

1. INTRODUÇÃO

O G.C.D.R.Bairrense, juntamente com a A.C.R.Outeiro das Matas e a equipa Serra D'Aire Trail Team, em parceria com o Município de Ourém e a Junta de Freguesia Nossa Senhora das Misericórdias, organiza a 23 de Janeiro de 2022 a VI Edição do “Trail Serra D'Aire, Bairro, Ourém”. O Trail Serra D'Aire, Bairro, Ourém (TSA) é uma prova de corrida de montanha, constituída por uma caminhada (sem regulamento específico); um **Trail Curto**, e um **Trail Longo**, que percorrerão os melhores trilhos e caminhos da orla e coração da Serra de Aire. A organização da prova espera que o evento seja do agrado de todos os atletas e que estes contribuam para que a mesma se assuma como uma festa do desporto convívio.

2. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

2.1. Idade de participação nas diferentes provas

No TSA estão enquadradas as seguintes provas com os respetivos escalões etários:

Trail Longo – atletas com idade superior a 18 anos, no dia do evento;

Trail Curto – poderão participar todos os atletas cuja condição física assim o permita.

2.2 Condições físicas

É da responsabilidade de cada atleta a escolha da prova a realizar, bem como a consciência da sua capacidade física em relação às características das provas, condições climatéricas, entre outros.

Cada atleta deverá garantir uma capacidade de auto-suficiência durante o trajeto, que lhe permita a gestão de todo o tipo de problemas naturais deste tipo de provas.

2.3 Regras de conduta desportiva

Todos os participantes devem ter consciência social e ecológica, respeitar e proteger o meio ambiente, deixando-o tal como o encontraram, designadamente observando os seguintes deveres e regras de conduta:

- Auxiliar qualquer praticante em caso de acidente, desde que as circunstâncias o exijam;
- Respeitar as áreas marcadas do percurso e as instruções dadas pela Organização;
- Não danificar o meio ambiente. Não provocar danos em áreas privadas ou cultivadas;
- *Não abandonar embalagens vazias ao longo do percurso, mas apenas nos locais apropriados

O comportamento inadequado, agressivo ou o recurso de linguagem ofensiva será punido com desqualificação.

3. PROVA

3.1 Apresentação da prova, Organização

O TSA será realizado no dia 23 de Janeiro de 2022, na localidade do **Bairro, Ourém** e será constituído por duas provas e caminhada:

- **Trail Longo (TL) – 30Km;**
- **Trail Curto (TC) – 15Km;**
- **Caminhada (C) – 12Km.**

*A organização reserva o direito de alterar as distâncias, o percurso bem como a **não realização das provas** se assim se justificar.*

3.2 Programa/Horário

Dia 22 de Janeiro (Sábado):

17h00 – Abertura do secretariado, entrega de dorsais e kits de participante.

21h00 – Fecho Secretariado

Dia 23 de Janeiro (Domingo):

07h00 – Abertura do secretariado, entrega dos dorsais e kits de participante;

08h45 – “Controlo 0” – Trail Longo

09h00 – **Partida do Evento - Trail Longo**

09h45 – “Controlo 0” – Trail Curto

10h00 – **Partida do Evento – Trail Curto**

10h15 - **Partida do Evento – Caminhada**

16h00 – Encerramento do TSA.

Horários sujeitos a alterações

Organização da partida: As partidas serão separadas por distâncias, com a organização dos atletas de acordo com as recomendações da DGS em vigor à data do evento.

3.3 Distância/Altimetria

Prova	Distância (Km)	D+ (metros)
Trail Longo	30+	+/- 1400m
Trail Curto	15+	+/- 650m

3.4 Mapa/Perfil altimétrico

Trail Curto:



Trail Longo:



O percurso será marcado com placas direcionais e informativas (zonas perigosas, separação de percursos e pontos de abastecimento) e fitado com fitas de cor. Todos os participantes devem acatar as indicações da organização sob pena de desqualificação.

3.5 Colocação dorsal

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado à frente do atleta de modo a estar visível aquando dos pontos de controlo. Os concorrentes serão obrigados a mostrar o dorsal de identificação a todos os controladores e à Organização do evento quando exigido, sob pena de desclassificação ou exclusão da prova.

