	Postos de controlo .....	10
2.8	Locais de abastecimento .....	10
2.9	Material obrigatório / Verificação de material.....	11
2.10	Informação sobre passagem de locais e com tráfego rodoviário .....	12
2.11	Penalizações / Desclassificações.....	12
2.12	Responsabilidades perante o atleta.....	13
2.13	Seguro Desportivo .....	13
2.14	Suspensão e/ou anulação das provas .....	13
3.	Inscrições .....	14
3.1	Processo inscrição (local, página web, método de pagamento) .....	14
3.2	Valores e períodos de inscrição .....	14
3.3	Alteração de inscrições.....	15
3.4	Condições para devolução do valor de inscrição.....	15
3.5	Material incluído com a inscrição .....	15
3.6	Serviços disponibilizados (transporte, massagem, duche, etc.).....	16
4.	Data, local e hora para entrega de prémios.....	17
4.1	Definição das Categorias etárias / Sexo, individuais e equipas.....	17
4.2	Prémios Monetários.....	18
5.	Cedência de Imagem e Tratamento de Dados .....	19
5.1	Cedência de Imagem .....	19
5.2	Tratamento de Dados.....	19
6.	Informação .....	20
6.1	Solo Duro.....	20
6.2	Eco-Responsabilidade.....	20



6.3	Casos Omissos .....	20
6.4	Reclamações .....	20



## 1. Condições de Participação

### 1.1 Idade participação diferentes provas

A participação nas provas Ultra e Longo do LOUZANTRAIL 2019 só é autorizada a pessoas maiores de 18 anos de idade, feitos até ao dia anterior à data da prova. Na prova LOUZANTRAIL Curto a maiores de 16 anos feitos até ao dia anterior à data da prova

### 1.2 Inscrições regularizadas

A pré-inscrição/inscrição nas provas do LOUZANTRAIL 2019 pressupõe a total aceitação das regras aqui estabelecidas.

Condições físicas:

- Para participar no evento o atleta deve estar consciente das dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas e, de se encontrar adequadamente preparado física e mentalmente;
- O atleta deve ter consciência prévia da capacidade real de autonomia exigida em montanha, de forma a ser capaz de gerir os problemas que derivam deste tipo de prova;
- Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas (altas temperaturas, baixa humidade, etc.);
- Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de uma fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc.

### 1.3 Ajuda externa

Não será permitida qualquer ajuda externa fora dos locais definidos pela organização, pelo que o atleta deve estar consciente da sua condição física e saber gerir os problemas que possam surgir para uma atividade em montanha, de forma segura.

A organização define como áreas específicas para assistência aos atletas por parte do acompanhante ou elemento responsável pela equipa, 100 metros de raio dos abastecimentos.

Nestas áreas é permitido ao/à atleta, poder receber alimentação e trocar de equipamento. O atleta é obrigado a manter o equipamento obrigatório, podendo deixar/trocar outro equipamento não obrigatório.

Os elementos das equipas de apoio não podem aceder às áreas de abastecimentos dos atletas, nem solicitar qualquer tipo de abastecimento de líquidos.

### 1.4 Colocação de dorsal

O número do atleta é pessoal e intransmissível e deverá ser colocado na frente do corpo, a altura do peito e sempre visível.

Em caso de desistência, desclassificação ou barramento horário o atleta é obrigado a entregar o chip, sendo dado baixa do mesmo e aparecendo na classificação DNF.



### **1.5 Regras de Conduta desportiva**

O atleta durante toda a prova deverá adotar um comportamento digno, abstendo-se nomeadamente de fazer recurso a linguagem ofensiva, agressões verbais ou físicas.

Caso se verifiquem as infrações anteriormente descritas, estas serão alvo de penalização, a saber:

- Advertência;
- Desqualificação;
- Expulsão e consequente proibição de inscrição em eventos posteriores (por um período de dois anos);
- Caso a linguagem ofensiva seja efetuada em redes sociais, blogs ou páginas do LOUZANTRAIL ou conexas será punido com a proibição de inscrição no evento e/ou em eventos posteriores organizados pela secção de Trail Running do Montanha Clube (pelo período mínimo de dois anos).

