

1. DESCRIÇÃO

Com o apoio da Câmara Municipal de Oeiras e da Consilcar, realiza-se no dia 20 de novembro de 2022 a 3ª edição do Oeiras Trail, que será percorrido por trilhos na zona de Barcarena – Oeiras, num Trail Longo de 20km e num Trail Curto, de 10km. Com partida e chegada nos Nirvana Studios. O Trail Longo faz parte do calendário da Taça de Portugal ATRP.

2. HORÁRIOS E PERCURSOS

TRAIL LONGO – 20 Km

O Trail tem a distância de 20 km, e tem início às 9:00 horas. Terá partida e chegada no Nirvana Studios em Barcarena – Oeiras.
Haverá tempo limite de 4 horas.

TRAIL CURTO – 10 Km

O Trail tem a distância de 10 km, e tem início às 09:30 horas. Terá partida e chegada no Nirvana Studios em Barcarena – Oeiras.
Poderá ser feito a correr ou a caminhar e não haverá tempo limite para terminar.

3. ALTIMETRIA

Trail Longo

- Desnível positivo: 763 m
- Desnível negativo: 763 m
- Desnível acumulado: 1526 m
- Elevação mínima: 15 m
- Elevação máxima: 170 m

Trail Curto

- Desnível positivo: 457 m
- Desnível negativo: 457 m
- Desnível acumulado: 914 m
- Elevação mínima: 27 m
- Elevação máxima: 173 m

4. NORMA

Só poderão participar indivíduos com mais de 18 anos, desde que gozem de boa saúde e se encontrem com uma preparação física e psíquica apta a esforços longos, não se responsabilizando a Organização por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela sua participação, aconselhando os participantes a atestarem a sua condição física pelas vias médicas adequadas

5. ESCALÕES

As competições destinam-se a todos os atletas, federados ou não, em representação individual ou coletiva (Escolas, Associações desportivas, etc.), depois de devidamente inscritos, no âmbito da corrida para todos, tendo os seguintes escalões:

MASCULINOS:

- M Júnior – 18/19 anos
- Sub 23 – 20/22 anos
- Seniores – 23/39 anos
- M 40 (40 a 44 anos)
- M 45 (45 a 49 anos)
- M 50 (50 a 54 anos)
- M 55 (55 a 59 anos)
- M 60 (mais de 60 anos)

FEMININOS:

- F Júnior – 18/19 anos
- Sub 23 – 20/22 anos
- Seniores – 23/39 anos
- F 40 (40 a 44 anos)
- F 45 (45 a 49 anos)
- F 50 (50 a 54 anos)
- F 55 (55 a 59 anos)
- F 60 (mais de 60 anos)

NOTAS: Para efeitos de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerado o ano de nascimento do atleta, ou seja considera-se a idade que o atleta terá a 30 de outubro da corrente época competitiva.

[6. SEGURO](#)

Os participantes devem reunir condições de saúde necessárias à prática desportiva. Após a inscrição assumem que se sentem física e psicologicamente preparados para o esforço físico inerente à prova em que irão participar. Todos os participantes, sem exceção, devem reunir as condições de saúde necessárias à prática desportiva, isentando de quaisquer responsabilidades a organização da prova, seus parceiros, apoiantes e órgãos públicos envolvidos. A organização da prova assegura aos inscritos um seguro de acidentes pessoais, conforme previsto no D.L. 10/2009 (Seguro Desportivo) com um capital de morte ou invalidez de 28.530€, despesas de tratamento e repatriamento até 4.590€, despesas de funeral até 2.290€, franquias absolutas de 10% na cobertura de invalidez permanente e franquias por pessoa/sinistro de 60€ na cobertura de despesas de tratamento. A idade mínima de 14 anos e máxima de 80 anos. A organização não se responsabiliza por situações que não estejam abrangidas por este seguro.

[7. INSCRIÇÕES, MODOS E PRAZOS DE PAGAMENTO E LIMITES DE INSCRITOS](#)

As inscrições só serão aceites se forem efetuadas online, num formulário existente para o efeito no site oficial da prova.

