

## 1. Condições de participação

### 1.1. Idade participação das diferentes provas

Nos Trilhos dos Reis de 2020 serão enquadradas as seguintes provas com os respetivos escalões etários:

Sigla	Prova	Distância	Participação permitida a partir de*	Classificação Escalões	Classificação Geral
U.T.R.	UTRAL TRILHOS DOS REIS	45 Km	20 anos	SIM	SIM
T.R.	TRILHOS DOS REIS	25 Km	18 anos	SIM	SIM
M.T.R.	MINI TRILHOS DOS REIS	16 Km	16 anos	NÃO	SIM
Caminhada	CAMINHADA DOS REIS	12 Km	Sem restrições	N/A	N/A
KIDS	KIDS NIGHT RUN	-	5 aos 17 anos	SIM	NÃO

\* A idade a ter em conta será a que o participante terá em 30 de Outubro de 2020

### 1.2. Inscrição regularizada

O processo de inscrição será efetuado através da plataforma de inscrições do nosso parceiro PROZIS, sponsor oficial dos Campeonatos Nacionais de Trail Running. Na página oficial do evento [www.trilhosdosreis.pt](http://www.trilhosdosreis.pt) será disponibilizado link de acesso direto à inscrição.

Para todas as inscrições serão geradas referências automáticas de multibanco, não sendo necessário o envio do comprovativo de pagamento, tendo no entanto as mesmas um tempo limitado para pagamento, sob pena de serem inativadas.

A plataforma de inscrições para o U.T.R., T.R., M.T.R., Caminhada e Kids Night Run estará disponível a partir das 09 horas do dia 21 de Outubro, estando a mesma disponível até que seja atingido o limite máximo de inscrições permitidas pela organização.

Cada prova terá o seguinte limite de vagas disponíveis

Sigla	Distância	Prova	Vagas
U.T.R.	45km	UTRAL TRILHOS DOS REIS	500
T.R.	25 km	TRILHOS DOS REIS	500
M.T.R.	16 km	MINI TRILHOS DOS REIS	500
Caminhada	12 km	Caminha dos Reis	200
Kids	-	Kids Night Run	200

Caso os eventos não atinjam o limite de inscritos disponível, o processo de inscrições termina no dia 31 de Dezembro de 2019.

Todos os participantes que sejam menores (<18 anos) devem apresentar, no secretariado da prova, termo de responsabilidade que estará atempadamente disponível no nosso site.

A taxa de inscrição sofrerá alterações com o aproximar do evento.

### 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.
- ✓ Adquirir 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 ou até neve.
- ✓ 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.

### 1.4. Definição possibilidade ajuda externa

Os atletas poderão receber ajuda externa durante a prova desde que não cause interferência com outro atleta em prova e em zonas identificadas pela organização.

A ajuda externa entende-se por assistência ao mesmo, quer seja no fornecimento de alimentação, primeiros socorros ou similar e nunca poderá ser confundida com ajudar no transporte ou ação que ajude o participante a transpor o percurso com maior facilidade.

### 1.5. Colocação dorsal

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado á frente do atleta e de preferência a altura do peito, é proibido a sua colocação em mochilas. Não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação.

## 1.6. Regras 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.

Todos os participantes devem proteger o meio ambiente, deixando o meio envolvente tal como o encontraram, por isso sugerimos que não deixem lixo nos trilhos fora das zonas de assistência (PA's).

## 2. Prova

### 2.1. Apresentação da prova(s) / Organização

Os Trilhos dos Reis serão realizados nos dias 11 e 12 de Janeiro de 2020 e é um evento organizado pela DAP – Associação de Desporto e Aventura de Portalegre, com o apoio do Município de Portalegre, Turismo do Alentejo, E.R.T., Uniões de Freguesias de Sé e São Lourenço, Ribeira de Nisa, Carreiras, Reguengo e São Julião.

