

REGULAMENTO GERAL DA PROVA

A ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA OMUNDODACORRIDA.COM, com o apoio da Câmara Municipal de Arganil vai realizar no próximo dia 10 de Abril de 2021 a IX edição da prova de Trail, denominada "Piódão Trail Running".

1 - Condições de participação

- O Piódão Trail Running é um evento de Trail Running, que decorre em freguesias dos Concelhos de Arganil, Oliveira do Hospital e Covilhã e que integra três provas: 53 km, 25 km, e 12 km a correr ou andar.

1.1 - Idade mínima de participação nas diferentes provas

- Para participar na prova de 53 km, os participantes deverão ter pelo menos 20 anos, na prova de Trail Longo de 25 km, podem participar atletas Juniores (18 e 19 anos), na prova Trail Curto de 12 km podem participar atletas Juvenis (16 e 17 anos).

1.2 - Inscrição regularizada

A inscrição no Piódão Trail Running implica compreender e aceitar sem reservas as regras e o regulamento da prova.

Nomeadamente, é necessário:

- Efectuar correctamente a inscrição, na plataforma de inscrições em:

<https://www.plataformaomdc.com>

- Os participantes devem proceder ao pagamento da respectiva taxa de inscrição, através da referência de Multibanco gerada automaticamente pela plataforma de inscrições.

1.3 - Ajuda externa / Assistência pessoal / Público

- Aos participantes na prova de 53 km é permitido receber assistência pessoal no exterior, junto aos postos de controlo/abastecimento previamente definidos pela organização.

- Todos os elementos da assistência externa têm de usar máscara. O atleta será penalizado em 60 segundos na sua classificação, caso os seus assistentes não cumpram as regras.

- **Os postos de controlo/abastecimento são áreas reservadas em exclusivo aos atletas.**

- **Devido à Pandemia Covid 19, a prova vai decorrer em regime de semi auto suficiência. Os atletas deverão ser portadores de líquidos e alimentos suficientes para o decorrer da prova.**

- É obrigatório uso de máscara a todos os indivíduos que estejam na zona de meta ou nos abastecimentos a assistir ou a dar assistência aos atletas.

Haverá abastecimentos nas seguintes zonas:

ULTRA TRAIL

14 km - Chã d'Égua [**LÍQUIDOS**]

25,5 km - Sobral de São Miguel [**LÍQUIDOS E SÓLIDOS**]

36 km - Capela (São Jorge da Beira) - [**LÍQUIDOS**]

44 km - Malhada Chã [**LÍQUIDOS E SÓLIDOS**]

53 km - Meta Piódão - **SERÁ ENTREGUE UM SACO COM ÁGUA, BEBIDA C/MAGNÉSIO, SANDES E UMA PEÇA DE FRUTA]**

TRAIL LONGO

7 km - Chã d'Égua [**LÍQUIDOS**]

18 km - Malhada Chã [**LÍQUIDOS E SÓLIDOS**]

25 km - Meta Piódão - **SERÁ ENTREGUE UM SACO COM ÁGUA, BEBIDA C/MAGNÉSIO, SANDES E UMA PEÇA DE FRUTA]**

TRAILCURTO

7 km - Chã d'Égua [**LÍQUIDOS**]

12 km - Meta Piódão - **SERÁ ENTREGUE UM SACO COM ÁGUA, BEBIDA C/MAGNÉSIO, SANDES E UMA PEÇA DE FRUTA]**

1.4 - Colocação do peitoral

- O peitoral deve estar permanentemente visível durante toda a prova, ou seja, deve ser posicionado sobre a roupa, na zona do peito ou do abdómen.
- Somente os participantes com peitoral visível terão acesso aos postos de controlo/abastecimento.
- Os atletas cujo peitoral, não seja detectado pelos tapetes electrónicos por responsabilidade do atleta, não poderão ser classificados.

- Casos em que o peitoral pode não ser detectado:

- Peitoral protegido com saco de plástico
- Peitoral tapado com roupa e não visível
- Peitoral dobrado
- Peitoral nas costas

2 - Prova

2.1 - Apresentação das provas / Organização

- A Associação Desportiva O Mundo da Corrida é a entidade organizadora da IX Edição do Piódão Trail Running, que decorrerá no dia 10 de Abril de 2021.

