



REGULAMENTO
V Trail do Padroeiro
2023

ELABORAÇÃO/APROVAÇÃO/REVISÕES

Edição	Descrição da Revisão	Editou	Data de Edição	Aprovou	Data de Aprovação
A-0	--	Rx Runners (AS)	08/10/2022		

Notas:

1. **O presente documento é a versão preliminar do regulamento do V Trail do Padroeiro 2023;**
2. Caso exista justificção a organização poderá proceder aos devidos ajustes ao presente regulamento. As alterações serão divulgadas na página oficial do evento no Facebook <https://www.facebook.com/traildopadroeiroriachos/>
3. Todos os participantes inscritos poderão receber informação por SMS e ou email.
4. Poderão surgir documentos e informações completares ao regulamento que serão divulgados pelos meios acima mencionados.

INDÍCE

1. Apresentação da prova e Organização	5
1.1. Apresentação	5
1.2. Organização.....	5
1.3. Objectivos.....	5
1.4. Provas	5
1.5. Programa e Horário.....	5
2. Condições gerais da prova e participação	6
2.1. Distâncias e altimetria.....	6
2.2. Descrição do percurso e passagem de tráfego	6
2.3. Tempo limite	6
2.4. Metodologia de controlo de tempos	6
2.5. Postos de controlo	6
2.6. Locais de abastecimentos	6
2.7. Seguro desportivo	7
2.8. Responsabilização perante o atleta	7
3. Condições de participação	7
3.1. Inscrição regularizada.....	7
3.2. Idade dos participantes.....	7
3.3. Condições físicas	8
3.4. Ajuda externa	8
3.5. Colocação de dorsal	8
3.6. Material obrigatório e recomendado.....	8
3.7. Regras de conduta desportiva, ambiental e social	8
4. Inscrições	9
4.1. Processo	9
4.2. Período de inscrição e valores.....	9
4.3. Devolução de valor de inscrição.....	9
4.4. Material e serviços incluídos com a inscrição	10
4.5. Secretariado e levantamento de dorsais	10
5. Categorias e Prémios	10
5.1. Entrega de prémios	10
5.2. Categoria etárias, género e equipas.....	10
5.3. Penalizações	11

5.4.	Prazos para reclamações de classificações	11
5.5.	Pontuação no CTR	11
6.	Como chegar	11
7.	Responsabilidade ambiental	11
8.	Direitos de imagem	12
9.	Protecção de dados	12
10.	Apoio de emergência.....	12
11.	Casos omissos	13
12.	Aceitação do regulamento	13

1. Apresentação da prova e Organização

1.1. Apresentação

O **V Trail do Padroeiro**, em Riachos, será realizado no dia **18 de junho de 2023**. Tal como as edições anteriores está integrado na Festa do Padroeiro de Riachos – Santo António, estando integrado no programa oficial da mesma.

1.2. Organização

O evento é promovido e organizado pela **Equipa de Animação e Comunicação da Paróquia de Riachos** em parceria com o Riachos Runners – Associação Cultural, Desportiva e Lazer, designada de **Rx Runners**.

1.3. Objectivos

O **Trail do Padroeiro** é um evento de **carácter social**, promovido pelos **Rx Runners** em regime de voluntariado. A receita angariada reverte a favor da obra social da Paróquia de Riachos.

Se por um lado um evento desta natureza nunca se pode dissociar da prática desportiva (seja ela a correr ou andar) e de uma vida saudável, por outro pretende promover a marca da região onde se insere (no caso a lezíria ribatejana), assim outro dos objetivos deste evento é permitir aos participantes a descoberta das lindas e bonitas paisagens agrícolas junto do Rio Almonda, junto á Reserva Natural do Paúl do Boquilobo, atento ao slogan “mente sã em corpo sã”.

1.4. Provas

O **V Trail do Padroeiro** é uma prova certificada pela **ATRP** e integra e pontua para o **Circuito de Trail do Ribatejo**. As condições de participação dos atletas encontram-se disponíveis no regulamento deste circuito em <https://circuitotrailribatejo.pt/regulamento-ctr/>

O evento será constituído por três percursos:

- Trail Longo;
- Trail Curto;
- Caminhada.

