

**Regulamento da 8ª edição dos
Trilhos do Paleozóico**

14 e 15 de março 2020

VALONGO

Índice

1. Condições de participação	
1.1 Idade participação diferentes provas	3
1.2. Inscrição regularizada	3
1.3 Condições físicas	3
1.4 Definição possibilidade de ajuda externa	4
1.5 Colocação dorsal e chip	4
1.6 Regras de conduta desportiva	4
1.7 Comunicação e contacto com a organização	4
2. Prova	
2.1 Apresentação da prova (s) Organização	4
2.2 Programa/Horário	5
2.3. Distância / Altimetria / Dificuldade ATRP	6
2.4. Mapa / Perfil altimétrico / descrição do percurso	6
2.5. Tempo Limite	7
2.6. Metodologia de controlo de tempos	7
2.7. Postos de controlo	7
2.8. Locais de abastecimento	7
2.9. Material obrigatória	8
2.10. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário	8
2.11. Penalizações / desclassificações	8
2.12. Responsabilidades perante o atleta/participante	9
2.13. Seguro desportivo	9
3. Inscrições	
3.1. Processo inscrição	9
3.2. Valores e período de inscrição	10
3.3. Condições de devolução do valor de inscrição	11
3.4. Valores de inscrição	11
3.5. Secretariado da prova/horários e local	12
3.6. Serviços disponibilizados	12
4. Categorias e Prémios	
4.1. Definição data, local e hora de entrega de prémios	12
4.2. Definição das categorias etárias/ sexo/ individuais e equipas	12
4.2.1 Prémios	13
4.3 Prazos para reclamação de classificações	14
5. Informações	
5.1. Como chegar	14
5.2. Onde ficar	14
5.3. Direitos de imagem	14

Trilhos do Paleozóico 2020

1. Condições de participação

1.1 Idade participação diferentes provas

A 8ª edição dos Trilhos do Paleozóico é uma prova que percorre trilhos e caminhos na serra de Santa Justa e de Pias no concelho de Valongo, onde está inserido o Parque Paleozóico de Valongo e o Centro de Trail de Valongo, com partida e chegada no Largo do Centenário (centro de Valongo). Os Ultra Trilhos 48km estão abertos a maiores de idade (18 anos), Trilhos 23km abertos a maiores de 17 anos, Mini-Trilhos 12km abertos a maiores de 16 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 do site do nosso parceiro Prozis <https://www.prozis.com/pt/pt/evento/trilhos-do-paleozoico-2020> não sendo necessário enviar comprovativo de pagamento para a organização. Aquando do levantamento do dorsal é necessário levar documento de identificação referente à inscrição.

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 fisicamente 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 e chuva.
- 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 semi-suficiência

1.4 Definição possibilidade de ajuda externa

Os atletas não podem receber ajuda externa fora dos locais dos abastecimentos sob pena de desclassificação.

1.5 Colocação dorsal e chip

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado á frente do atleta e de preferência a altura do peito. O atleta que não cumpra será penalizado em 10 minutos por cada vez que seja chamado á atenção, não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação. Será fornecido aos atletas dos 12km, 23km e 48km um chip que deverá ser obrigatoriamente colocado na sapatilha sob pena de não ser classificado, a caminhada é não competitiva e não terá chip.

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.

1.7 Comunicação e contacto com a organização

Qualquer contato com a organização deverá ser efetuado pelo formulário de contacto através do email info@associacaoradical.pt . A organização não se responsabiliza por dar resposta a qualquer outra forma de contato, nomeadamente mensagens pelo Facebook.

2. Prova

2.1 Apresentação da prova (s) Organização

Os 8º Trilhos do Paleozóico será realizado no dia 14/15 de março de 2020, em Valongo dentro do Parque Paleozóico de Valongo e será constituído por 4 eventos:

-Ultra Trilho Paleozóico (UTP) com 48km

-Trilho Paleozóico (TP) com 23km

-Mini-Trilhos e Caminhada Paleozóico (MTP) com 12km

-Trilho dos Pequeninos (2/14 anos) Inscrição inclui seguro, t-shirt, lanche e medalha, o local de partida é junto à ponte da Aldeia de Couce, o kit é levantado no próprio dia no local de partida.