- A limitação de participantes nas várias provas é a seguinte:

- Trail Ultra 53 km [Trail Ultra Médio] - 200 Atletas



- Trail Longo 25 km [Trail Longo] - 150 Atletas



- Trail Curto 12 km [Trail Curto a correr ou andar] - 150 Atletas



- Os percursos do Piódão Trail Running atravessam zonas dos seguintes concelhos de: **Arganil, Oliveira do Hospital e Covilhã.**

- A partida da prova de 53 km será dada às 8 horas dia 10 de Abril de 2021 no largo da aldeia do Piódão.

· A partida da prova de 25 km será dada às 9 horas do dia 10 de Abril de 2021 no largo da aldeia do Piódão.

· A partida da prova de 12 km será dada às 10 horas do dia 10 de Abril de 2021 no largo da aldeia do Piódão.

- Por motivos de força maior, os percursos e horários podem ter de ser alterados..

2.2 - Programa / Horário

ATENÇÃO:

OS DORSAIS DOS ATLETAS RESIDENTES EM PORTUGAL SERÃO ENVIADOS POR CORREIO

APENAS SE ENTREGAM DORSAIS NA VÉSPERA E DIA DE PROVA A ATLETAS ESTRANGEIROS NÃO RESIDENTES EM PORTUGAL

-

Sábado, 2 de Janeiro de 2021

00:00 - Abertura de Inscrições [<https://www.plataformaomdc.com>]

Quarta Feira, 31 de Março de 2021

Data limite das inscrições [**ou quando esgotadas as vagas existentes**]

Sexta Feira, 09 de Abril de 2021

16:00 às 21:00 - SECRETARIADO APENAS PARA ATLETAS ESTRANGEIROS NÃO RESIDENTES EM PORTUGAL

Sábado, 10 de Abril de 2021

07:30 às 10:00 - SECRETARIADO APENAS PARA ATLETAS ESTRANGEIROS NÃO RESIDENTES EM PORTUGAL

7:45 – Controlo “0”

8:00 - Início da partida da prova de 53 km

9:00 - Início da partida da prova de 25 km

10:00 - Início da partida da prova de 12 km

15:00 - Entrega de Prémios [Ao ar livre na zona de meta]

Nota: Por razões de força maior, os horários e locais poderão sofrer alterações.

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

Provas	Distância	Desnível	Desnível	Tempo	Categorização	Grau de dificuldade
		positivo	negativo	máximo		
Ultra Trail	53 km	3259	3259	11 horas	TU – M Trail Ultra Médio	
Trail Longo	25 km	1244	1244	Sem limite	TL Trail Longo	
Trail Curto a Correr ou andar	12 km	435	435	Sem limite	TC Trail Curto	

2.4 - Tempo limite

- A prova de 53 km tem o limite horário de 11 horas
- **Sobral de São Miguel** será o único ponto com horário limite. **6 horas de prova**. Os atletas devem sair da zona de controlo até às 14:00 horas
- As barreiras horárias são calculadas para permitir aos participantes alcançar a linha de meta no tempo limite, contabilizando as possíveis paragens (descanso, abastecimentos, etc.).
- Para serem autorizados a continuar em prova, os participantes devem chegar e sair do posto de controlo antes do seu encerramento, caso contrário, serão impedidos de prosseguir e serão desclassificados.
- Qualquer participante excluído da prova e que deseje continuar, só pode fazê-lo entregando o chip que acompanha o peitoral, prosseguindo à sua própria responsabilidade e em completa autonomia.
- Por razões de força maior (meteorológicas e/ou de segurança), a organização reserva-se o direito de alterar as barreiras horárias.

2.5 - Metodologia do controlo de tempos

- Será utilizado um sistema electrónico de controlo de tempos [MyLaps]. Nos postos de controlo existirá tapetes de cronometragem que registam a passagem dos atletas.
- O peitoral dos participantes integra um chip, o qual, possibilita o registo da passagem do atleta.
- Além do controlo electrónico poderá haver em algumas zonas de controlo registo manual de passagem.