### **1.6 Comunicação/contacto com a organização**

Consideram-se os meios oficiais de comunicação e informação do LOUZANTRAIL os seguintes:

<http://www.louzantrail.com>

[info@louzantrail.com](mailto:info@louzantrail.com)

<https://www.facebook.com/louzantrail>



## 2. Prova

### 2.1 Apresentação das provas / Organização

Montanha Clube, Secção de Trail Running, é a entidade organizadora do evento LOUZANTRAIL 2019, que decorrerá nos dias 26 e 27 de janeiro de 2019 na Vila da Lousã, independentemente das condições climatéricas do dia, desde que a organização entenda que estas não ofereçam riscos aos participantes.

A organização acompanha em permanência a evolução das condições climatéricas podendo suspender e/ou anular a prova a qualquer momento, caso assim o entenda.

A edição LOUZANTRAIL 2019 será constituída por 3 provas competitivas, caminhada e a Corrida dos Rapozinhos:

#### **ULTRA LOUZANTRAIL – Distância, horários e tempo limite**

Terá início às 8h00m do dia 27 de janeiro, na Rua General Humberto Delgado, dirigindo-se para a Serra da Lousã, num percurso com cerca 44 Km e aproximadamente 3000 Metros de desnível positivo, terminando no centro da Lousã.

O tempo limite para conclusão do ULTRA LOUZANTRAIL é de 10 horas, passadas as quais todos os atletas em prova serão retirados do percurso. Será publicada uma tabela com as barreiras horárias nos vários pontos de passagem.

O ULTRA LOUZANTRAIL será considerado prova Série 150 do Campeonato Nacional Ultra Trail ATRP, pontuará com 3 pontos ITRA e é prova qualificativa para o UTMB.

#### **LOUZANTRAIL LONGO – Distância e horários**

Terá início às 09h00m do dia 27 de janeiro, na Rua General Humberto Delgado, dirigindo-se para a Serra da Lousã, num percurso com cerca de 30 Km e aproximadamente 2000 Metros de desnível positivo, terminando no centro da Lousã.

O tempo limite para conclusão do LOUZANTRAIL LONGO é de 8 horas, passadas as quais todos os atletas em prova serão retirados do percurso.

O LOUZANTRAIL LONGO integra a GOLDEN TRAIL NATIONAL SERIE Ibérica, será considerado prova Série 100 do Campeonato Nacional de Trail ATRP, pontuará com 2 pontos ITRA e é prova qualificativa para o UTMB.

#### **LOUZANTRAIL CURTO – Distância e horários**

Terá início às 9h30m do dia 27 de janeiro, na Rua General Humberto Delgado, dirigindo-se para a Serra da Lousã, num percurso com cerca de 17 Km e aproximadamente 1200 metros de desnível positivo, terminando no centro da Lousã.

O tempo limite para conclusão do LOUZANTRAIL CURTO é de 6 horas e 30 minutos, passadas as quais todos os atletas em prova serão retirados do percurso.

O LOUZANTRAIL CURTO faz parte do Circuito Distrital de Trail Running de Coimbra, competição organizada pela Associação Distrital de Atletismo de Coimbra – ADAC, sendo para tal considerados todos os atletas filiados na FPA – Federação Portuguesa de Atletismo através da ADAC e inscritos no respetivo Circuito. Pontuará com 1 pontos ITRA e é prova qualificativa para o UTMB.

#### **Caminhada – Distância e horários**

Terá início às 8h30m do dia 27 de janeiro, na Rua General Humberto Delgado, dirigindo-se para a Serra da Lousã, num percurso com cerca de 10 Km e aproximadamente 500 metros de desnível positivo, terminando no centro da Lousã.



## **Corrida dos Rapozinhos – Distância e horários**

Terá início às 16h00m do dia 26 de janeiro, na Rua General Humberto Delgado.

A Corrida dos Rapozinhos dispõe de regulamento próprio.

A organização reserva o direito de alterar as distâncias e o desnível se assim o entender sendo a alteração, no caso do desnível, nunca superior a 10%.