Latitude: 41.157271 | Longitude: -8.484243

(A organização reserva o direito de alterar as distâncias se assim o entender)

Passará por locais paradisíacos e de ímpar beleza (rio Simão, rio Ferreira, fragas, fojos, minas romanas, etc)

A organização deste evento estará a cargo Luís Pereira com a co-organização da Câmara Municipal de Valongo, Junta de freguesia de Valongo e do Grupo Dramático e Recreativo da Retorta.

2.2 Programa/Horário

Dia 14 de Março (Sábado):

10h/13h – abertura do secretariado para entrega dos dorsais – Junta de freguesia de Valongo (Largo do Centenário)

10h/13h – Corrida Trilhos dos Pequeninos (Aldeia de Couce)

13h/14h - Almoço

14h/18h – abertura do secretariado entrega dos dorsais

14h/18h – abertura da exposição de stands de desporto e stands com produtos típicos de Valongo

Dia 15 de Março (Domingo):

06h30m – abertura do secretariado para entrega dos dorsais – Junta de freguesia de Valongo (Largo do Centenário)

07h30m – Controlo zero Ultra Trilhos do Paleozóico 48km

08h – Partida Ultra Trilhos do Paleozóico 48km

08:30h – controlo zero Trilhos do Paleozóico 23km

09h – Partida trilhos do Paleozóico 23km

09h15m – Controlo zero Mini-Trilhos do Paleozóico/Caminhada 12km

09:30h – Partida Mini-trilhos do Paleozóico /Caminhada 12km

10:20h - Chegada prevista dos primeiros atletas dos Mini-Trilhos 12km

11h - Chegada prevista dos primeiros atletas dos Trilhos 23km

12h - Chegada prevista dos primeiros atletas dos Ultra Trilhos do Paleozóico 48km

12h - Início do serviço dos almoços (os almoços serão servidos a todos os atletas, caminheiros e acompanhantes, desde que requisitem este serviço desde as 12h até à chegada do último atleta) podem comprar senha de almoço no dia.

12h – cerimónia de entrega de prémios da 8ª Ultra Trilhos do Paleozóico

17h – encerramento da 8ª Ultra Trilhos do Paleozóico (horários sujeitos a alterações)

2.3. Distância / Altimetria / Dificuldade ATRP

Os **8º Ultra-Trilhos do Paleozóico** terá a distância de 48km e um desnível positivo de +-2500m tendo a classificação de Trail Ultra (TU – M / Grau 3) conforme avaliação ATRP e ITRA

Os **8º Trilhos do Paleozóico** terá a distância de 23km e um desnível positivo de 1150m tendo a classificação de Trail Longo (TL / Grau 3) conforme avaliação ATRP e ITRA

Os **8º Mini-Trilhos do Paleozóico** terá a distância de 12km e um desnível positivo de 200m tendo a classificação Trail Curto (TC / Grau 1) conforme avaliação ATRP e ITRA

A **caminhada** 12km (não competitiva) percorrerá o mesmo percurso dos Minitrilhos, terá um limite de tempo de 6h.

2.4. Mapa / Perfil altimétrico / descrição do percurso

Divulgado na nossa página de Facebook 2 semanas antes do evento.

2.5. Tempo Limite

O tempo limite para o 7º Trilhos do Paleozóico será de 9 horas, tendo uma barreira horária na Ponte S.Simão (+-39km) e que será de 8 horas.

Ultrapassando o tempo de passagem limite os atletas serão barrados pelos "vassouras", 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 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.

2.6. Metodologia de controlo de tempos

O controlo de tempos será feito por empresa de cronometragem, com recurso a chip.

2.7. Postos de controlo

A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo os atletas respeitá-lo ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos. A organização terá durante o percurso postos de controlo onde os atletas terão que parar a fim de ser registado o controlo no seu dorsal. Os atletas devem respeitar a ordem de chegada ao controlo.

2.8. Locais de abastecimento

Ultra trilhos 48km

Aldeia de Couce - sólido/líquido

Pias – sólido/líquido

Bustelo – sólido/líquido

Aldeia de Couce2 - sólido/líquido

Trilhos 23km

Aldeia de Couce - sólido/líquido

Ponte S.Simão - líquido

Mini-Trilhos e Caminhada 12km

Aldeia de Couce - líquido

Os abastecimentos podem ser alterados devido à própria logística do evento ou condições climáticas.