Para informações:

Pagamento

Após a inscrição na Bilheteira Online, receberá uma referência multibanco para poder efetuar o pagamento em qualquer terminal de multibanco existente no País. O prazo para pagamento será de 24 horas, após esse período a referência multibanco perde a validade.

Formas de pagamento:

MBWay, Multibanco (o pagamento por MB tem um custo adicional de 0.50€ para montantes inferiores a 10€), Cartão de Crédito, PayPal (O pagamento através de Paypal tem um custo adicional de 0,40€ para montantes inferiores a 30,00€)

Outras Condições

- As inscrições do trail são limitadas e terminam no dia 15 de novembro de 2022. Não haverá inscrições no dia da prova
- As inscrições sem meio de pagamento ou efetuadas depois das datas referidas não serão aceites
- As inscrições só serão válidas e consideradas após a confirmação da entidade reguladora do Multibanco
- Os atletas são responsáveis por verificar se todos os seus dados se encontram corretos nas listas de inscritos, entretanto publicadas. Só serão aceites retificações até dia 12 de novembro de 2022.
- Limite de inscritos: 1.200 atletas.

Notas importantes:

- Não serão devolvidas taxas de inscrição, exceptuando por cancelamento da prova
- Os clubes são responsáveis por verificar através das listagens de inscritos se todos os seus atletas estão inscritos com o nome oficial do clube
- O nome do clube tem de ser coincidente para todos os atletas para poderem ser considerados da mesma equipa.
- **Há opção de adquirir um seguro de bilhética por 1.90€ por cada inscrição.** Veja as condições [aqui](#).

8. CEDÊNCIA DOS DADOS DE INSCRIÇÃO

A Ganhardestak reserva-se ao direito de utilizar os dados de inscrição com elementos fornecidos e preenchidos pelos participantes nas suas ações de marketing.

É concedido aos participantes a hipótese de não autorizar a cedência dos dados pessoais recolhidos no ato de inscrição, devendo para tal selecionar essa opção disponibilizada no formulário.

9. SECRETARIADO

Levantamento do kit do atleta nos Nirvana Studios:

<https://goo.gl/maps/xqWFgrbr4K12gqEv9>

O levantamento do kit do atleta é individual, com apresentação do bilhete da BOL.

Horário:

- Sábado dia 19 de novembro das 14h30 às 19h00
- Domingo dia 20 de novembro das 07h00 às 08h30

Recomenda-se o levantamento do kit do atleta no sábado dia 19 de novembro, por questões de segurança.

10. SEGURANÇA

- Os atletas ficam obrigados a manterem-se atrás da linha de partida, na zona do aquecimento.
- Só é permitido o abastecimento de água ou outros produtos aos atletas nos locais indicados pela Organização, nas chamadas zonas de abastecimento.
- No dorsal do atleta, serão indicados dois números de telefone a serem usados em caso necessário.
- Não será permitido o estacionamento de viaturas na zona de partida e chegada devidamente balizadas.
- As viaturas dos atletas serão estacionadas nas zonas permitidas pelas forças de segurança.
- À organização reserva-se o direito de poder anular a prova a qualquer momento, caso as condições atmosféricas ponham em risco a integridade física dos atletas.

11. SANÇÕES

O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados na zona de partida e ao longo do percurso.

- Será desclassificado todo o concorrente que não cumpra o presente regulamento, não complete o percurso segundo o indicado, deteriore ou suje o meio ambiente, não leve o dorsal bem visível e não respeite as indicações da organização.
- Todo o atleta que utilize meios ilícitos para obter vantagem em relação a outros, será automaticamente desclassificado.

12. CLASSIFICAÇÕES

As classificações serão realizadas através de sistema eletrónico, sendo distribuído um peitoral com chip a cada atleta e assim deve permanecer até ao final da prova. Atletas

cujo peitoral não esteja colocado conforme as regras e por esse motivo o chip não seja detetado, não serão classificados.

Casos em que o peitoral pode não ser detetado:

- Peitoral dobrado
- Peitoral guardado dentro do camelback ou outro objeto
- O atleta não passa pelo menos a um metro dos tapetes.

As classificações do Trail Longo e Trail Curto serão feitas individualmente em cada escalão, na geral e por equipas.