Os percursos terão o início e fim no Pavilhão Desportivo de Riachos.

1.5. Programa e Horário

17 de Junho Escola EB 2,3 Riachos	18 de Junho Escola EB 2,3 Riachos
17:00 h – Abertura do secretariado	6:30h - Abertura do secretariado
20:00 h – Fecho do secretariado	7.45h - Abertura de controlo zero - TL
	7.55h - Briefing para TL
	8:00h – Partida do Trail Longo
	8:05h – Abertura do controlo zero - TC
	8:15h – Briefing para TC
	8:20h – Partida do Trail Curto
	8:30h – Partida da Caminhada
	13:00 h – Início da Entrega de prémios

2. Condições gerais da prova e participação

2.1. Distâncias e altimetria

Percursos	Distância (km)	Altimetria (m) aprox.
Trail Longo	28	750
Trail Curto	17	350
Caminhada	12	180

2.2. Descrição do percurso e passagem de tráfego

Durante as provas, os atletas irão encontrar vários tipos de piso: terra, areia, galhos de árvores, pedras, água e alcatrão (pouco).

Existirão ao longo de todo o percurso marcações feitas com fitas de sinalização que serão reforçadas com placas de madeiras, tintas ou outro tipo sempre que se justifique.

Nunca avance mais de 100 metros sem qualquer tipo de sinalização. Se isso acontecer volte atrás até encontrar a última sinalização. Caso não consiga encontrar a continuidade do percurso, entre em contacto com a organização, para o número impresso no dorsal.

No percurso há circulação nas vias públicas, estradas, acessos, serventias de propriedades, caminhos privados, etc. Como o percurso não está fechado para o evento, devem ter atenção ao facto de poder haver veículos, pessoas e animais a circular. Nestas situações deverá ser cumprido o código da estrada e quando esse não se aplique, respeitar a livre circulação de todos e utilizar o bom senso.

Estará montado um dispositivo de segurança distribuído por todo o percurso. O atleta deverá ter atenção redobrada em zonas de tráfego (estrada de alcatrão e estrada de terra).

2.3. Tempo limite

O tempo limite para concluir os percursos é de 5 horas. Sem prejuízo da organização, poderá permitir a classificação de atletas que terminem as provas fora do tempo limite.

2.4. Metodologia de controlo de tempos

O controlo será efectuado através de chip no dorsal para os percursos de trail longo e curto, existindo um ponto de controlo intermédio em cada percurso.

O controlo de tempos e classificações serão assegurados por empresa de cronometragem. Os tempos e classificações serão fixados no local da prova e na página oficial do evento.

2.5. Postos de controlo

Ao longo dos percursos existirão pontos de controlo intermédios, onde será realizada o controlo intermédio de tempo e poderá ser feita a verificação de equipamentos obrigatórios e ser atestado o bem-estar do atleta.

2.6. Locais de abastecimentos

Os abastecimentos serão distribuídos pelo percurso e na meta. A organização não fornecerá copos, pelos que os participantes devem transportar meios para que possam abastecer, nomeadamente, copo, garrafa, entre outros. Para além dos abastecimentos previstos a organização poderá incluir mais abastecimentos de líquidos, por condições atmosféricas adversas.

Percurso	Abastecimento - Líquidos e Sólidos -	Km
Trail Longo	4	8; 16; 23; Meta
Trail Curto	3	8; 12; Meta
Caminhada	2	7; Meta

2.7. Seguro desportivo

A organização contratualiza os seguros obrigatórios, conforme o Decreto-Lei nº 10/2009 de 12 de janeiro, para este tipo de prova, estando o seu prémio incluindo no valor da inscrição.

Em caso de acidente o valor da franquia é da responsabilidade do atleta (dados de 2022, serão atualizados após contratação do seguro):

- 10% Invalidez permanente;
- 90,00€ Despesas de tratamento.

A organização não assumirá despesas de sinistros nem se responsabiliza pelo seguro, em que o atleta não tenha dado conhecimento do sinistro até 2 horas após término do percurso, para o email rxrunners.riachos@gmail.com.

2.8. Responsabilização perante o atleta

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.

