

REGULAMENTO

CAMPEONATO NACIONAL DE TRAIL ULTRA 2022/23



VOUGA

7.8 JAN

TRAIL

PARQUE URBANO SEVER DO VOUGA

55KM
TRAIL ULTRA

35KM
TRAIL LONGO

25KM
TRAIL CURTO

15KM
TRAIL MINI

12KM
CAMINHADA

VOUGA
KIDS

UM DESAFIO PINTADO DE VERDE



ASSOCIAÇÃO SEVER DO VOUGA





O Campeonato Nacional de Trail Ultra realiza-se no dia 07 de janeiro 2023, no Vouga Trail e na área patrimonial natural do município de Sever de Vouga, por trilhos inóspitos, verdejantes, levadas, margens do Rio do Vouga e Mirador do Castelo situados entre o maciço da Serra da Freita, do Arestal e do Ladário. A competição é coorganizada pela ATRP, Associação de Trail Running de Portugal e pelo Município de Sever do Vouga, com o apoio da AZ Trail.



**SEVER
DO VOUGA**
município

1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1. REQUISITOS:

Só serão admitidos atletas que preencham os requisitos definidos no Regulamento de Competições da ATRP para acesso à prova Campeonato Nacional de Trail Ultra.

1.2. CONDIÇÕES FÍSICAS:

É indispensável que os participantes no Campeonato Nacional de Trail Ultra tenham consciência das dificuldades físicas e mentais inerentes à participação. É imprescindível que os participantes gozem de boa saúde e se encontrem com uma preparação física e psíquica apta a esforços longos e em percursos de trilhos, não se responsabilizando a organização por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela sua participação.

1.3. DEFINIÇÃO DE POSSIBILIDADE DE AJUDA EXTERNA:

Aos atletas somente é permitido receber assistência pessoal nas zonas especificadas para o efeito que serão definidas pela organização, e apenas por uma pessoa devidamente certificada para o efeito.

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

COM AJUDA EXTERNA:

Abastecimento N.º 02

Abastecimento N.º 04

LOCALIZAÇÃO

Km 18: Nossa Senhora Boa Hora, Catives

Km 37: Lameiro Longo, Lameiro Longo

SEM AJUDA EXTERNA:

Abastecimento N.º 01

Abastecimento N.º 03

Abastecimento N.º 05

LOCALIZAÇÃO

Km 08: Quinta do Casal, Silva Escura

Km 29: Nossa Senhora dos Milagres, Paçô

Km 47: Encosta dos Túneis, Paradela

NOTA: a ajuda externa fora dos locais indicados para o efeito leva à desclassificação do atleta.

1.4. COLOCAÇÃO DO DORSAL:

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve estar permanentemente visível durante toda a prova colocado, obrigatoriamente, à frente.

O incumprimento destas regras poderá originar a não classificação dos atletas por não ser possível à Organização identificar os mesmos nos diversos controlos realizados ao longo da prova.

Em caso de desistência, desclassificação ou barramento horário o atleta é obrigado a entregar o chip de controlo de tempos à organização.

Em caso de perda do dorsal, poderá ser imposto ao atleta o tempo do último classificado.

1.5. REGRAS CONDUTA DESPORTIVA:

O Campeonato Nacional de Trail Ultra, que decorre nos trilhos do Vouga Trail, é um evento que promove e privilegia, acima de tudo, o fair-play, o contacto com a Natureza e os hábitos de vida saudável.

Em caso de desistência durante a prova, o atleta deverá informar de imediato a Organização, em qualquer posto de controlo ou através de contacto telefónico para o número disponibilizado no dorsal.

A Organização reserva-se no direito de excluir da prova, mesmo antes do seu início, qualquer participante que através do seu comportamento condicione a gestão e / ou o bom funcionamento do evento, não havendo reembolso do valor da inscrição. Qualquer comportamento considerado inadequado, através de linguagem ofensiva, agressões verbais e físicas, e desrespeito para com os outros atletas resultará na desclassificação.