A organização não disponibilizará alfinetes, pelo que o atleta deve trazer alfinetes ou porta-dorsal.

Não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação.

3.6 Tempo Limite

O tempo limite para completar as provas será de 7 horas. Existirão membros da organização a fechar o circuito e serão indicados horários de passagem em cada PA. **Caso os atletas venham a exercer os mesmos**, ultrapassando assim o tempo de passagem limite, os mesmos **serão encaminhados para a zona de chegada por transporte da organização**. Caso o atleta opte por não seguir as indicações da organização, poderá ser-lhe retirado o dorsal, ficando a partir desse momento à sua inteira responsabilidade, não sendo garantida pela organização os serviços de assistência, segurança bem como a marcação dos trilhos. A organização reserva-se ao direito de afastar um atleta devido ao seu estado de saúde, sempre e quando o mesmo vise a garantia do seu bem-estar.

3.7 Metodologia de controlo de tempos

Será assegurado pela organização o controlo eletrónico dos tempos nas duas provas de Trail através de Chips descartáveis colocados no dorsal. Os tempos e classificações provisórias serão afixadas no local de meta ou para consulta em recordpessoal.pt, sendo posteriormente colocadas no site do evento (versão final oficial). Eventuais protestos relativos à classificação provisória deverão ser apresentados à organização até uma hora após a sua publicação por escrito e com a devida assinatura do próprio. Da deliberação tomada pela organização da prova sobre o protesto, não haverá direito a recurso.

3.8 Postos de controlo

Haverá um Posto de Controlo Zero – Controlo Horário de Partida (CHC), efetuado pela organização antes da partida nas provas de Trail para controlo dos atletas que alinham na mesma.

Ao longo do percurso, cada atleta irá encontrar CPs Intermédios (Controlo de Passagem) em lugares não revelados. Ao passar no mesmo, o atleta deverá facilitar o acesso ao dorsal, sob pena de desclassificação.

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

3.9 Locais dos abastecimentos

A entrada nos locais de abastecimento pelos atletas/caminheiros, deverá ser feita com máscara e deverão desinfetar as mãos.

Todos os participantes são aconselhados a manter o distanciamento social de 2 metros sempre que possível. A Organização encarrega-se de fornecer os líquidos nos locais de abastecimento, não fornecendo recipientes para a ingestão dos mesmos.

Os atletas deverão transportar consigo um copo ou recipiente similar para que possam abastecer nos locais proporcionados pela Organização.

- **Abastecimentos líquidos** - *local a definir*
- **Abastecimentos sólidos e líquidos** - *local a definir*

Nos PA (Pontos de Abastecimento) será disponibilizado apoio líquido e sólido para hidratação / alimentação do atleta, existindo o mesmo após corte da meta.

Por motivos ambientais a prova decorrerá em Semi – auto-suficiência com enchimento de recipientes. Os atletas deverão nas zonas de abastecimento encher o seu próprio reservatório, para tal deverá ser portador de recipiente próprio para se abastecer (ex: copo)

3.10 Definição de possibilidade de ajuda externa

A organização define como ajuda externa a assistência ao atleta quer seja no fornecimento de alimentação (pontos de abastecimento), primeiros-socorros ou similar, sendo efetuada de igual maneira para todos os participantes. Os atletas poderão receber ajuda externa durante a prova

desde que a mesma não cause interferência com outros atletas em prova, sendo para o efeito disponibilizadas áreas para apoio preferencial. Para qualquer eventualidade, deverá contatar a organização ligando para o número de emergência, que estará impresso no dorsal ou através de qualquer elemento da organização, preferencialmente nos pontos de abastecimento ou Controlos de Passagem.