## **2.2 Programa / Horário**

### **26 DE JANEIRO DE 2019 – Sábado**

**Local:** Nave Exposições da Lousã - Rua General Humberto Delgado

**14:00** – Abertura do secretariado aos atletas;

**14:15** – Visita cultural a uma aldeia serrana com degustação de produtos regionais;

**15:45**– Abertura Oficial;

**16:00** – Rapozinhos;

**18:00** – Tertúlia;

**20:00** – Briefing da prova.

**22:00** - Encerramento secretariado;

### **27 DE JANEIRO DE 2019 – Domingo (Provas competitivas)**

**06:30** – Abertura Secretariado

**07:10** – Controlo ULTRALOUZANTRAIL

**07:50** – BRIEFING

**08:00** – PARTIDA ULTRA LOUZANTRAIL

**08:05** - Controlo LOUZANTRAIL LONGO

**08:30** – PARTIDA CAMINHADA

**08:50** – BRIEFING

**09:00** – PARTIDA LOUZANTRAIL LONGO

**09:05** - Controlo LOUZANTRAIL CURTO

**09:20** – BRIEFING

**09:30** – PARTIDA LOUZANTRAIL CURTO

**16:00** – Início da cerimónia de entrega prémios (Caso todos os pódios se encontrem fechados)

**19:00** – Fecho de Meta

**20:00** – Fim do evento



### 2.3 Distância / Altimetria / Categorização de Grau de Dificuldades ATRP

Prova	Distância	Desnível positivo	Tempo máximo	Grau de Dificuldade
<b>Ultra LOUZANTRAIL</b>	44 Km	3000	10h00	4
<b>LOUZANTRAIL Longo</b>	30 Km	2000	8h00	4
<b>LOUZANTRAIL Curto</b>	17 Km	1200	6h30	4

### 2.4 Mapa / Perfil altimétrico / Descrição dos percursos

Os percursos do LOUZANTRAIL são compostos por passagem pela zona histórica da Lousã, antigos caminhos utilizados pelas populações das aldeias, levadas (antigo sistema de irrigação), estradas florestais, ribeiras, etc.

De salientar que as provas não são fechadas e, nesse sentido os participantes devem ter em conta o facto de haver viaturas, animais, pessoas, bicicletas a circular em partes do percurso da prova.

Os atletas devem ter atenção aquando do atravessamento das estradas públicas e estradões florestais.

Existirão percursos alternativos, para fazer face a alguma situação imprevista e alheia à organização.

A organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo ou abastecimento, sem aviso prévio.

### 2.5 Tempos limites / Barreira horária

Para evitar passar em zonas mais sensíveis do ponto de vista de segurança, são estabelecidos os seguintes tempos de passagem:

#### Ultra LOUZANTRAIL

<i>Local</i>	<i>Dist. Acum.</i>	<i>Tempo de Prova</i>	<i>Horas</i>
<b>Talasnal</b>	+/- 16,5 km	04:00	12:00
<b>Candal</b>	+/- 26,6 km	06:00	14:00
<b>Meta</b>	+/- 44,2 km	10:00	18:00



## LOUZANTRAIL Longo

<i>Local</i>	<i>Dist. Acum.</i>	<i>Tempo de Prova</i>	<i>Horas</i>
<b>Talasnal</b>	+/- 12,8 km	03:00	12:00
<b>Candal</b>	+/- 15,9 km	05:00	14:00
<b>Meta</b>	+/- 30,1 km	08:00	17:00

## LOUZANTRAIL Curto

<i>Local</i>	<i>Dist. Acum.</i>	<i>Tempo de Prova</i>	<i>Horas</i>
<b>Talasnal</b>	+/- 12,8 km	04:00	13:30
<b>Meta</b>	+/- 17,6 km	06:30	16:00

Para continuar em prova, os atletas têm de sair do posto de controlo antes do seu encerramento. Caso contrário, será feito o barramento, situação esta que implica a entrega do Chip à organização. Se o atleta decidir prosseguir no percurso será da sua própria responsabilidade e em completa autonomia.

### 2.6 Metodologia de controlo de tempos

Será utilizado um sistema eletrónico de controlo de tempos por intermédio de um chip colocado no dorsal. Nos pontos de controlo existirá um tapete ou outro dispositivo que registará a passagem dos atletas.

### 2.7 Postos de controlo

A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo o atleta respeitá-la ao longo da prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos.

Ao longo do percurso existirão pontos de controlo devidamente assinalados. Os atletas terão de parar de modo a ser registado o controlo do seu dorsal, assim como respeitar a ordem de chegada ao posto de controlo. Nestes mesmos postos de controlo poderá ser colocado nos atletas um outro sistema de controlo eletrónico.