O respeito pela Natureza deverá ser constante, não sendo admissível que qualquer atleta polua os trilhos, ou destrua / altere qualquer elemento natural.

Qualquer protesto deverá ser submetido à Organização por escrito até ao início da entrega de prémios, o qual deve ser acompanhado de um depósito de 50 euros, o qual será devolvido se o mesmo tiver provimento. O Júri (ver ponto 6) analisará e tomará uma decisão.

2. A PROVA

O Campeonato Nacional de Trail Ultra realiza-se nos trilhos do Vouga Trail e atribui os títulos nacionais da categoria / distância. A competição percorre os trilhos e caminhos da região de Sever do Vouga, sendo coorganizada pela ATRP, Associação de Trail Running de Portugal, em articulação com a Federação Portuguesa de Atletismo e o Município de Sever do Vouga, com o apoio da equipa AZ Trail.

A competição terá uma distância de cerca de 55 km e 2500 D+.

2.1. BARREIRAS HORÁRIAS:

O tempo limite para a conclusão da prova é de 10h30. A prova contará também com barreiras horárias intermédias – ver tabela em baixo. As barreiras horárias foram calculadas para permitir aos participantes alcançar a linha de meta dentro do tempo limite, contabilizando já as possíveis paragens (descanso, abastecimentos, etc.).

Para continuar em prova, os atletas devem sair do posto de controlo antes do seu encerramento.

As distâncias indicadas são aproximadas e poderão não corresponder ao GPS de cada atleta, pelo que só os dados da organização, serão válidos para o tempo da passagem no posto de controlo.

DISTÂNCIA | LOCAL

29 km | Nossa Senhora dos Milagres, Paçô

47 km | Encosta dos Túneis, Paradela

TEMPO LIMITE | HORA

05h30 de Prova | 13h00

08h30 de Prova | 17h00

2.2. HORÁRIOS E PROGRAMA:

O Secretariado funcionará no Parque de Lazer de Sever do Vouga, 3740-271 Sever do Vouga, seguido de briefing da prova.

O Campeonato Nacional de Trail Ultra terá início às 07h30 de dia 07 de janeiro de 2023, com partida do Parque de Lazer de Sever do Vouga.

PROGRAMA:

DIA 06 DE JANEIRO (SEXTA-FEIRA):

17H30 ÀS 20H00: Secretariado - levantamento de dorsais.

DIA 07 DE JANEIRO (SÁBADO):

06H00 ÀS 07H00: Secretariado - levantamento de dorsais;

07H00: Controlo de material obrigatório Campeonato Nacional Trail de Ultra;

07H30: Partida do Campeonato Nacional Trail de Ultra;

16H00: Cerimónia de entrega de prémios Campeonato Nacional Trail de Ultra;

18H00: Hora limite para chegada do último atleta / encerramento da meta.

2.3. MAPA / PERFIL ALTIMÉTRICO / DESCRIÇÃO PERCURSO / TRACK GPS:

O percurso é feito em trilhos de montanha e ultrapassa obstáculos naturais como rios e ribeiros ou afloramentos rochosos. O terreno é maioritariamente em terra e pedra, podendo pontualmente passar por alcatrão e paralelo.