2.6 - Postos de controlo

- Os postos de controlo são zonas obrigatórias de passagem e estão localizadas em locais mencionados pela organização. Em cada um destes controlos estará um responsável da organização.
- Não passar nas zonas de controlo, leva à desclassificação do participante.
- Os abandonos devem ser feitos única e exclusivamente nos postos de controlo. Na eventualidade de um acidente ou lesão em que o participante esteja imobilizado e não consegue alcançar um posto de controlo, deve activar a operação de salvamento, entrando em contacto com a organização.
- O número de contacto da organização, para efeitos de emergência, estará impresso no peitoral do participante e deverá ser igualmente gravado antecipadamente no telemóvel do participante. Estes números serão dados aos atletas por mail.
- A organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo / abastecimento, sem aviso prévio. Em caso de condições climatéricas adversas a partida pode ser atrasada no máximo três horas, período após o qual, a prova é cancelada. Não haverá direito a reembolso.
- Durante a prova, em caso de mau tempo, e por razões de segurança, a organização reserva-se o direito de modificar as barreiras horárias e, ou, de suspender, reduzir, neutralizar ou parar a prova. Não haverá direito a reembolso.

2.7 - Locais e tipo de abastecimento

- A prova realiza-se em regime de semi auto suficiência, no entanto a organização disponibiliza a todos os atletas abastecimentos líquidos e sólidos de forma a satisfazer todas as necessidades consoante a distância que vai percorrer.

- Os atletas ao chegarem ao abastecimento têm de solicitar os produtos que querem consumir conforme lista que será distribuída.

- Qualquer tipo de assistência alimentar aos atletas, poderá ser dado no exterior, junto aos abastecimentos. A organização não se responsabiliza por produtos que sejam dados aos atletas por terceiros, e que possam causar danos.

2.8 - Material obrigatório/ Material recomendado

ATENÇÃO: O ATLETA DEVE TER A CONSCIÊNCIA DOS LÍQUIDOS E SÓLIDOS QUE NECESSITA PARA A SUA PROVA, MEDIANTE OS ABASTECIMENTOS QUE A ORGANIZAÇÃO DISPONIBILIZA.

O Controlo do material obrigatório será efectuado 15 minutos antes da partida de cada prova. Há material recomendado que pode passar a obrigatório, dependendo das condições atmosféricas no dia da prova e das recomendações da Protecção Civil e Forças de Segurança. Os atletas serão avisados com antecedência, e assim que a organização tenha acesso às condições no dia da prova.

53 km

1. Telemóvel carregado
2. Manta térmica
3. Copo ou similar (a organização não possui copos)
4. Apito
5. Máscara

25 km

1. Telemóvel carregado
2. Manta térmica
3. Copo ou similar (a organização não possui copos)
4. Apito
5. Máscara

12 km

1. Copo ou similar (a organização não possui copos)
2. Máscara

MATERIAL RECOMENDADO

Impermeável; calças térmicas ou similares; luvas; corta vento; gorro; bastões; comida; água;

- Por questões de segurança, poderá haver material recomendado, que pode passar a obrigatório.

2.9 - Penalizações

- Os responsáveis presentes nas zonas de controlo poderão a qualquer momento da prova aplicar as seguintes regras:

INFRAÇÃO	SANÇÃO A APLICAR
Não prestar assistência a um participante que esteja a necessitar de ajuda	Penalização de 1 hora
Abandonar a prova sem avisar a organização	Erradicação de futuras edições
Partilhar o peitoral com outra pessoa, durante parte ou na totalidade do percurso	Desclassificação
Utilizar caminhos que não os sinalizados para a prova, atalhando intencionalmente o percurso	Desclassificação
Utilizar transporte não autorizado (boleia)	Desclassificação
Retirar sinalização do percurso	Desclassificação
Desobedecer às medidas de segurança indicadas pela organização e entidades associadas	Penalização de 1 hora
Ausência do material obrigatório e/ou recusa da sua apresentação, se solicitado pela organização	Desclassificação
Exceder o tempo limite de controlo nos postos de controlo com barreira horária	Desclassificação
Falhar um ou mais postos de controlo	Desclassificação
Perda do Chip	Penalização em horas, desde a perda
Atirar lixo para o chão e/ou danificar o meio envolvente	Desclassificação e Erradicação de futuras edições
Receber ajuda externa fora das áreas definidas pela organização	Penalização de 1 hora
Fazer-se acompanhar por pessoas não acreditadas pela organização, exceto nas áreas definidas pela organização	Penalização de 1 hora
Chegada à meta sem máscara e ajuda externa de elementos inerentes ao atleta sem máscara	Penalização de 1 minuto

Não cumprimentos das regras Covid 19 conforme plano de contenção

Desclassificação e retirada da zona de prova (o atleta deve ter consigo a máscara)

2.10 - Seguro desportivo

A entidade seguradora é a VICTORIA SEGUROS.