3. Condições de participação

3.1. Inscrição regularizada

O participante deverá ter a sua inscrição regularizada dentro dos prazos estabelecidos no processo de inscrição e aceitação das normas constantes do regulamento.

A organização estabeleceu limites de inscrições de forma garantir segurança e condições previstas no regulamento a todos os participantes.

Percurso	N.º Limite de Inscrições para o evento
Trail Longo	800
Trail Curto	
Caminhada	

3.2. Idade dos participantes

Todos os participantes com idade inferior a 18 anos devem apresentar o termo de responsabilidade devidamente assinado pelo encarregado de educação/tutor, que será disponibilizado na página oficial do evento. O termo de responsabilidade deverá ser enviado para o email rxrunners.riachos@gmail.com até á data limite das inscrições. A participação é limitada às seguintes idades:

Percurso	Limite de idade (anos)
Trail Longo	Igual ou superior a 20 anos
Trail Curto	Igual ou superior a 18 anos
Caminhada	Igual ou superior a 12 anos

3.3. Condições físicas

Todos os participantes deverão encontrar-se em perfeitas condições de saúde e ter plena consciência da extensão e especificidade da prova. Deverão igualmente ter adquirido uma real capacidade de autonomia pessoal para gerir as dificuldades e problemas que desta possam advir.

Os participantes deverão informar a organização do evento de qualquer problema de saúde que tenham, para conhecimento prévio dos primeiros socorros, caso necessite, tais como: diabetes, hipertensão, asma e outros.

Os participantes devem assegurar que têm, em qualquer momento da prova, a hidratação e alimentação necessárias para chegar até ao final do evento.

3.4. Ajuda externa

Entende-se como ajuda externa por assistência ao participante, quer seja alimentação primeiros socorros ou similar.

Durante o percurso só é permitida a entreajuda entre os participantes.

Só é permitida a ajuda externa aos atletas nos postos de abastecimento. Fora deste locais, apenas será permitido ajuda externa, por motivos de força maior, nomeadamente, que esteja em causa o bem-estar ou a saúde do participante.

3.5. Colocação de dorsal

O dorsal é pessoal e intransmissível e deve ser usado é frente de preferência á altura do peito. A transferência de dorsais deverá ser solicitada à organização até dia 09 de junho para o email rxrunners.riachos@gmail.com.

3.6. Material obrigatório e recomendado

1. Dorsal – colocado de forma adequada (ex. porta dorsal) e visível durante a totalidade do percurso. – Obrigatório;
2. Telemóvel operacional (com saldo e bateria) – Obrigatório;
3. Recipiente com água – Obrigatório;
4. Apito - Obrigatório;
5. Manta térmica - Obrigatório;
6. Protector solar - recomendado;
7. Chapéu ou protecção para cabeça - recomendado;
8. Recipiente para bebidas no abastecimento - recomendado;
9. Documento de identificação- recomendado.

A organização poderá modificar o material obrigatório e recomendado, ou acrescentar outros, mediante as condições meteorológicas previstas para a data do evento.

3.7. Regras de conduta desportiva, ambiental e social

O comportamento inadequado, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou de qualquer outra espécie, serão alvo de advertência, multa, desqualificação e/ou expulsão, sendo comunicado às autoridades qualquer ato merecedor de tal.

Como será impossível realizar corte de tráfego rodoviário nalgumas passagens, os participantes devem circular com o maior cuidado possível e cumprir as regras de trânsito nas zonas urbanas e estradas de uso público.

Devem respeitar as áreas agrícolas, florestais e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

Os participantes devem deixar o percurso no estado em que o encontraram, é expressamente proibido, deixar lixo fora dos locais próprios, alterar os elementos da natureza (ver ponto 7).

Os participantes devem respeitar a sinalização da prova. É proibido removê-la ou alterar a sinalização colocada pela organização, sob pena de serem desclassificados.

4. Inscrições

4.1. Processo

O processo de inscrição será efectuado através da plataforma da *Quero Ir*, com o acesso directo através do *link* na página oficial do evento.

Para todas as inscrições serão geradas referências automáticas de multibanco, tendo um tempo limitado para pagamento, sob pena de serem inactivas.