### 2.8 Locais de abastecimento

#### Ultra LOUZANTRAIL

<i>Local</i>	<i>Dist. Acum.</i>	<i>Tipo</i>
<b>Casa do Guarda</b>	+/- 8,9 km	Sólidos e Líquidos
<b>Talasnal</b>	+/- 16,5 km	Sólidos e Líquidos
<b>KM 23</b>	+/- 21,9 km	Sólidos e Líquidos
<b>FA</b>	+/- 32,1 km	Sólidos e Líquidos
<b>Meta</b>	+/- 44,2 km	Sólidos e Líquidos



## LOUZANTRAIL Longo

<i>Local</i>	<i>Dist. Acum.</i>	<i>Tipo</i>
<b>Talasnal</b>	+/- 12,6 km	Sólidos e Líquidos
<b>Cerdeira</b>	+/- 19,7 km	Sólidos e Líquidos
<b>Meta</b>	+/- 30,1 km	Sólidos e Líquidos

## LOUZANTRAIL Curto

<i>Local</i>	<i>Dist. Acum.</i>	<i>Tipo</i>
<b>Talasnal</b>	+/- 12,6 km	Sólidos e Líquidos
<b>Meta</b>	+/- 17,6 km	Sólidos e Líquidos

As provas do evento são em regime semiautónomo, tendo o atleta de se fazer acompanhar por aquilo que ache necessário para poder concluir as provas. Os locais previstos para os abastecimentos podem sofrer alterações de localização ou suprimidos sem aviso prévio. Caso as condições meteorológicas o justifiquem, serão colocadas placas informativas de locais com pontos de água naturais.

### 2.9 Material obrigatório / Verificação de material

Para participar na competição, cada participante deverá levar calçado e vestuário adequado à prática de provas em montanha. No mínimo, uns calções e t-shirt ou similar. Qualquer tipo de vestuário ofensivo não será permitido. O uso de calçado minimalista ou alternativo será da exclusiva responsabilidade do atleta e a organização deverá ser alertada para o facto.

Equipamento	ULTRA	LONGO	CURTO	Caminhada
Dorsal	X	X	X	X
Reservatório de Água (1lt)	R	R	R	R
Mochila ou Cinto de hidratação	R	R	R	R
Manta de sobrevivência	X	X	X	X
Telemóvel totalmente operacional	R	R	R	R
Copo ou caneca	R	R	R	R
Apito	R	R	R	R
Frontal	X	R	R	R

\* a organização não fornece copos nos abastecimentos

R – Material Recomendado



## X – Material Obrigatório

Caso as condições climáticas o justifiquem, o material obrigatório poderá ser reformulado. Nesse caso, o mesmo irá ser informado aos atletas através dos meios de comunicação oficiais, pelo menos com 48 horas antes do início da prova.

### **A utilização de frontal passa a ser obrigatória após as 17h00.**

## 2.10 Informação sobre passagem de locais e com tráfego rodoviário

Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito nas vilas e estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

O atleta é responsável pelo cumprimento das regras do Código de Estrada.

## 2.11 Penalizações / Desclassificações

INFRAÇÃO	SANÇÃO
Falta de assistência a outro atleta em dificuldades	Desclassificação da prova
Abandonar a prova sem avisar a organização	Desclassificação da prova
Troca de dorsal entre atletas	Desclassificação da prova
Agressão ou insulto a elementos da organização ou atletas	Desclassificação da prova e proibição de inscrição na edição seguinte
Insultos à organização em redes sociais, blogs ou páginas do LOUZANTRAIL ou conexas	Desclassificação da prova e inibição de participação de pelo menos dois anos
Retirar sinalização do percurso	Desclassificação da prova e proibição de inscrição na edição seguinte
Desobedecer às medidas de segurança indicadas por elementos da organização/voluntários	Desclassificação da prova
Exceder o tempo limite nos postos de controlo/meta	Desclassificação da prova
Falhar um dos postos de controlo	Desclassificação da prova
Atirar lixo para o chão	Desclassificação da prova
Perda de Dorsal/Chip	Desclassificação da prova
Receber ajuda externa	Desclassificação da prova
Dorsal não visível	Desclassificação da prova
Falta de item material obrigatório	30 minutos
Não utilização de frontal após as 17h00	Desclassificação da prova



## 2.12 Responsabilidades perante o atleta

O participante assume, por livre e espontânea vontade os riscos e suas consequências decorrentes da participação na prova, sejam eles danos morais, físicos, materiais ou de qualquer natureza.