Em caso de acidente, que resulte tratamento hospitalar, o sinistrado deverá pedir um relatório médico para apresentar à companhia seguradora. Os custos serão suportados pelo sinistrado e reembolsados posteriormente pela companhia de seguros. A organização declina qualquer tipo de pagamento.

O atleta sinistrado deverá no dia seguinte efectuar a participação à seguradora à qual deve juntar os documentos existentes no site da Victória Seguros.

[Clique Aqui](#)

Em todas as participações efectuadas à seguradora, os atletas sinistrados deverão apresentar o nome da entidade organizadora do evento, o número da apólice, data e hora da ocorrência.

O sinistrado deve de imediato dar conhecimento à entidade organizadora através do mail:

associacao.omundodacorrída@gmail.com

IMPORTANTE

- Os sinistrados devem entregar à seguradora toda a documentação do sinistro no prazo estabelecido, que são 48 horas após o evento.
- A organização (seguradora), não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

Coberturas e Franquia do Seguro de Acidente Pessoais:

Morte € 28.530,00

Invalidez Permanente € 28.530,00

Despesas de Funeral € 2.290,00

Despesas de Tratamento e Repatriamento € 4.590,00

Franquia relativa aplicável na cobertura de invalidez é de 10%

Franquia por pessoa/sinistro de 90,00 euros na cobertura DTR

3 - Inscrições

3.1 - Processo inscrição

- Somente as inscrições feitas na plataforma de inscrições serão aceites.

<https://www.plataformaomdc.com>

- Cada participante deve preencher o formulário de inscrição e pagar o valor da mesma no prazo estipulado.
- O participante após a inscrição, recebe por mail, uma referência Multibanco para proceder ao pagamento no prazo de 72 horas.
- Não é necessário o envio do comprovativo de pagamento.
- Após confirmação do pagamento, o nome do atleta vigorará na lista de inscritos.
- Qualquer esclarecimento adicional deverá ser solicitado por e-mail para: associacao.omundodacorrída@gmail.com

3.2 - Valores e períodos de inscrição

- O período de inscrições decorrerá entre 2 de Janeiro de 2021 e 31 de Março de 2021 [ou assim que as inscrições esgotarem]

- **As taxas de inscrição são as seguintes:**

Distâncias	2/01/2021 a 31/01/2021
53 km	36,00 €
25 km	26,00 €
12 km (a correr ou andar)	13,00 €

Distâncias	1/02/2021 a 31/03/2021
53 km	40,00 €
25 km	30,00 €
12 km (a correr ou andar)	14,00 €

3.3 - Descontos

3.3.1 - Desconto para equipas

- Equipa que inscreva 6 atletas na prova de 53 km tem a **sexta inscrição grátis [paga cinco]**
- Equipa que inscrever 10 atletas no conjunto de Provas de 25 e 12 km a correr ou andar tem **a 10ª inscrição grátis [paga 9]**

3.4 - Condições de alteração de prova, cedência de inscrição e devolução do valor de inscrição

- Após o dia 15 de Março de 2021, apenas é permitido mudança de titular de dorsal, mediante o pagamento de uma taxa de 5 €.

- Podem ser feitas alterações do próprio atleta de uma prova para outra. Esta alteração só poderá ser feita até ao dia 15 de Março de 2021.

- Caso a alteração seja para uma prova com valor de taxa de inscrição superior, haverá lugar ao pagamento do diferencial, nos valores em vigor à data da alteração. Se for para uma prova com valor de taxa de inscrição inferior, não haverá lugar à devolução do diferencial.

- O reembolso do valor da inscrição só é permitido na prova de 53 km e pode ser solicitado quando um participante tiver comprovadamente um impedimento para fazer a prova, **desde que o mesmo esteja associado a um acidente ou a uma doença diagnosticada após o registo na prova.**

- O cancelamento ou a cedência de inscrição deve ser solicitado por e-mail, utilizando para o efeito o mesmo endereço utilizado na inscrição do participante, para: associacao.omundodacorrida@gmail.com.

Nesta última situação, o atleta deverá enviar para a organização um atestado médico, que comprove o impedimento por doença.

- Não serão aceites cancelamentos por telefone.

- Os montantes reembolsados aos participantes que reúnam as condições acima mencionadas, irão variar de acordo com a data em que seja solicitado o reembolso.