4.2. Período de inscrição e valores

A atualizar quando da divulgação do evento

O período de inscrições inicia-se **dia 26/02/2022, às 0h e termina a 04/06/2022 às 24h**, ou quando se atingir o número limite de inscrições (ver ponto 3.1.).

Prova	26 de Fevereiro a 13 de Maio	14 de Maio a 04 de Junho	Opção T-shirt	Meias SocksBy
Trail Longo				
Trail Curto				
Caminhada				

As t-shirt e as meias alusivas ao evento serão solicitadas na plataforma de inscrições no acto de inscrição, com menção do respectivo tamanho. O pagamento da t-shirt será incluí na referência de pagamento gerada com a conclusão da inscrição na plataforma de inscrições.

4.3. Devolução de valor de inscrição

Não serão efectuados reembolsos ou devolução de inscrições. Será possível a alteração de inscrição entre percursos. Para tal, deverá entrar em contacto com a Organização através do e-mail rxrunners.riachos@gmail.com. No caso, em que o valor seja superior será cobrado a diferença. No caso, que o valor seja inferior não haverá a devolução da diferença.

O evento poderá ser suspenso ou cancelado por decisão de entidades oficiais, como a Protecção Civil, GNR, MAI, ICNF. A suspensão ou cancelamento pode ainda ser decidida pelo delegado de saúde Regional no âmbito da temática do COVID-19. Em qualquer das situações de cancelamento por motivos de força maior acima descritos, os inscritos serão reembolsados da seguinte forma:

- Cancelamento até ao dia 20 de maio de 2023: 50% do valor pago;
- Cancelamento entre os dias 21 de maio e 10 de junho de 2023: 30% do valor pago;
- Cancelamento após dia 10 de junho de 2023: sem reembolso.

4.4. Material e serviços incluídos com a inscrição

A atualizar quando da divulgação do evento

A inscrição inclui (Informação referente à prova de 2022):

1. Seguro de acidentes pessoais para todos os percursos;
2. Abastecimentos líquidos e sólidos;
3. Dorsal para todos os percursos;
4. Chip em dorsal para controlo de tempo para Trail Longo e Curto;
5. Cronometragem electrónica pela empresa TotalCrono;
6. 1 par de meias da marca SocksBy alusivas ao evento
7. Banhos quentes disponíveis no pavilhão desportivo;
8. Sopa, pão com chouriço e bebida no final;
9. Outros brindes que a organização venha a angariar.

4.5. Secretariado e levantamento de dorsais

O levantamento dos dorsais decorrerá no secretariado (ver ponto 1.5. Programa), podendo ser levantado pelo próprio mediante a apresentação do email com a confirmação da inscrição. Os dorsais de equipa deverão ser levantados em bloco por um responsável da mesma devidamente identificado. A organização disponibilizará o conjunto de dorsais por equipas que tenham mais 4 participantes.

5. Categorias e Prémios

5.1. Entrega de prémios

Os prémios serão entregues no recinto do evento localizado da Escola EB 2,3 Dr. António Chora Barroso em Riachos.

5.2. Categoria etárias, género e equipas

Masculinos	Femininos	Idades (anos)	Inscrição /Classificação Trail Curto	Inscrição /Classificação Trail Longo
GERAL M	GERAL F	--	Sim	Sim
Juniores M	Juniores F	Dos 16 aos 19	Sim	Não
M SUB23	F SUB23	Dos 20 aos 22	Sim	Sim
Seniores M	Seniores F	Dos 23 aos 34	Sim	Sim
M 35	F 35	Dos 35 aos 39	Sim	Sim
M 40	F 40	Dos 40 aos 44	Sim	Sim
M 45	F 45	Dos 45 aos 49	Sim	Sim
M 50	F 50	Dos 50 aos 54	Sim	Sim
M 55	F 55	Dos 55 aos 59	Sim	Sim
M 60	F 60	Mais de 60	Sim	Sim

Serão atribuídos prémios para cada percurso do Trail Longo e Trail Curto:

- Aos 3 primeiros classificados da geral;

- Aos 3 primeiros classificados de cada escalão, masculino e feminino, de acordo a tabela acima;
 - Às 3 primeiras equipas classificadas da geral (contam os 3 classificados de cada equipa).
- Para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerada a idade que o atleta terá a 31 de outubro de 2023.

