

REGULAMENTO

Oitava Edição do Trail Glória do Ribatejo – Desafia o Trilho

06 de novembro de 2022

1. Apresentação

A realização deste evento tem como principais objetivos a divulgação e promoção do Trail na União de Freguesias de Glória do Ribatejo e do Granho e no Concelho de Salvaterra de Magos e a fomentação de hábitos saudáveis junto das populações.

Pretendemos dar a conhecer a todos os participantes a nossa charneca ribatejana, os nossos trilhos, sem nunca esquecer as nossas peculiares tradições, costumes e a gastronomia, as quais tanto nos orgulhamos em partilhar.

Queremos dar a conhecer o que de melhor a nossa terra tem, para que os participantes possam disfrutar em pleno de tudo o que preparamos. A satisfação de todos é a nossa prioridade.

Este evento é organizado pela Secção de Trail do SCD Glória do Ribatejo e conta com a parceria da Câmara Municipal de Salvaterra de Magos e da União de Freguesias de Glória de Ribatejo e Granho.

2. O Evento

A oitava edição do Trail Glória do Ribatejo – Desafia o trilho irá realizar-se no dia 6 de novembro de 2022.

À semelhança da edição anterior, a prova continuará a integrar e a ser uma das provas pontuáveis para o “**Circuito de Trail do Ribatejo – CTR**”.

3. Programa

As provas têm como ponto de partida e de chegada o Pavilhão Municipal, (junto ao Campo de Futebol), em Glória do Ribatejo.

O evento inclui duas provas de carácter competitivo (trail longo e trail curto) e uma caminhada num ambiente natural e rural pela vila de Glória do Ribatejo.

A prova de trail longo terá início às **09H00**, a prova de trail curto terá início às **09H15** e a caminhada às **09H30**. Os percursos as provas de trail são comuns numa determinada distância, até que haja uma separação, devidamente sinalizada.

Evento	Local	Hora de Início	Limite de Inscrições
Trail Longo +/-30Km	Pavilhão Municipal	09:00H	250 Inscritos
Trail Curto +/- 18Km	Pavilhão Municipal	09:15H	250 Inscritos
Caminhada +/- 9Km	Pavilhão Municipal	09:30H	200 Inscritos
Entrega de Prémios	Pavilhão Municipal	13:00H	-
Almoço	Pavilhão Municipal	12:00H	-

- As provas irão decorrer num circuito plenamente natural, composto maioritariamente por trilhos e com passagem por alguns locais de interesse da Vila de Glória do Ribatejo.
- Todas as provas – Trail e Caminhada – são circulares (partida e chegada junto ao Pavilhão Municipal).
- Serão percursos com grau de dificuldade baixa para a caminhada e média (com passagens mais técnicas em alguns pontos) para as duas distâncias do Trail.
- Todas as provas terão limite horário máximo de 5h. Ultrapassado esse horário, todos os atletas que se encontrem em prova serão desclassificados.
- **Nota:** O número limite de participantes em cada uma das provas pode ser alterado, caso a organização entenda que estejam reunidas as condições para receber mais atletas, sem prejuízo da qualidade da organização/prova.

4. Inscrições – Prazos, Taxas, Inclusões

As inscrições para todas as provas deste evento devem ser feitas entre **16**

de Agosto de 2022 e 31 de Outubro de 2022 (às 23h59), através dos seguintes meios:

- Site do Trilho Perdido: <http://www.trilhoperdido.com/> - **para as provas de trail e para a caminhada**
- Edifício da UF de Glória do Ribatejo e Granho - **apenas para a caminhada.**

As inscrições online só serão consideradas válidas após ser efetuado o pagamento.

A confirmação da inscrição constará na listagem no site da prova e será introduzida por ordem de entrada.

Não haverá lugar a reembolso em caso de desistência.