Os atletas inscritos no LOUZANTRAIL aceitam participar voluntariamente e sob 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 e dos seus colaboradores e participantes.

## 2.13 Seguro Desportivo

A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei (acidentes pessoais e de Responsabilidade civil) conforme o Decreto-Lei no 10/2009 de 12 de janeiro, para este tipo de prova, estando o seu prémio incluído no valor da inscrição. O pagamento da franquia (120€) do seguro (Allianz Portugal, apólice 205179505), em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas.

Qualquer acidente ou incidente, que ocorra durante o decorrer do percurso é da responsabilidade dos participantes, em tudo que exceder o risco coberto pelo seguro.

A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

## 2.14 Suspensão e/ou anulação das provas

Caso as condições climáticas e/ou ambientais se verifiquem extremas (ex.: incêndio florestal, tempestades, ciclones, etc.) a partida pode ser atrasada num máximo de duas horas, período após o qual a prova é cancelada.

As mesmas também podem ser suspensas e/ou anuladas por decisão das entidades oficiais tais como, Proteção Civil, GNR, MAI, etc.

Poderá também suspender, reduzir ou neutralizar as provas, os fatores mencionados anteriormente.

**Em qualquer das situações descritas não haverá em caso algum direito a reembolso.**



### 3. Inscrições

#### 3.1 Processo inscrição (local, página web, método de pagamento)

O registo quer de pré-inscrição ou inscrição, consoante a prova e modalidade de processo de inscrição, deverá ser efetuado através do formulário específico que estará disponível no site <http://louzanttrail.com/registrations.html>.

Não serão aceites outros métodos de pré-inscrição por email ou telemóvel, para além dos acima mencionados.

#### **A inscrição nas provas implica a aceitação implícita do presente regulamento.**

O levantamento do dorsal depende da exibição do cartão de cidadão ou documento equiparado (passaporte, cartão de residência, etc.).

O levantamento de dorsais por equipa, por um responsável da mesma, depende da apresentação dos números dos documentos de identificação, data de nascimento dos atletas e a assinatura de um documento da responsabilização pelo levantamento dos mesmos.

No caso de se verificar divergência nos dados de inscrição com os dados do cartão de cidadão a organização reserva o direito de não permitir a participação do atleta no evento. Tratando-se neste caso, de prestação de informações falsas por parte do atleta a organização não devolverá o valor paga na inscrição.

A emissão de faturas das inscrições deve ser solicitada até dia 15 de Fevereiro de 2019 para o email [info@louzanttrail.com](mailto:info@louzanttrail.com) com a indicação dos dados fiscais da entidade a quem será emitida, assim como a identificação do atleta através de número de Cartão de Cidadão ou número de Contribuinte a que a inscrição a faturar diz respeito.

As inscrições são feitas em plataforma própria, sendo a recolha, tratamento e proteção dos dados dos atletas da inteira responsabilidade da Onsalesit SA.

#### 3.2 Valores e períodos de inscrição

Prova	N.º de vagas	Valor de Inscrição 1ª Fase	Valor de Inscrição 2ª Fase	Valor de Inscrição 3ª Fase
<b>ULTRA LOUZANTRAIL</b>	250	35,00 €	40,00 €	45,00 €
<b>LOUZANTRAIL Longo</b>	450	25,00 €	30,00 €	35,00 €
<b>LOUZANTRAIL Curto</b>	450	18,00 €	22,00 €	26,00 €
<b>Caminhada</b>	150	13,00 €	15,00€	18,00€

#### Calendário de Valores de Inscrição:

1ª Fase: de 27 de Setembro 2018 a 31 de Outubro 2018;

2ª Fase: de 1 de Novembro 2018 a 31 de Dezembro 2018;

3ª Fase: de 1 de Janeiro 2019 a 04 de Janeiro 2019;



## **Calendário de Períodos de Inscrição:**

**27 e 28 de Setembro 2018** – Exclusivo para associados ATRP e ADAC

**27 Setembro 2018** – Abertura Oficial

**04 Janeiro 2019** – Fecho de Inscrições

**04 Janeiro 2019** – Fim de Alterações de Inscrições

Os atletas a disputar o Circuito de Trail Curto da ADAC têm um desconto de 1,5€ no Louzantrail Curto.