5.3. Penalizações

Em todas as situações de incumprimento a organização reserva ao direito de rever factor penalizador, após avaliação caso a caso. As situações não mencionadas serão avaliadas caso a caso.

Incumprimento	Penalização
Não cumprir o percurso	Desclassificação
Ausência de passagem em ponto de controlo	Desclassificação
Desobedecer a indicações da organização	Desclassificação
Participação com dorsal de outro atleta	Desclassificação
Conduta anti-desportiva	Desclassificação
Falta de material obrigatório	15 minutos item

5.4. Prazos para reclamações de classificações

Poderão ser efectuadas por escrito à organização até duas horas após o término do evento.

5.5. Pontuação no CTR

Os escalões estão definidos de acordo com o aprovado em regulamento do **Circuito de Trail do Ribatejo (CTR)**. Os atletas irão pontuar para o CTR de acordo com os escalões definidos no regulamento deste circuito, que se encontra disponível em <https://circuitotrailribatejo.weebly.com/>

6. Como chegar

39.437739 ; -8.514150 – Escola EB 2,3 Dr. António Chora Barroso, Riachos

Partida e Meta

Refeição

Entrega de prémios

39.438695 ; -8.514150 - Pavilhão Desportivo Riachos

Banhos

Será disponibilizada informação pormenorizada na página oficial do evento.

7. Responsabilidade ambiental

Os participantes são obrigados a ter uma conduta responsável no que respeita à limpeza e preservação do meio ambiente em todas as zonas utilizadas pela prova, desde o percurso da prova até à zona de saída e de chegada.

É estritamente proibido o arremesso de resíduos para o chão, antes, durante e no final da prova.

Cabe aos participantes terem o cuidado de guardar consigo os resíduos das embalagens de alimentos bebidas usadas na sua reposição durante a prova.

No final da prova e nas zonas de abastecimento serão disponibilizados pela organização recipientes para depositar o lixo transportado pelos atletas.

8. 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, redes sociais, 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.

9. Protecção de dados

Os dados pessoais dos participantes indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora e recepção de inscrições (Quero Ir) para efeitos de processamento no evento nomeadamente, seguradora, lista de inscritos, notícias e classificação.

Para efeitos de inscrição serão solicitados os seguintes dados pessoais, conforme estipulado com a entidade receptora de inscrições: nome, data de nascimento, género, nacionalidade, concelho de residência, prova escolhida, número de cartão de cidadão, NIF, email, contacto telefónico, equipa, tamanho da t-shirt, nome e contacto de emergência.

Os dados dos participantes nas provas de trail longo e trail curto serão divulgados e utilizados para efeitos de pontuação no Circuito de Trail do Ribatejo.

Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail rxrunners.riachos@gmail.com.

10. Apoio de emergência

Numa adversidade, acidente ou falência física, a decisão da organização ou do pessoal médico é soberana, tendo o atleta de a respeitar.

A decisão, por qualquer motivo, de desistência do evento, deverá ser de imediato comunicada à organização, pessoalmente ou por telefone.

No caso de desistência sem o devido aviso à organização, que cause uma operação de busca e resgate, o custo relativo a esse procedimento será imputado a quem negligenciou o dever de informar a sua desistência.

Sempre que possível a desistência deverá ser feita num posto de controlo ou de abastecimento. A organização disponibilizará transporte desde o ponto de desistência até à chegada. É essencial que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo e alertem o posto de controlo ou de abastecimento mais próximo ou contactem a organização.

Caso um atleta considere que necessita de assistência médica, deverá solicitar apoio no ponto de abastecimento (PA) ou solicitar assistência aos elementos da organização se estiverem presentes ou através dos números de telefone inscritos no dorsal. Poderá ainda telefonar para o 112, mas neste caso o atleta responsabiliza-se pelas despesas que os atos médicos e de transporte acarretem.

11. Casos omissos

Os casos omissos ao presente regulamento serão tratados pela organização.

12. Aceitação do regulamento

A inscrição no evento pressupõe a aceitação das regras estabelecidas neste regulamento.

O presente regulamento poderá ser alterado a qualquer altura e sem aviso prévio pela organização do evento.

FIM