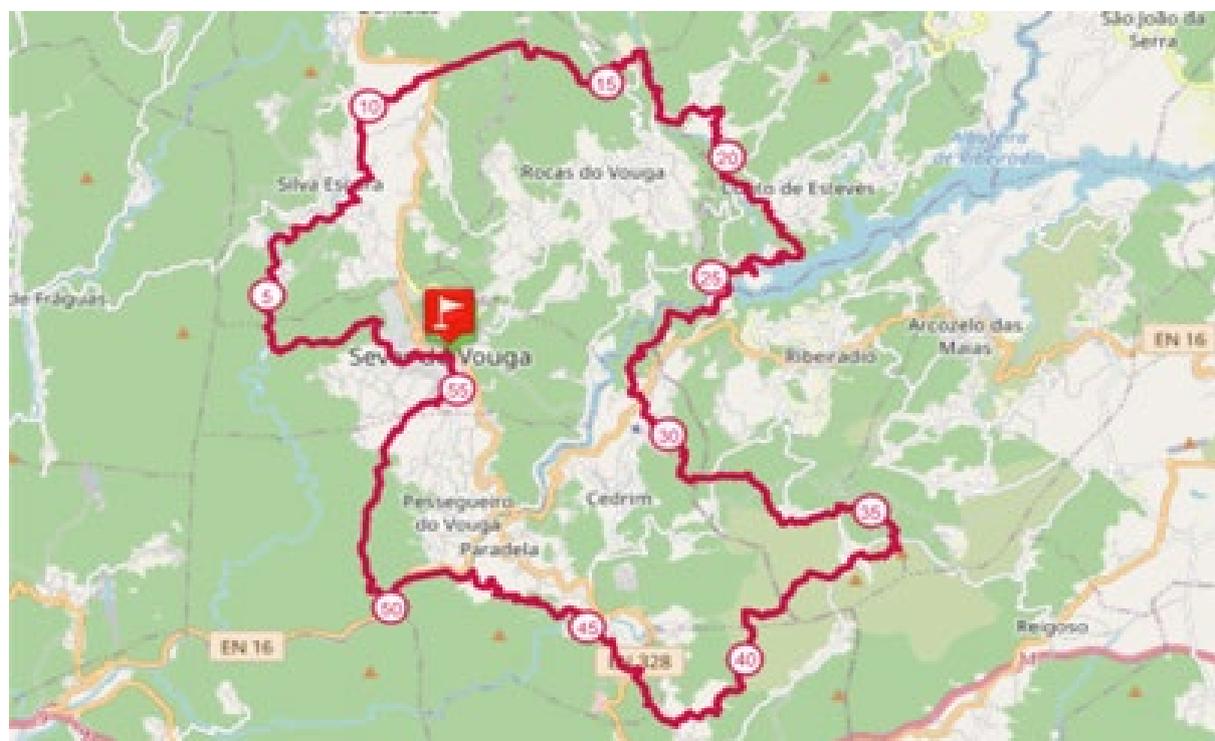


FIG. 01 - Mapa do Campeonato Nacional de Trail Ultra

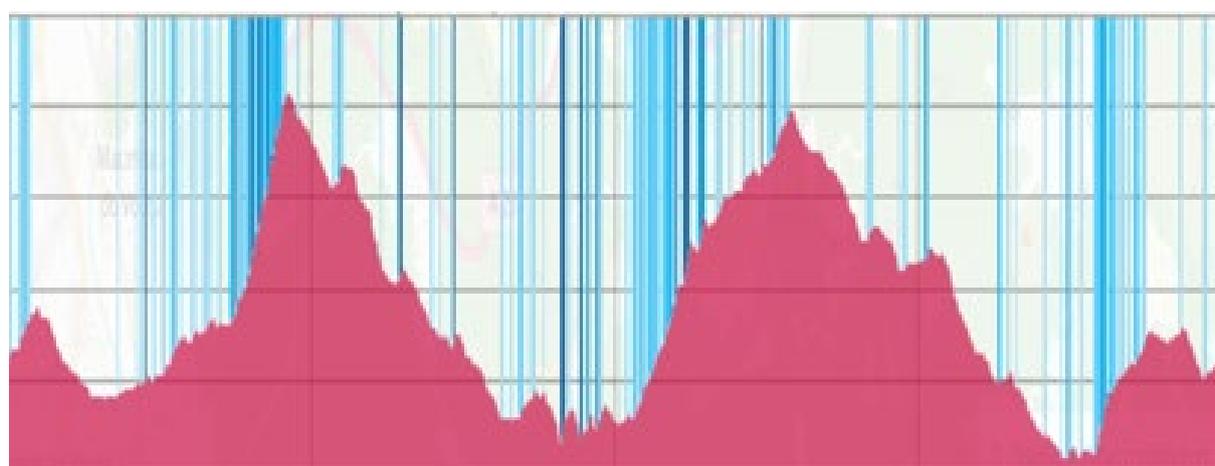


FIG. 02 - Perfil altimétrico do Campeonato Nacional de Trail Ultra

2.4. PASSAGENS POR LOCAIS COM TRÁFEGO RODOVIÁRIO:

Não haverá corte de tráfego rodoviário. Os participantes devem cumprir as regras de trânsito nas vilas e estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

Apesar de estar montado um dispositivo de segurança distribuído por todo o percurso, o atleta deve ter atenção redobrada em zonas de tráfego rodoviário.