O valor das inscrições estará dependente da data de inscrição, nos termos do quadro infra:

16 agosto 2022 a 31 agosto 2022			
Inscrições	Trail Longo – 30 Km	Trail Curto – 18 Km	Caminhada
Sem Almoço	12€	10€	7,50€
Com Almoço	13€	11€	8,50€
T-Shirt	Acresce 3,50€ ao valor da inscrição		Inclui T-Shirt

1 setembro 2022 a 15 de outubro 2022			
Inscrições	Trail Longo – 30 Km	Trail Curto – 18 Km	Caminhada
Sem Almoço	14€	12€	7,50€
Com Almoço	15€	13€	8,50€
T-Shirt	Acresce 3,50€ ao valor da inscrição		Inclui T-Shirt

16 outubro 2022 a 31 outubro 2022			
Inscrições	Trail Longo – 30 Km	Trail Curto – 18 Km	Caminhada
Sem Almoço	15€	13€	7,50€
Com Almoço	16€	14€	8,50€

T-Shirt	Acresce 3,50€ ao valor da inscrição	Inclui T-Shirt
---------	-------------------------------------	----------------

Observações:

- **Almoço inclui:** Sopa, Bifana, sobremesa e bebida.
- **Acompanhantes:** podem adquirir senha para almoço pelo valor de 5€.
- A organização terá um **T-Shirt técnica** alusiva ao evento, divulgada oportunamente, a qual poderá ser adquirida pelo valor de **€ 3,50** (três euros e meio), acrescido ao valor da inscrição.

A taxa de inscrição das provas de Trail inclui:

- Seguro desportivo obrigatório para todos os participantes;
- Dorsal personalizado;
- **Meias técnicas (marca Socksby)** alusivas ao evento;
- Banhos quentes - no final da prova todos os atletas terão direito a banho quente nos balneários do Pavilhão Municipal (onde decorre todo o evento);
- Abastecimentos sólidos e líquidos.
 - Trail 30K** – 3 abastecimentos intermédios e 1 abastecimento final;
 - Trail 18K** – 2 abastecimento intermédio e 1 abastecimento final;
 - Nota:** O número de abastecimentos poderá ser alterado conforme as condições climatéricas.
 - Na meta haverá o abastecimento final e o abastecimento zero.
- Cronometragem eletrónica com colocação de tempos online logo que o evento finalize.
- É obrigatório o uso do dorsal na frente da camisola (assim evitam-se erros de leitura dos chips).
- Prémio *finisher*.

A taxa de inscrição da caminhada inclui:

- Seguro desportivo obrigatório para todos os participantes;
- T-Shirt de algodão alusiva ao evento, que será divulgada oportunamente;
- Banhos quentes - no final da prova todos os atletas terão direito a banho quente nos balneários do Pavilhão Municipal (onde decorre todo o evento);
- Abastecimentos sólidos e líquidos.
 - Caminhada** – 1 abastecimento intermédio e 1 abastecimento final.

Nota: O número de abastecimentos poderá ser alterado conforme as condições climatéricas.

Na meta haverá o abastecimento final e o abastecimento zero.

4.1 Alterações nas Inscrições

Será possível alterar dados das inscrições até ao dia 31 de Outubro de 2022.

5. Requisitos e Obrigações dos Participantes

Podem participar neste evento todos os atletas desde que reúnem os seguintes requisitos:

- Apresente o documento de identificação para levantamento dos dorsais.
- Tenham no mínimo 18 anos ou quando menores de 18 anos, apenas com autorização parental, a qual terá que ser enviada à organização.
- A inscrição no evento pressupõe que formalizem a inscrição nos prazos definidos no presente regulamento, que se enquadrem e aceitem as condições e regras aqui apresentadas.
- Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais ou de saúde a si mesmo ou a terceiros, incluindo o seu próprio falecimento.
- A organização declina a responsabilidade em caso de acidente, negligência e roubo de valores de cada participante.
- O trânsito nas estradas não será cortado, pelo que todos os participantes terão que ter em atenção quando circular nessas vias.
- Como medida de Segurança todos os atletas e caminheiros deverão transportar consigo um telemóvel em perfeito funcionamento.
- Todos os atletas e caminheiros devem reconhecer o grau de exigência de cada prova, tendo em conta o seu nível físico e que ainda assim se inscrevem por estarem conscientes do esforço a que obriga e à sua boa forma física.
- Não haverá lugar ao reembolso do valor da inscrição em caso de desistência, qualquer que seja o motivo.
- **O presente regulamento poderá ser alterado a qualquer altura e sem aviso prévio pela organização do evento.**