Do evento farão parte quatro provas diferentes:

- ✓ Ultra Trilhos dos Reis – 47 km
- ✓ Trilhos dos Reis – 27 km
- ✓ Mini Trilhos dos Reis – 16 km
- ✓ Caminhada – 12 km
- ✓ Corrida noturna dos Príncipes (Kids Nigth Run)

#### 2.1.1. Percursos:

Os diferentes percursos postos à disposição transitam maioritariamente em terrenos agrícolas e montanha, com diferentes tipos de piso e características. A organização privilegia o trilho desafiante e divertido, pelo que os mesmos serão constantes durante o evento.

No entanto na **Corrida noturna dos príncipes (Kids Night Run)** os participantes irão correr em circuito próprio no centro da cidade de Portalegre na noite de Sábado 11 de Janeiro.

Os percursos, bem como a realização das provas, poderão ser alterados se a segurança dos atletas o justificar.

## 2.2. Programa / Horário

### 2.2.1 Provas Trail Running e Caminhada

#### Sábado –11/01/2020

- 17:00 – Abertura de secretariado
- 23:00 – Encerramento do secretariado.

#### Domingo – 12/01/2020

- 07:00 – Abertura do secretariado
- 08:35 – Concentração dos Atletas Arenas dos Reis
- 08:45 – Briefing U.T.R. 45 km
- 09:00 – Partida U.T.R. 45 km
- 09:30 – Briefing T.R. 25 km
- 09:45 – Partida T.R. 25 km
- 10:00 – Briefing M.T.R. e Caminhada
- 10:15 – Início do M.T.R. 15km e Caminhada
- 11:15 – Previsão de chegada de primeiro atleta de M.T.R.
- 11:45 – Previsão de chegada de primeiro atleta de T.R.
- 12:40 – Previsão de chegada de primeiro atleta do U.T.R.
- 12:30 – Início de serviço de refeições - Almoço
- 14:00 – Cerimónia protocolar de entrega de prémios – M.T.R. e T.R.
- 15:00 – Cerimónia protocolar de entrega de prémios – U.T.R.
- 18:00 – Encerramento de provas

*Nota: Os horários apresentados são estimados pela organização face ao decorrer da prova podendo ser alterados durante o decorrer da mesma se assim se justificar.*

### 2.2.2 Corridas Noturna dos Príncipes (Kids Night Run)

#### Sábado - 11/01/2020

- 17:00 – Abertura de secretariado.
- 19:00 – Abertura de pista para reconhecimento
- 20:30 – Encerramento do secretariado.
- 20:45 – Briefing com os participantes
- 21:00 – Início de provas
- 21:45 – Entrega de Prémios, lembranças e lanche convívio final

### 2.2.3 Visita Guiada Turística – Atletas e Acompanhantes - Gratuito

#### Sábado –11/01/2020

- 14:30 – Concentração junto ao secretariado da prova.

Visita guiada com a duração de 1h30 min a 2 horas.

Possibilidade de haver transporte da organização caso o clima o exige.

### 2.2.4 Jornadas Desportivas Trail Running - Gratuito

#### Sábado –11/01/2020

- 17:00 – Local a confirmar, coincidente com o local de término de visita guiada turística.  
Jornadas constituídas por 4 oradores onde será efetuada também uma breve apresentação sobre a prova por parte da organização.

Possibilidade de haver transporte da organização caso o clima o exige.

### 2.2.5 Autocarro dos Reis – Acompanhantes de Atletas - Gratuito

#### Domingo –12/01/2020

- 09:00 – Concentração junto a Zona de Partida
- 12:30 – Regresso a zona de Partida  
Está prevista uma visita à Serra de São Mamede com paragem em 2 a 3 zonas espetáculo da prova.