- O reembolso das taxas pagas na prova de 53 km, será feito em caso de lesão comprovada nas seguintes condições:

Até 31 de Janeiro de 2021	75% da taxa será devolvida
De 1 a 28 de Fevereiro 2021	50% da taxa será devolvida
De 1 a 31 de Março de 2021	25% da taxa será devolvida
A partir de 1 de Abril de 2021	não haverá direito a reembolso

3.5 - Material incluído com a inscrição

- Peitoral personalizado c/ chip integrado.

- Tshirt oficial da prova

- Lembranças oficiais do evento

- Prémio de finalista

- Foto Diploma (digital, a ser descarregado posteriormente no site: <http://www.espiralphoto.com>)

- Abastecimentos

3.6 - Secretariado

3.6.1 – O Secretariado da prova funcionará **APENAS PARA ATLETAS ESTRANGEIROS NÃO RESIDENTES EM PORTUGAL**

DIA	HORA
Sexta Feira, 9 de Abril de 2021	16:00h às 21h
Sábado, 10 de Abril de 2021	7:30h às 10:00h

- Para o levantamento do peitoral os participantes estrangeiros devem apresentar os seguintes documentos:

- Cartão de identificação

- Os atletas menores deverão apresentar um termo de responsabilidade assinado pelo encarregado de educação.

Nota importante: **APENAS SE ENTREGA O DORSAL AO PRÓPRIO ATLETA.**

4 - Prémios

4.1 - Descrição dos Prémios

- O apuramento da classificação por equipas será efectuado com base nas três melhores classificações dos respectivos atletas, independentemente do género.

- Em caso de igualdade pontual, ganha a equipa que fechar primeiro.

- É obrigatória a presença dos premiados na cerimónia de entrega de prémios.

53 km	Masculinos	Femininos
Geral	Troféus aos 5 primeiros	Troféus às 5 primeiras
Equipas	Troféus às 3 primeiras equipas (independentemente do género)	

25 km	Masculinos	Femininos
Geral	Troféus aos 5 primeiros	Troféus às 5 primeiras
Equipas	Troféus às 3 primeiras equipas (independentemente do género)	

12 km
Geral

Masculinos
Troféus aos 3 primeiros

Femininos
Troféus às 3 primeiras

4.2 - Categorias

- 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 31 de Outubro de 2021.

- Juvenil M/F – entre 16 e 17 anos [Prova de 12 km]
- Júnior M/F – entre 18 e 19 anos [Prova de 25 km]
- Sub-23 M/F – entre 20 e 22 anos
- Seniores M/F – entre 23 e 39 anos
- Veteranos M40/F40 – entre 40 e 44 anos
- Veteranos. M45/F45 – entre 45 e 49 anos
- Veteranos. M50/F50 – entre 50 e 54 anos
- Veteranos. M55/F55 – entre 55 e 59 anos
- Veteranos. M60/F60 – a partir dos 60 anos

5 - Pontuação ITRA

53 km - 3 Pontos ITRA

NOTA:

A pontuação ITRA, conta para as seguintes provas:

Mont Blanc

Lavaredo

X-Alpine

6 - Piso Duro e Banhos

- POR RAZÕES DE SEGURANÇA NÃO EXISTE PISO DURO E BANHOS

7 - Diretor de Prova

- A direção da prova é entregue a um elemento certificado pela FPA, Eduardo Ferreira da Silva Santos

8- Segurança da Prova

- A segurança da prova está a cargo da organização e da GNR de Arganil, e de unidades de bombeiros localizadas em vários locais da prova.

9 - Aceitação do Regulamento

- A organização tem legitimidade para, por razões de segurança dos atletas, adiar ou cancelar a prova e modificar o presente regulamento.

- **Os atletas para levantamento do seu dorsal devem assinar um TERMO DE RESPONSABILIDADE com os seguintes termos:** *[Este termo será disponibilizado para download no site]*

- Aceitar o presente regulamento
- Que possui capacidade física para participar em provas de trail running
- Que não apresenta sintomatologia suspeita de infeção Covid 19
- Que não teve contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS - COV - 2 ou Covid 19 nos últimos 14 dias.

- Todos os participantes, pelo facto de efetuarem a sua inscrição na sétima edição do Piódão Trail Running, aceitam o presente Regulamento.

10 - É anexado ao presente Regulamento Geral o documento "**Medidas de Contenção**", este documento deve ser de leitura obrigatória.