6. Material Obrigatório

Material Obrigatório para todos os atletas:

- Telemóvel Operacional
- Apito
- Manta Térmica
- **COPO** ou **Recipiente similar**, para enchimento de líquidos nos locais de abastecimento indicados pela Organização. O meio ambiente é uma preocupação diária, permanente e cabe a nós alterar comportamentos para reduzir os impactos ambientais e melhorar a nossa pegada ambiental. É com essa consciencialização de diminuir o consumo de plásticos, que organização decidiu que não serão disponibilizados copos nos abastecimentos. A única pegada que vamos deixar, será o rasto dos ténis.

Material aconselhado pela Organização:

- Calçado apropriado
- Mochila de Hidratação ou Cinto com recipiente (s).

7. Balizagem do percurso

Todo o percurso (Trail e Caminhada) será balizado com fita sinalizadora. Nos locais com múltiplos carreiros ou caminhos, haverá sinalética própria a indicar a direção a seguir. Nos locais de fácil engano estará um elemento da organização, ou um voluntário, a indicar o sentido de corrida. Qualquer outra sinalização não deverá ser levada em conta pelos participantes.

8. Controlos

Haverá pontos de controlo intermédio manual ao longo do percurso, nomeadamente:

- Trail Longo – 2 postos de controlo;
- Trail Curto – 1 posto de controlo;
- Caminhada - não terá controlo.

A não passagem por estes controlos levará à desclassificação dos atletas.

9. Desclassificações

Será desclassificado o atleta que:

1. Não cumpra o percurso estipulado, falhando os pontos de controlo efetuados pela organização;
2. Não siga as instruções dos elementos envolvidos na organização;
3. Tenha uma conduta antidesportiva;
4. Tenha uma conduta antiambiental.
5. Não apresente o material obrigatório mencionado no ponto 6.

10. Secretariado

Todos os atletas deverão fazer-se acompanhar de documento de identificação.

Data	Horário	Local
05/11/2022	18:00H às 20:00H	Pavilhão Municipal
06/11/2022	07:00H às 08:30H	Pavilhão Municipal

11. Escalões

Escalões	Masculinos	Femininos
Dos 18 aos 22 anos	Sub 23 M	Sub 32 F
Dos 23 aos 34 anos	Seniores M	Seniores F
Dos 35 aos 39 anos	M35	F35
Dos 40 aos 44 anos	M40	F40
Dos 45 aos 49 anos	M45	F45
Dos 50 aos 54 anos	M50	F50
Dos 55 aos 59 anos	M55	F55
Mais de 60 anos	M60	F60

Nota: Para efeitos de classificação dos atletas nos escalões será classificado como base na idade ao dia 31 de Outubro.

Haverá classificação para cada um dos escalões mencionados no ponto anterior, tanto para o **Trail Longo de 30 Km** como para o **Trail Curto de 18 Km**, assim como, a classificação por equipas.

12. Classificação por equipas

Para esta classificação cada equipa terá de pontuar, no mínimo, com 3 atletas inscritos na mesma distância, em que pontuam os 3 melhores elementos (independentemente do género e escalão a que pertençam) em cada distância.

13. Prémios

- Troféu para os 3 primeiros classificados da classificação geral e prémios para os respetivos escalões nas provas de **Trail 30 Km e Trail 18 Km**.
- Classificação por equipas nas provas de **Trail 30 Km e Trail 18 Km**.
- Prémio especial para a equipa com mais participantes no conjunto das duas provas de Trail (com exceção da caminhada).
- A entrega dos prémios irá realizar-se por volta das **13h00**, no interior do Pavilhão Municipal.

14. Seguro

- A organização disponibilizará seguro desportivo a todos os atletas, o qual tem uma franquia de €90,00.

15. Comunicações

Todas as comunicações serão disponibilizadas na nossa página do Facebook (S.C.D. Glória do Ribatejo – Trail Running - @scdgloriatrailrunning), no evento que será criado e no site do Trilho Perdido. Qualquer dúvida ou questão poderão fazê-lo pela nossa página ou email: scdgloriadoribatejo_trailrunning@sapo.pt