2.5. MARCAÇÃO DO PERCURSO:

A marcação do percurso será feita predominantemente por fitas colocadas em elementos naturais e outro tipo de sinalética, como tintas biodegradáveis e placas. Nunca percorrer mais de 200 metros sem ver sinalização. Nesse caso, volte para trás até encontrar a última fita ou sinalização.

Caso não consiga encontrar a continuidade da sinalização entre imediatamente em contato com a organização.

2.6. METODOLOGIA DE CONTROLO DE TEMPOS:

Será utilizado um sistema de controle de tempos eletrónico com recurso a um chip colocado no dorsal. O controle zero é feito automaticamente pela passagem no tapete durante a partida.

2.7. ABASTECIMENTOS:

A competição desenrola-se de forma semiautónoma, contando com cinco postos de abastecimentos. Todos os abastecimentos serão líquidos e sólidos. A localização prevista é a seguinte:

ABASTECIMENTO

Abastecimento N.º 01
Abastecimento N.º 02
Abastecimento N.º 03
Abastecimento N.º 04
Abastecimento N.º 05

LOCALIZAÇÃO

Km 08: Quinta do Casal, Silva Escura
Km 18: Nossa Senhora Boa Hora, Catives
Km 29: Nossa Senhora dos Milagres, Paçô
Km 37: Lameiro Longo, Lameiro Longo
Km 47: Encosta dos Túneis, Paradela

Cada participante é responsável por levar a quantidade de bebida e comida necessária até alcançar o próximo abastecimento, devendo ter em conta a sua tipologia.

2.8. MATERIAL OBRIGATÓRIO/ACONSELHADO:

Todos os participantes deverão ter em atenção que, pela dureza da prova e pelas dificuldades acrescidas decorrentes das condições atmosféricas que se poderão verificar, é obrigatório / aconselhável que se façam acompanhar do seguinte material:

MATERIAL OBRIGATÓRIO

- Documento de identificação (para levantamento dos dorsais);
- Telemóvel operacional e ligado;
- Impermeável ou corta-vento;
- Manta térmica;
- Frontal;
- Apito.

NOTA: No controle do material obrigatório o atleta é responsável por retirar os itens da mochila, ou equivalente, e mostrar à equipa de juízes-árbitros.

MATERIAL ACONSELHADO

- Calçado apropriado à prática desportiva da modalidade;
- Mochila ou cinto de Hidratação e recipiente(s);
- Alfinetes ou porta dorsais.

NOTA: a organização não disponibiliza copos nos abastecimentos, nem alfinetes ou porta dorsais.

2.9. PENALIZAÇÕES/DESCCLASSIFICAÇÕES:

Serão motivo de penalização os atletas que:

- Não apresentarem o material obrigatório (01h00, cada item).

Serão motivo de desclassificação os atletas que:

- Participem com o dorsal de outro atleta;
- Não cumpram a totalidade do percurso estipulado;
- Não passem pelos pontos de controlo;
- Não acatarem as ordens dos membros da organização;
- Apresentem conduta antidesportiva com outros atletas ou organização;
- Ajuda externa fora dos locais indicados para o efeito.

2.10. RESPONSABILIDADE PERANTE O ATLETA / PARTICIPANTE:

Os participantes inscritos no Campeonato Nacional de Trail Ultra aceitam participar voluntariamente e sob a sua própria responsabilidade na competição. A Organização não se responsabiliza por qualquer situação que não esteja prevista neste Regulamento.