A organização reserva-se ao direito de ultrapassar o número limite de vagas para satisfazer os seus compromissos perante atletas de elite (homens com score superior a 780 pontos e mulheres com score superior a 650 pontos ITRA), convidados da organização e ainda para com os patrocinadores oficiais do evento.

A organização reserva-se ainda ao direito de ajustar o número de vagas por razões de segurança ou por qualquer outro motivo que possa afetar o bom funcionamento da prova. Todas as alterações serão anunciadas com a devida antecedência no website oficial e redes sociais.

O atleta que prestar falsas declaração terá a sua inscrição automaticamente anulada sem direito a reembolso.

### **3.3 Alteração de inscrições**

A organização permite a alterações de inscrições até dia 04 de Janeiro 2019 mediante o pagamento de uma taxa de 5€, devendo o atleta titular da inscrição enviar um email para [info@louzantrail.com](mailto:info@louzantrail.com) com os dados para efetuar a troca e o comprovativo do pagamento da Taxa de Alteração.

### **3.4 Condições para devolução do valor de inscrição**

Na eventualidade de desistência após a inscrição a organização não reembolsa o valor da inscrição, excepto nos seguintes casos:

- Motivo de lesão ou doença com a apresentação de atestado médico devolve-se 75% do valor de inscrição até ao dia 30 de Novembro de 2018.
- Motivo de lesão ou doença com a apresentação de atestado médico devolve-se 50% do valor de inscrição até ao dia 31 de Dezembro de 2019. A partir desta data, não será reembolsado qualquer valor.

O atleta deve remeter um e-mail com os seus dados de inscrição, atestado médico e o IBAN para [info@louzantrail.com](mailto:info@louzantrail.com) para a organização poder proceder ao respetivo reembolso caso existe direito ao mesmo.

### **3.5 Material incluído com a inscrição**

O valor da inscrição inclui:



- Dorsal;
- Abastecimentos sólidos e líquidos;
- Prémio *Finisher ULTRA LOUZANTRAIL, LOUZANTRAIL LONGO e LOUZANTRAIL CURTO* ;
- Duche;
- Seguro de Acidentes Pessoais;
- Transporte para a chegada, no caso de o atleta abandonar a prova ou ser impedido pela organização de continuar;
- Equipa de Busca e Salvamento em zonas remotas e de acesso difícil;
- Assistência em Posto Médico Avançado (Médico e equipa de enfermagem);

### **3.6 Serviços disponibilizados (transporte, massagem, duche, etc.)**

A organização tem ao dispor dos atletas transporte até à chegada em caso de lesão ou desistência, estando condicionados a lotação dos veículos de transporte.

É disponibilizado duche, massagens de relaxamento e em caso de necessidade um check-up pela equipa médica disponível no Posto Médico Avançado que se encontrará na zona de chegada.



## 4. Data, local e hora para entrega de prémios

27 de janeiro – 16h00 – Nave Exposições da Lousã - Rua General Humberto Delgado

### 4.1 Definição das Categorias etárias / Sexo, individuais e equipas

No ULTRA LOUZANTRAIL, LOUZANTRAIL LONGO e LOUZANTRAIL CURTO serão premiados os 3 primeiros classificados da classificação por Equipas (masculino/feminino), Geral individual (masculino/feminino) e por escalão.

A classificação das equipas será obtida pela soma das posições da classificação geral dos 3 primeiros atletas da equipa ordenada pela ordem crescente.

O critério de desempate das equipas será a soma dos 3 melhores tempos será o método para o desempate.

Os atletas que finalizem a prova ULTRA LOUZANTRAIL, LOUZANTRAIL LONGO e LOUZANTRAIL CURTO receberão um prémio de *Finisher*.

Os prémios serão entregues no dia do evento. Quem não os levantar nesse dia, a organização não enviará por correspondência.

Os escalões das provas **ULTRA LOUZANTRAIL e LOUZANTRAIL CURTO e LONGO** estarão designadamente na seguinte forma:

<b>ULTRA e LOUZANTRAIL Longo</b>	
M Sub23	F Sub23
M Sénior	F Sénior
M40	F40
M45	F45
M50	F50
M55	F55
M60	F60
<b>LOUZANTRAIL Curto</b>	
M Júnior	F Júnior
M Sub23	F Sub23
M Sénior	F Sénior
M40	F40
M50	F50
M60	F60

classificação por escalões será considerada a idade que o atleta terá a 31 de Outubro da corrente época competitiva.