13. PRÉMIOS

Trail Longo

- Troféus aos 3 primeiros da geral Masculina e Feminina.
- Troféus aos 3 primeiros dos escalões Masculinos e Femininos.
- Troféus às três primeiras equipas (de 3 atletas, independentemente do género).
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.

Trail Curto

- Troféus aos 3 primeiros da geral Masculina e Feminina.
- Troféu às 3 primeiras equipas (de 3 atletas, independentemente do género).

Entrega de prémios a partir das 11h30.

Outros prémios

No trail haverá oferta de uma t-shirt técnica (**existe tamanhos de homem e mulher e limitado ao stock existente**), uma medalha relativa à prova, e outros que a organização venha a angariar para todos os participantes na corrida.

A organização assegura, pelo período de 15 dias, a contar da data de realização do evento, a guarda de todos os *kits* pagos e não recolhidos.

Para obter o *kit* não recolhido, o atleta deverá entrar em contacto com a organização através dos contactos disponíveis.

As despesas de envio do *kit* estarão a cargo do atleta.

14. ABASTECIMENTOS

Deve dar-se preferência à realização da competição em regime de autossuficiência, devendo o corredor ser portador do seu próprio abastecimento.

A organização responsabiliza-se pela boa hidratação de todos os atletas participantes, será distribuída água em todos os abastecimentos e na chegada.

Os abastecimentos, são colocados ao longo do percurso de forma a que os atletas possam usufruir dos mesmos mantendo uma distância entre si de 5 a 10 metros, em regime de *self-service*.

A informação das zonas de abastecimento do Trail Longo e Trail Curto, serão dadas atempadamente no site oficial da prova. O Trail Longo terá 2 abastecimentos no percurso outro no final. O Trail Curto terá um abastecimento a meio do percurso e outro no final.

Por motivos ambientais a prova decorrerá em Semi-Auto-suficiência com enchimento de recipientes, não serão distribuídas garrafas de água aos atletas, os atletas deverão nas zonas de abastecimento encher o seu reservatório, ou em alternativa beber no local.

Trail Longo (2 abastecimentos e chegada)

- 5 km
- 14 km

Trail Curto (1 abastecimento e chegada)

- 5 km

15. ZONAS DE CONTROLO DE PASSAGEM

Haverá controlos de passagem por via eletrónica.

16. INTERRUÇÃO DA CORRIDA

Se for necessário interromper ou suspender a prova em algum local da corrida por motivos inesperados, a classificação será feita a partir do último controlo realizado.

17. MATERIAL OBRIGATÓRIO

Cada participante deverá ser portador do seguinte material:

- Recipiente de líquido (**obrigatório**)
- Telemóvel carregado
- GPS
- Manta térmica

18. MATERIAL SUPLEMENTAR EM CASO DE CONDIÇÕES DESFAVORÁVEIS

- Gorro
- Luvas
- Camisola de manga comprida
- Reserva alimentar de 500 g
- Calças impermeáveis
- Apito

19. DUCHE

Duches nos Bombeiros Voluntários de Barcarena:
<https://goo.gl/maps/ANAVb6fBo6vQ8j8d9>

20. PREÇOS

Trail Longo

- Até 31 de agosto: 13 €
- 1 de setembro até 31 de outubro: 14,5 €
- 1 a 15 de novembro : 16 €

Trail Curto

- Até 31 de agosto: 11 €
- 1 de setembro até 31 de outubro: 12,5 €
- 1 a 15 de novembro: 14 €

21. CEDÊNCIA DOS DIREITOS DE IMAGEM

O participante, ao proceder à inscrição, autoriza, de forma gratuita e incondicional, a cedência à Ganhardestak e aos seus associados, os direitos de utilização da sua imagem tal como captada nas filmagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

22. ESTACIONAMENTO PARA VIATURAS

Localização do estacionamento é na zona exterior do Nirvana Studios:
<https://goo.gl/maps/yVekfQkWN3KuZFGu8>

23. RECLAMAÇÕES

Poderão ser efetuadas por escrito à organização até duas horas após o termino da corrida.

24. ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO

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

Todos os participantes, pelo facto de efetuarem a sua inscrição no Oeiras Trail, aceitam o presente Regulamento.