### 2.3. Distância (categorização por distância) / altimetria (desníveis positivo e negativo acumulados) / categorização de dificuldade ATRP

Prova	Distância (km)	D + (m)	Desnível Acumulado (m)	Altitude Máxima (m)	Altitude Mínima (m)	Classificação ATRP
U.T.R.	47	2.300	4.600	975	428	Ultra Trail Grau 2
T.R.	27	1.100	2.200	850	428	Trail Longo Grau 2
M.T.R	16	500	1.000	650	428	Trail Curto Grau 2

## 2.4. Mapa / Perfil altimétrico / descrição percurso – aproximado

A informação do perfil altimétrico será disponibilizada em breve. Os percursos estão a ser aperfeiçoados pelo que será normal existirem pequenas alterações aos mesmos, informaremos todos os participantes das mesmas em tempo oportuno.

O percurso será fitado através de fitas de cor laranja com identificação da organização. Para além das fitas serão colocadas placas direcionais e informativas com indicação de zonas perigosas e de quilómetros percorridos ou a percorrer.

Haverão membros da organização nos locais mais críticos e passíveis de engano (separações de provas, passagens de estrada, etc). Todos os participantes devem acatar as indicações da organização sob pena de poderem vir a ser desclassificados.

## 2.5. Tempo limite

O tempo limite é de 08:30, ou seja, até às 17:30 horas de dia 12 de janeiro.

Barreira horária:

Sigla	Prova	5º P.A.
U.T.R.	UTRAL TRILHOS DOS REIS	16:30

Todos os atletas que chegarem ao último posto de abastecimento da prova, posto que antecede o último troço até a meta após as 16:30, não poderão continuar em prova, e serão encaminhados para a zona de chegada em transporte próprio da organização.

Apesar de os últimos atletas trazerem consigo o “Vassoura” da prova, a **organização a partir das 16:30 irá retirar todas as marcações deste último troço**, para que nem mesmo os atletas que queiram prosseguir no evento por sua conta o possam fazer, uma vez que está em causa a sua segurança e a da organização que pretende que tudo corra bem para quem nos visita.

Caso o atleta não acate as indicações da organização, a organização reserva-se ao direito de impedir o mesmo de participação em edições futuras.

## 2.6. Metodologia de controle de tempos

O Controlo de tempos e classificações serão assegurados pela empresa STOPANDGO, sendo as mesmas afixadas no local da prova e no site do evento, bem como na plataforma da PROZIS durante o evento em Live Timing e após o mesmo. O controlo será efetuado através de chip, existindo diversos pontos de controlo durante o percurso.

Qualquer reclamação às classificações deve ser efetuada por escrito até 60 minutos após o término do último atleta em prova, para que produza efeitos no dia da prova.

Outras reclamações ou atualizações de informação devem ser dirigidas à organização da prova através do email: [trilhosdosreis@gmail.com](mailto:trilhosdosreis@gmail.com) / [daportalegre@gmail.com](mailto:daportalegre@gmail.com)

## 2.7. Postos de controlo

Existirá um controlo “0” através de chip efetuado pela organização com a parceira da STOPANDGO.

Serão efetuados diversos controlos de passagem por parte da organização em locais que só serão do conhecimento dos atletas no decurso da prova.

Qualquer falha de passagem em controlo dará direito a desclassificação da prova. É imprescindível que o participante transporte o dorsal bem visível.

Caso ocorra a perda do dorsal durante a prova, deverá ser fornecido o número do dorsal pelo participante nos postos de controlo da organização, de modo a ficar registada a sua passagem.

## 2.8. Locais dos abastecimentos (PA)

Existirão 5 postos de abastecimento para o U.T.R

Existirão 2 postos de abastecimento para os T.R.

Existirão 1 postos de abastecimento para o M.T.R.

Os abastecimentos terão uma distância aproximada entre eles de 7 a 8 kms.

Informação acerca de distâncias de PA's e alimentação e hidratação fornecida pela organização será disponibilizada no site do evento em espaço próprio.