2.9. Material obrigatória

Telemóvel e depósito de água Ultra-Trilhos 48km, Trilhos 23km

Depósito de água Minitrilhos e caminhada 12km

(Sendo aconselhável bastões, manta térmica, camelbak, corta-vento, chapéu ou gorro).

Haverá elementos da organização a fazer controle de material aleatório.

Os locais por onde passam os atletas fazem parte da Rede Natura 2000 sendo assim todos os atletas terão que trazer o seu próprio copo ou depósito de água para ser utilizado nos abastecimentos (a organização não disponibiliza copos).

2.10. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário

A prova será em open road, ou seja, todos os atletas terão que ter algum cuidado ao passar nos troços rodoviários, mesmo assim a organização terá voluntários nesses pontos.

2.11. 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: detiore ou suje o meio por onde passe (desclassificado)
- d: não leve o dorsal bem visível (penalizado em 15m)
- e: alteração do dorsal (desqualificação)
- f: ignore as indicações da organização (penalizado em 1h)

g: tenha alguma conduta anti desportiva (desclassificado)

h: não passe nos postos de controlo (penalizado 2h)

i: receba ajuda fora dos locais de abastecimento (desclassificação)

2.12. Responsabilidades perante o atleta/participante

2.13. Seguro desportivo

O evento terá um seguro de acidentes pessoais para todos os atletas devidamente inscritos, o qual estará de acordo com a legislação em vigor (Dec. Lei 10/2009), que obriga todos os promotores e organizadores de eventos desportivos à realização de seguro de acidentes pessoais com os seguintes capitais mínimos obrigatórios:

a) Morte — € 27.087;

b) Despesas de funeral — € 2.167;

c) Invalidez permanente absoluta — € 27.087;

d) Invalidez permanente parcial — € 27.087, ponderado pelo grau de incapacidade fixado;

e) Despesas de tratamento e repatriamento — € 4.335.

O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas. A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para efetivar a participação ao seguro.

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição

As inscrições terão que ser efetuadas na plataforma de inscrições <https://www.prozis.com/pt/pt/evento/trilhos-do-paleozoico-2020> qualquer questão relacionada com as inscrições os atletas devem contactar:

info@associacaoradical.pt

Após ser feita a inscrição os atletas terão que regularizar o pagamento no prazo máximo de 2 dias, após estes dias a inscrição será anulada, sendo necessário fazer novamente a inscrição.

Para atletas fora de Portugal transferência bancária para a seguinte conta:

IBAN PT50 0035 0837 00021634930 31

BIC SWIFT CGDIPTPL

Enviando comprovativo para info@trilhopaleozoico.com, com dados do atleta correspondente ao pagamento (nome, data de nascimento, clube, email e distância)

3.2. Valores e período de inscrição

Do dia 1 de dezembro até ao dia 30 de janeiro

8º Ultra Trilhos do Paleozóico 48km – 30 euros

8º Trilhos do Paleozóico 23km – 15 euros

8º Mini-Trilhos do Paleozóico 12km – 10 euros

8º Caminhada 12km – 8 euros

Do dia 31 janeiro até ao dia 15 de fevereiro

7º Ultra Trilhos do Paleozóico 48km – 32 euros

7º Trilhos do Paleozóico 23km – 17 euros

7º Mini-trilhos do Paleozóico 12km – 12 euros

7º Caminhada 12km - 9 euros

Do dia 16 de fevereiro até ao dia 29 de fevereiro

7º Ultra Trilhos do Paleozóico 48km – 35 euros

7º Trilhos do Paleozóico 23km – 20 euros

7º Mini-trilhos do Paleozóico – 15 euros

7º Caminhada 12km – 10 euros

Do dia 1 a 8 de março

7º Ultra Trilhos do Paleozóico 48km – 40 euros

7º Trilhos do Paleozóico 23km – 25 euros

7º Mini-trilhos do Paleozóico – 20 euros

7º Caminhada 12km – 15 euros

As inscrições podem ser encerradas mais cedo do que estas datas se as vagas forem ocupadas

A organização reserva o direito de fechar as inscrições quando assim o entender, não sendo obrigada a informar os atletas inscritos ou atletas que se queiram inscrever.