#### 4.2 Prémios Monetários

A Organização do Louzantrail irá atribuir prémios monetários por equipas.

Esta classificação é independente do definido no ponto 4.1 e será uma cortesia da organização e seus parceiros.

PRÉMIOS
1º - 250 €
2º - 150 €
3º - 100 €

A organização da prova irá determinar a classificação coletiva do Louzantrail da seguinte forma:

- Com base nas classificações coletivas, determinadas pelo ponto 4.1, é considerado para a mesma equipa e, independentemente do género, aquele que melhor classificação obtiver.
- Serão somadas as duas (2) melhores classificações de cada equipa e, depois de ordenadas de forma crescente será determinada a classificação final coletiva do Louzantrail.
- O critério de desempate será determinado pelo maior número de atletas inscritos e, se o empate persistir será somado o valor monetário das posições e depois dividido pelas equipas correspondentes.

Os valores dos prémios são ilíquidos e serão pagos mediante apresentação de fatura.



## 5. Cedência de Imagem e Tratamento de Dados

### 5.1 Cedência de Imagem

Os participantes do LOUZANTRAIL cedem integral e gratuitamente à Organização os direitos de utilização da imagem e voz, autorizando a sua reprodução, edição e publicação, em qualquer suporte (papel ou digital), e integrada em qualquer outro material (fotografia, desenho, ilustração, pintura, vídeo, animação, etc.), conhecido ou que venha a existir, para:

- a) Divulgação na página eletrónica do evento (site);
- b) Divulgação nas redes sociais (Facebook, Instagram, Youtube, outros);
- c) Exposição em formato físico ou digital (exposições, outros);
- d) Divulgação em newsletters, brochuras, flyers; etc.

Este pedido de cedência de imagem tem como único propósito promover os eventos realizados e a realizar, sem prejuízo para ambas as partes.

De acordo com o nº 3 do artigo 7º do Regulamento (UE) 2016/679 do Parlamento Europeu e do Conselho de 27 de abril de 2016, o titular dos dados poderá retirar o seu consentimento, por escrito, a qualquer momento. A retirada do consentimento não compromete a licitude do tratamento efetuado até essa data.

### 5.2 Tratamento de Dados

Os participantes confirmar o seu consentimento para que a Organização proceda ao tratamento dos seus dados pessoais para fins de gestão da inscrição no evento.

Os dados pessoais serão partilhados com companhias de seguro, Federações, parceiros e organizações desportivas, de forma a que os participantes possam integrar as diversas competições.

Os dados pessoais serão conservados durante o período necessário para as finalidades para os quais são tratados.

Nos termos do Regulamento Geral da Proteção de Dados assistem aos participantes os seguintes direitos, quando aplicáveis: de limitação do tratamento, de consulta, de acesso, de informação, de retificação, de atualização e/ou eliminação dos dados, direito de oposição, direito ao esquecimento, direito de portabilidade dos dados pessoais e direito de apresentar reclamação a uma autoridade de controlo.



## 6. Informação

### 6.1 Solo Duro

A organização disponibiliza dormida em solo duro, em local a designar oportunamente.

### 6.2 Eco-Responsabilidade

Não abandonar lixo na natureza, utilizar os contentores para os depositar, respeitar a flora e a fauna, seguir estritamente o percurso balizado sem utilizar atalhos.

A organização utilizará sempre que seja possível material reutilizável ou reciclável e procederá à recolha seletiva.

A limpeza do percurso iniciar-se-á imediatamente após a passagem do último corredor.

A comunicação sobre papel estará reduzida ao mínimo, privilegiando o suporte eletrónico.

### 6.3 Casos Omissos

O preenchimento e envio da Ficha de Inscrição para as provas do LOUZANTRAIL implicam que o atleta que se inscreve, tome conhecimento e aceite sem quaisquer reservas o presente Regulamento.

Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos pelo Júri de Prova, de cujas decisões não haverá recurso.

### 6.4 Reclamações

Para efectuar uma reclamação, por qualquer acção verificada durante o decorrer do LOUZANTRAIL, deverá ser feita por escrito e entregue à organização no próprio dia do evento. A reclamação será analisada e proferida uma decisão em 3 dias úteis da qual não será passível de reclamação

\*Regulamento sujeito a alterações que serão, caso as haja, informadas atempadamente.