**A organização não fornecerá copos nas assistências**, pelo que os atletas devem transportar meios para que possam abastecer-se, como caneca, bidon, ou camelback.

## 2.9. Material aconselhável para U.T.R. 45km / T.R. 25km

- Manta Térmica
- Telemóvel – funcional
- Apito
- Reservatório para líquidos (capacidade 1L)
- Corta-Vento ou Impermeável

Caso o tempo esteja instável e em estado de alerta, poderá a organização sob aviso de todos os participantes, tornar o material aconselhável em obrigatório. Caso isso aconteça será comunicada até 48 horas antes do evento.

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

A prova irá decorrer em poucos troços de passagem com tráfego rodoviário no entanto será disputada em modo “open road”, ou seja, todos os atletas terão que ter algum cuidado ao passar nos troços rodoviários e respeitar as regras básicas do trânsito, mesmo assim a organização terá voluntários nesses pontos.

É importante ter em atenção outras pessoas / veículos que possam circular na montanha.

## 2.11. Penalizações / desclassificações

Poderão ser aplicadas as seguintes penalizações:

Incumprimento	Penalização
Não cumprir o percurso estipulado	2 horas
Ausência de passagem em um ou mais pontos de controlo	Desclassificação
Exceder o tempo limite nos pontos de controlo com barreira horária	Desclassificação
Desobedecer às medidas de segurança indicadas por elementos da organização ou colaboradores	Desclassificação
Conduta antidesportiva	Desclassificação
Participação com dorsal de outro atleta	Desclassificação

## 2.12 Responsabilidades perante o atleta/participante

A organização assume a disponibilização de todos os meios necessários para que o participante /atleta possa completar a sua prova desde que o mesmo respeite e aceite o presente regulamento.

Será disponibilizado local para **dormida em solo duro** bem como **banhos quentes a partir de dia 11 de Janeiro**, os participantes devem munir-se do necessário para a dormida confortável.

O local de secretariado estará à disposição dos participantes a partir das 17 horas de 11 de Janeiro.

O local de dormidas estará à disposição dos atletas a partir do dia 11 de Janeiro às 20:00.

## 2.13. Seguro desportivo

A organização contratualizará um seguro para o evento de responsabilidade civil e ainda um de acidentes pessoais para cada atleta.

Em breve disponibilizaremos as coberturas e apólice contratada, sendo que a mesma preverá no mínimo as coberturas exigidas por lei.



### 3. Inscrições

#### 3.1. Processo inscrição (local, página web)

As inscrições irão estar abertas a partir de 21 de Outubro de 2020 às 09 horas.

As inscrições serão efetuadas online através da plataforma de eventos do nosso parceiro PROZIS, existindo link direto de acesso à mesma, na página dos Trilhos dos Reis em [www.trilhosdosreis.pt](http://www.trilhosdosreis.pt)

#### 3.2. Valores e períodos de inscrição

Provas	Até 15 Dezembro	A partir de 15 de Dezembro
<b>U.T.R. (inclui almoço)</b>	<b>35 €</b>	<b>40 €</b>
<b>T.R. (inclui almoço)</b>	<b>27 €</b>	<b>30 €</b>
<b>M.T.R. (inclui almoço)</b>	<b>17 €</b>	<b>20 €</b>
<b>Caminhada (inclui almoço)</b>	<b>12 €</b>	<b>15 €</b>
<b>Kids Night Run</b>	<b>7 €</b>	<b>7 €</b>
<b>Acompanhante C/ almoço</b>	<b>7 €</b>	<b>7 €</b>

#### 3.3. Condições devolução do valor de inscrição

Período comunicação de ausência	% Valor reembolsável
Até 15 de Dezembro 2019	60 %
Até 31 de Dezembro 2019	30 %