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

(Poderá haver inscrições de última hora se até lá as inscrições não esgotarem)

Almoço: 6 euros

3.3. Condições de devolução do valor de inscrição

Em momento nenhum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista da prova, a qualquer tempo. Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser efetuadas no prazo máximo de 15 dias de antecedência à realização da prova. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos/motivos.

3.4. Valores de inscrição

Ultra Trilhos do Paleozóico 48km / Trilhos do Paleozóico 23km / Mini-Trilhos 12km e Caminhada

-dorsal

-seguro de acidentes pessoal

-abastecimentos

-t-shirt técnica alusiva ao evento

-prémio finisher

-colete finisher (**Ultra Trilhos do Paleozóico 48km**)

**** As primeiras 400 inscrições pagas terão direito a uma forma para bolos que cobre o valor da inscrição, oferta da A Metalúrgica Bakeware.

3.5. Secretariado da prova/horários e local

O secretariado será na Junta de Freguesia de Valongo situado no Largo Centenário, 4440-508 Valongo. GPS:41.189456,-8.498954

O horário para entrega dos dorsais e inscrições de última hora (se entretanto não esgotar) no dia 14 de março (Sábado) será desde as 10h às 13h e das 14h às 18h e dia 15 (Domingo) estará aberto das 6h30 às 9h30.

O levantamento do dorsal deverá ser feito pelo próprio mediante apresentação de documento identificativo ou poderá ser feito por terceiros desde que levem fotocópia do atleta em causa.

3.6. Serviços disponibilizados

Entrada na feira do Trail, duche após a prova nos balneários do pavilhão, massagem desportiva (3 euros)

4. Categorias e Prémios

4.1. Definição data, local e hora de entrega de prémios

A entrega dos prémios será dia 15 março no Largo do Centenário às 12h para a prova dos 12km, 12h30m para prova dos 25km e 13h para prova dos 48km. Podendo ser antecipadas mal a organização tenha as classificações.

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

4.2. Definição das categorias etárias/ sexo/ individuais e equipas

As categorias etárias serão definidas automaticamente em função dos dados disponibilizados pelos participantes no ato da inscrição, e tendo como referência a idade que o atleta terá a tendo como referência a idade que o atleta terá a 15 de março de

2020. A classificação por equipas, será atribuída em função dos 3 melhores tempos da geral.

4.2.1 Classificações

Caso a prova seja incluída nos Circuitos ATRP ou Taça as classificações serão conforme preconizadas pelo regulamento da ATRP.

A atribuição de prémios será conforme tabela abaixo

4.2.2 Prémios

Mini-Trilhos do Paleozóico 12km

Escalão Masculino/Feminino

Geral

Seniores

M40

M50

M60

Equipa

1º, 2º, 3º Troféu

Trilhos do Paleozóico 23km / Ultra-Trilhos do Paleozóico 48km

Escalão Masculino/Feminino

Geral

Sub 23

Seniores

M40

M50

M60

Equipa

1º, 2º, 3º Troféu

EQUIPA (considerando a soma da classificação geral dos 3 primeiros atletas de cada equipa)

Troféu para a equipa mais numerosa resultante da prova dos 12km, 23km e 48km

4.3 Prazos para reclamação de classificações

Prazo de 1 semana para apresentação de reclamações por email para info@associacaoradical.pt

5. Informações

5.1. Como chegar

GPS: 41.189456,-8.498954

5.2. Onde ficar

Existem várias soluções de alojamento, destacamos 2 soluções onde a organização tem acordo. No momento da reserva indicar prova Trilhos do Paleozóico para ter direito ao desconto www.hostel.barril.pt e www.parkhotel.pt

5.3. 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.

5.4. Protecção de Dados

Todos os dados recolhidos no processo de inscrição são mantidos e tratados de uma forma segura e destinam-se ao desenvolvimento natural do evento nomeadamente; validação do seguro nominal efetuado para todos os participantes no evento, lista de inscritos, elaboração de tabelas de resultados/classificações e mail list de promoção de evento futuro.

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