3.11 Material obrigatório/ verificação de material

A organização aconselha os participantes para sua segurança, a transportarem consigo o seguinte material com possibilidade de verificação dos mesmos durante a prova:

Material Obrigatório ou Recomendado	Trail Longo	Trail Curto	Caminhada
Telemóvel operacional, com bateria e saldo suficientes	X	X	X
Peitoral (número de participante) fornecido pela organização	X	X	
Alfinetes para fixação de peitorais ou porta dorsal	X	X	
Recipiente para enchimento de líquidos nos locais de abastecimento (copo ou recipiente similar)	X	X	X
Manta de sobrevivência	X	X	
Reservatório de água com capacidade mínima de 1 Litro (provas de 30Km) e 0,5L (prova de 15Kms)	X	X	
Reserva de alimentos	R	R	
1 Apito	X	X	

Legenda:

X – Obrigatório

R - Recomendado

Mediante a indicações da DGS será obrigatório o uso de máscara de proteção individual na partida e na chegada sempre que não seja possível manter a distância de segurança:

- No local do levantamento dos Kits (Sede do GCDR BAIRRENSE)
- No local das Partidas e até 200 metros após a mesma;
- No local da Chegada (Sede do GCDR BAIRRENSE)
- Nos locais de abastecimentos

3.12 Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviários ou ferroviário

Os atletas devem **cumprir com as regras de trânsito em toda extensão das provas**, bem como **respeitar as áreas agrícolas e propriedade privadas**, sob pena de serem responsabilizados por eventuais danos resultantes do seu incumprimento, e respetiva desqualificação da prova.

A organização disponibilizará diversos membros da organização e de segurança ao longo do percurso, garantindo segurança em todos os sectores mais técnicos e cruzamentos, entre outros.

Em caso de emergência os participantes poderão ligar para os números de emergência, que estarão impressos no dorsal, ou entrar em contacto com algum elemento da organização.

Em caso de abandono o atleta deverá optar por fazê-lo preferencialmente num dos PA ou nos CP, comunicando obrigatoriamente o abandono aos elementos da organização, a fim de ser transportado para a zona de chegada.

3.13 Penalizações/desclassificações

Será punido com penalização (30min a 7horas) / desqualificação sempre quando o atleta:

- Partilhar o dorsal com outra pessoa, durante ou na totalidade da prova;
- Falhar o CHP ou qualquer PC;
- Atalhar intencionalmente o percurso;
- Não cumpra o presente regulamento;
- Perda propositada do dorsal.

3.14 Responsabilidades perante o atleta/participante

A organização responsabiliza-se perante o atleta pelo cumprimento do presente regulamento.

3.15 Seguro desportivo

Todos os atletas inscritos estão abrangidos por um seguro de acidentes pessoais para casos de acidente (despesas de tratamento), morte ou invalidez permanente.

4. INSCRIÇÃO

4.1 Inscrição regularizada

As inscrições estão disponíveis online em **recordpessoal.pt** até à data de 19 de Janeiro de 2022.

As inscrições serão apenas consideradas como regularizadas após respectivo pagamento das mesmas.

4.2 Valores e período de inscrição

O Período das inscrições tem início a 01 de Dezembro de 2021 e estende-se até as 00h00 do dia 19 de janeiro 2022 podendo encerrar antes dessa data por atingir o limite de participantes.

- Trail Longo – 18€ (**350 Vagas**)

- Trail Curto – 15€ (**350 Vagas**)
- Caminhada – 10€ (**100 Vagas**)

Não haverá lugar a inscrições no dia do evento.

4.3 Condições devolução do valor de inscrição

Não haverá lugar ao reembolso do valor da inscrição em caso de desistência. Em caso de cancelamento da prova, a inscrição transita automaticamente para a próxima edição, no entanto caso o atleta pretenda cancelar a sua inscrição será reembolsado em 75% do valor da mesma.

4.4 Material incluído com a inscrição

A inscrição no evento inclui:

- Participação na prova escolhida;
- Seguro de acidentes pessoais;
- Dorsal;
- T-Shirt técnica promocional;
- Medalha Finisher (exceto caminhada);
- Abastecimentos líquidos e sólidos;
- Reforço de meta, bifana e caldo verde;
- Assistência médica durante o evento;
- Cronometragem (exceto caminhada).

4.5 Secretariado da prova/horários e local

O secretariado do evento estará localizado no **Grupo Desportivo e Cultural do Bairro** e funcionará no dia de sábado 22 de janeiro das 17h às 21h e no domingo dia 23 janeiro das 7 horas às 10h00.