### 3.4. O que inclui a tua inscrição:

INCLUIDO NA INSCRIÇÃO	U.T.R.	T.R.	M.T.R.	Kids	Caminhada	Acomp.
Participação na prova	X	X	X	X	X	
Seguro de acidentes pessoal	X	X	X	X	X	
Reforço sólido e líquido PA's	X	X	X	X	X	
Banhos de água quente no final da prova	X	X	X	X	X	
Camisola técnica alusiva ao evento	X	X	X	X	X	
Prémio Conclusão Evento (finisher)	X	X	X	X	X	
Prémios Classificação Geral	X	X	X			
Prémios Classificação Escalões	X	X		X		
Prémios Classificação Coletiva	X	X	X			
Almoço no final – Carne / Vegetariano	X	X	X	X	X	X
Serviço de massagens	X	X	X		X	
Dormida em solo duro	X	X	X	X	X	X
Participação nas Jornadas Trail Running	X	X	X	X	X	X
Participação na Visita Guiada Turística	X	X	X	X	X	X
Transporte autocarro Reis				X		X
Vale em compras valor inscrição-Prozis	X	X	X	X	X	X

### 3.5. Secretariado da prova/ horários e locais

O secretariado de prova funcionará no dia 11 e 12 de Janeiro conforme descrito no ponto 2.2.

O **levantamento do dorsal** deverá ser feito pelo próprio mediante **apresentação de documento identificativo**.

## 4. Categorias e Prémios

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

Os prémios de cada prova serão entregues nos horários estipulados no ponto 2.2.

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

Escalões Provas: Ultra Trilhos dos Reis (45 km) e Trilhos dos Reis (25 km)

Masculinos	Femininos
<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 2020.

- Exemplo: Um atleta que faz 40 anos entre 1 de Janeiro e 31 de Outubro será classificado no escalão M40 durante todo o Campeonato.
- Exemplo: Um atleta que faz 18 anos entre 1 de Janeiro e 31 de Outubro será classificado no escalão Júnior durante todo o Campeonato.

No que se refere aos M.T.R., prova de iniciação ao Trail Running, estão apenas previstos prémios para os três primeiros classificados da geral masculina e feminina.

**Corrida dos Príncipes (Kids Night Run):** Ainda a definir, será apresentada informação em breve em regulamento próprio.

Todos os atletas terão de participar obrigatoriamente na sua categoria.

## Classificação por equipas

A classificação coletiva determina-se em dois passos: primeiro, e com base na classificação geral absoluta (masculinos e femininos), somam-se os lugares dos 3 primeiros classificados de cada equipa. Em caso de empate declara-se vencedora a equipa que em primeiro lugar feche a classificação coletiva. Seguidamente ordenam-se as equipas por ordem crescente de pontos obtidos na operação anterior, após o que se aplica a tabela de pontuação acima descrita para as equipas.

Exemplo:

- Equipa A:  $5^{\circ} + 6^{\circ} + 7^{\circ} = 18 \Rightarrow 1^{\circ}$  lugar (15 pontos)
- Equipa B:  $3^{\circ} + 4^{\circ} + 12^{\circ} = 19 \Rightarrow 2^{\circ}$  lugar (13 pontos)
- Equipa C:  $1^{\circ} + 2^{\circ} + 17^{\circ} = 20 \Rightarrow 3^{\circ}$  lugar (11 pontos)

### 4.3. Prazos para reclamação de classificações

Os participantes podem apresentar reclamações perante as classificações apresentadas pela organização no prazo de uma semana após a sua afixação. Findo este prazo as mesmas assumem-se como definitivas.

## 5. Informações

### 5.1. Como chegar

Informação a fornecer no site oficial do TRILHOS DOS REIS.

### 5.2. Onde ficar

Informação a fornecer no site oficial do TRILHOS DOS REIS.

### 5.3. Locais a visitar

Informação a fornecer no site oficial do TRILHOS DOS REIS.

### Notas e alterações

Casos omissos ao presente regulamento, notas e alterações serão da responsabilidade da organização, sendo as mesmas devidamente comunicadas no nosso site oficial.