2.11. SEGURO DESPORTIVO:

A Organização subscreve um Seguro de Responsabilidade Civil e de Acidentes Pessoais de acordo com a lei em vigor durante a vigência do evento. Em caso de acidente, o participante deverá, em primeiro lugar, contactar a Organização, a qual providenciará o seu encaminhamento para a instituição médica mais adequada ao seu estado de saúde. O participante poderá ainda contactar o 112, sendo que neste caso responsabiliza-se pelas despesas que os atos médicos e de transporte acarretarem.

A Organização não assumirá quaisquer despesas de sinistros nem poderá avaliar qualquer situação para ativar o seguro se não tiver tomado conhecimento em tempo oportuno. Os atletas poderão solicitar as condições da apólice no dia anterior à realização do evento. A franquia será da responsabilidade do sinistrado, bem como, qualquer tipo de taxa (e.g. taxas moderadoras).

3. INSCRIÇÕES

3.1. PROCESSO DE INSCRIÇÃO:

As inscrições serão efetuadas em my.atrp.pt

3.2. VALORES E DATAS DE INSCRIÇÃO:

O valor da inscrição no Campeonato Nacional de Trail Ultra é de 20,00 Euros. Este valor permanecerá igual desde o início até ao término do período de inscrições. As inscrições individuais realizam-se até às 23h59m do dia 29 de dezembro de 2022, sendo que o prazo limite para as equipas até às 23h59m do dia 05 de janeiro de 2023.

O valor da inscrição não será devolvido caso não compareça ou não possa participar por algum motivo no dia da prova.

Caso as condições climatéricas se verifiquem extremas (ex.: incêndio florestal, tempestade, etc) a partida pode ser atrasada e / ou a prova é cancelada. Se por algum motivo a prova tiver de ser anulada, nomeadamente por imposição das autoridades (DGS, ICNF, etc) ou motivos alheios à organização, o valor da inscrição não será devolvido.

A organização poderá também suspender, reduzir ou parar a prova, não havendo em caso algum direito a reembolso.

O levantamento do dorsal carece de apresentação do documento de identificação referido na inscrição e da entrega do termo de responsabilidade.

3.3. CATEGORIAS E PRÉMIOS:

A cerimónia da entrega de prémios do Campeonato Nacional de Trail Ultra aos três primeiros da Geral (Masculino e Feminino) terá lugar às 16h00 do próprio dia da prova.

Os prémios só serão entregues aos premiados ou a quem os represente no ato.

4. CONTINGÊNCIA COVID-19

Todos os atletas estão obrigados ao cumprimento dos protocolos definidos, bem como quaisquer imposições que possam vir a ser estabelecidas pelas autoridades, nomeadamente pela DGS.

5. MARKETING E IMAGEM

O participante cede à organização o direito da utilização da sua imagem para efeitos de promoção da prova e da modalidade. As entidades organizadoras podem usar imagens ou fotos dos participantes em ações de marketing, nomeadamente na promoção e divulgação deste ou de outros eventos.

6. JÚRI

Eventuais diferendos serão analisados e decididos por um Júri constituído pelo Juiz Árbitro Principal, pelo Diretor Técnico da Prova e por um Representante dos Atletas nomeado para esse efeito.

7. NOTAS ADICIONAIS

O ato de inscrição pressupõe a aceitação deste regulamento.

A organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência, roubo, furto, assim como dos objetos e valores de cada participante.

Os casos omissos deste regulamento e eventuais diferendos, serão analisados e decididos pelo Júri. A sua decisão é soberana, não podendo ser alvo de recursos.

Caso se justifique, a organização procederá a ajustes ao presente regulamento.

Qualquer dúvida sobre o presente regulamento deverá ser colocada através de ticket em my.atrp.pt

Qualquer dúvida técnica sobre a prova deverá ser apresentada por email, e para os emails info@atrp.pt e aztrail2018@gmail.com

As dúvidas ou omissões deste Regulamento serão aplicadas pela Organização de forma soberana, não cabendo recursos a essas decisões.





ASSOCIAÇÃO
DE **TRAIL**
RUNNING
DE PORTUGAL