4.6 Serviços disponibilizados

A organização disponibiliza a todos os participantes:

- Estacionamento;
- Serviço de Bar (GCDR Bairrense);
- Banhos (**Caso a situação epidemiológica à data do evento o permita**)- Sede do GCDR Bairrense, Pavilhão Municipal do Caneiro (**Possibilidade de Transfer de 10 em 10 Minutos**)

5. Categorias e Prémios

5.1 Definição data, local e hora entrega prémios

Haverá a entrega de prémio:

- 3 Primeiros classificados da geral de cada uma das 2 distâncias;
- 3 Primeiros classificados de cada categoria (ver ponto 5.2) de cada uma das 2 distâncias;

- 3 Melhores Equipas M e F (Trail Curto e Longo) - definida pelo somatório dos 3 melhores atletas.

5.2 Definição das categorias etárias/sexo/individuais e equipas

Trail Longo (30):

Masculino	Idade
M Sub-23	F Sub-23
M-Seniores	F-Seniores
Veteranos M40	Veteranas F40
Veteranos M45	Veteranas F45
Veteranos M50	Veteranas F50
Veteranos M55	Veteranas F55
Veteranos M60	Veteranas F60

Trail Curto (15):

Masculino	Idade
M Sub-23	F Sub-23
M-Seniores	F-Seniores
Veteranos M40	Veteranas F40
Veteranos M45	Veteranas F45
Veteranos M50	Veteranas F50
Veteranos M55	Veteranas F55

Veteranos M60	Veteranas F60
---------------	---------------

*** Aos escalões acresce Troféu para as melhores equipas M e F**

6. Direitos de imagem e publicidade

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza utilizar a sua imagem para a difusão da prova em todas as suas formas de comunicação (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, cartazes, meios de comunicação social, etc.) e que estas possam ser utilizadas com a finalidade de promoção e divulgação do evento. Cede também todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do participante, a receber qualquer compensação económica.

7. Medidas excepcionais – Covid 19

Face à incerteza relativamente à evolução da covid 19, pode este regulamento ser alterado nos pontos relativos a:

- Horários e forma de partida;
- Acesso aos postos de abastecimento;
- Acesso a balneários e banhos;
- Abastecimento final;
- Entrega de prémios.

Cada atleta deve usar máscara facial nas zonas de partida/ chegada, abastecimentos e outros pontos onde não seja possível manter o distanciamento social necessário.

Cada atleta compromete-se a:

- Adotar um comportamento socialmente responsável, cumprindo de forma exemplar as medidas gerais recomendadas pela Direção-Geral da Saúde, na vida em sociedade e durante a prática desportiva, designadamente, a etiqueta respiratória, a higienização frequente das mãos, e, sempre que aplicável, o distanciamento físico e a utilização de máscara;
- Utilizar máscara em todas as situações previstas e recomendadas pelas autoridades de saúde;
- Monitorizar os meus sinais e sintomas, nomeadamente febre, tosse e dificuldade respiratória, durante a prática desportiva, quer em contexto de treino quer em competição, em particular, nas vésperas e no dia do treino e competição;
- Informar o meu clube ou federação, de imediato, relativamente a eventuais contactos com
- Indivíduos suspeitos de COVID-19 ou com casos confirmados de infecção por SARS-CoV-2, bem como da manifestação de sinais e sintomas de COVID-19, nomeadamente febre, tosse, ou dificuldade respiratória. Aplicar esta mesma regra a todos os elementos do seu agregado familiar;
- Submeter-se a todos os testes e exames laboratoriais determinados pela equipa médica do seu clube, federação ou pelas Autoridades de Saúde;
- De modo a fazer cumprir as medidas em vigor à data do evento impostas pela DGS, poderá ser necessária a apresentação de certificado de vacinação e ou teste à covid-19 negativo.

8. Informações

8.1 Como chegar

Sede do GCDR Bairrense:

<https://goo.gl/maps/oYAzKuFmU3ZW4D557>

8.2 Aceitação do regulamento

Todos os participantes, pelo fato de efetuarem a sua inscrição no TSA, aceitam o presente regulamento.

Site Oficial do Evento:

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

Facebook Oficial:

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

Cartaz Edição 2020:



Organização:



Com o apoio institucional:



E o apoio:

Parceiro Fotográfico: