

# REGULAMENTO

8º MELGAÇO ALVARINHO TRAIL - QUINTAS DE MELGAÇO

21 MAIO | 2023

Terra Agraciada por excelentes condições naturais, quer na Montanha quer no Rio, as nossas prioridades são estimular os sentidos e aumentar o respeito pela Mãe Natureza. Entre montanhas e planícies, subidas e descidas, os atletas terão condições de excelência durante a prova. Ao longo dos vários percursos, os atletas poderão contemplar as maravilhas que Melgaço ostenta: os Caminhos e Pontes Romanas, as Aldeias Típicas (Brandas), os Trilhos, as Paisagens sobre os Vales dos Rios, Minho e Mouro, e vários monumentos como o Castelo de Melgaço, Conventos e Igrejas Centenárias, Museus, entre outros. Este ano, o evento passará pelas freguesias da Vila, Roussas, Fiães, Castro Laboreiro, Lamas de Mouro e S. Paio.

A Gastronomia é extremamente rica, desde a Lampreia do Rio Minho, que é um peixe pré-histórico muito apreciado pelo seu sabor, até ao Cabrito criado nas Montanhas do Concelho não esquecendo o nosso fumeiro certificado de excelência, sempre bem regados com o nosso néctar Alvarinho.

Com tudo isto, não te faltam argumentos para vires até Melgaço, usufruíres de tudo o que temos de diferente e genuíno e acima de tudo, ser muito feliz. Mais um ano terás percursos diferentes, renovados, mas a mesma simpatia e carinho das nossas Gentes para contigo.

Melgaço, Terra de boas gentes, esperamos por Ti de braços abertos...

## ***Informações importantes***

- **Ao inscrever-se está a concordar na íntegra com o explanado no respetivo regulamento.**
- **O presente regulamento está sujeito a alterações.**

# INSCRIÇÕES

## 1- Inscrições

1.1 - Pode inscrever-se através do formulário específico que estará disponível no site: **stopandgo.com.pt**

1.2 - Será emitida uma referência multibanco, pelo que deve efetuar o pagamento do valor indicado no prazo estipulado.

1.3 - A inscrição é anulada automaticamente caso o pagamento não seja efetuado no prazo indicado, perdendo consequentemente a vaga.

1.4 - O atleta tem que confirmar na lista de inscritos a sua situação, se a sua inscrição está validada.

1.5 - As inscrições abrem o dia 2 de janeiro de 2023.

1.6 - O período de inscrições será entre o dia 02 de janeiro e 14 de maio, respetivamente, até às 23h59 com pagamento efetuado dentro desse intervalo, impreterivelmente.

1.7 - As inscrições encerram no dia 14 de maio de 2023 para todas as Provas, sendo que, na última semana, nomeadamente, entre dia 08 e 14 de maio as mesmas terão um acréscimo de 5€.

1.8 - Para alterações de inscrições, enviar um email à organização: **info@melgacoalvarinhotrail.com**. De referir que alteração de dados de inscrição no último mês não será permitida.

1.9 - A organização reserva-se o direito de aceitar inscrições de última hora.

## 2 - Valores e Períodos de Inscrição

2.1 - O período de inscrições decorre de 02 de janeiro 2023 até 14 de maio 2023 (ou até esgotarem as vagas).

2.2 - Até às 23h59 do dia 14 de maio de 2023 - Após as 23h59 do dia em questão já não será permitido efetuar pagamento, nem será criada nova referência bancária.

Caminhada – 12€

Trail Curto – 18€

Trail Longo – 25€

Ultra Trail – 30€

2.3 - Entre o dia 08 e 14 de maio às 23h59, o preço acresce 5€ - Após as 23h59 do dia em questão já não será permitido efetuar pagamento, nem será criada nova referência bancária.

Caminhada – 17€

Trail Curto – 23€

Trail Longo – 30€

Ultra Trail – 35€

2.4 - Desconto de 10% para equipas com 15 ou mais elementos desde que no mínimo metade dos elementos da equipa esteja inscrito nas provas de Trail.

### **3- Devolução do valor de inscrição**

3.1 - A organização reserva-se ao direito de não devolver o dinheiro da inscrição dos atletas já confirmados, mesmo que estes antecipadamente saibam que não vão comparecer no dia do evento.

3.2 - Em caso de doença/lesão, devidamente comprovada com documentação clínica até 10 dias antes da prova, o valor da inscrição transitará para a edição seguinte do Melgaço Alvarinho Trail.

3.3 - Após esta data não haverá direito a qualquer reembolso em caso de desistência.

### **4 - Material incluído com a inscrição**

4.1 - Dorsal.

4.2 - Brindes alusivos ao evento.

4.3 - Abastecimentos durante o percurso.

4.4 - Seguro desportivo, seguro de acidentes pessoais e responsabilidade civil.

4.5 - Chip para controlo de tempos (exceto para a caminhada).

4.6 - Prémio de Finalista para todas as provas de Trail

4.7 - Troféu + Garrafa de Alvarinho para todos os atletas de pódio.

4.8 - Banhos de água quente para todos os Atletas.

4.9 - Sorteio de Produtos Regionais ao cruzar a meta.

4.10 - Reportagem fotográfica.

### **5 - Condições de participação**

5.1 - **Idade para participação das diferentes provas.**

- Ultra Trail 48km, a partir dos 18 anos.

- Trail Longo 26km, a partir dos 18 anos.

- Trail Curto 18km, a partir dos 16 anos, desde que portadores de licença desportiva da ATRP

- Caminhada 11km, aberta a todo público, mas os menores de 14 anos terão que ir acompanhados por um adulto (seio familiar diário) e após preencherem o respetivo termo de responsabilidade.

#### 5.2 - Inscrição regularizada

- Efetuar corretamente a inscrição em: **stopandgo.com.pt**
- Proceder ao pagamento da respetiva taxa de inscrição dentro do prazo.

#### 5.3 - Condições físicas

- Para participar é indispensável estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por Trilhos de Montanha, do desnível positivo/negativo e de se encontrar adequadamente preparado fisicamente e mentalmente.
- De haver adquirido, antes do evento, uma capacidade real de autonomia em Montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de prova, nomeadamente conseguir enfrentar as condições ambientais e climatéricas adversas (calor, vento, nevoeiro, chuva, etc.).
- Saber gerir os problemas físicos e/ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, as pequenas lesões, etc.

#### 5.4 - Ajuda externa

- Não será permitido qualquer ajuda externa fora dos locais definidos pela organização, pelo que o atleta deve estar consciente da sua condição física e gerir os seus problemas que surjam para uma atividade em montanha, de forma segura.

#### 5.5 - Colocação do dorsal

- O número do atleta é pessoal e intransmissível. O Dorsal/Peitoral é de colocação obrigatória à frente, sendo estritamente proibida a sua colocação em mochilas.
- Em caso de desistência, desclassificação ou barramento horário o atleta é obrigado a entregar o dorsal à organização, o qual ser-lhe-á devolvido no final da prova.
- Em caso de perda do Dorsal, ao atleta ser-lhe-á imposto o tempo do último classificado da sua Prova.
- Os Dorsais serão identificados por cores diferentes, dependendo da Prova a realizar. Também terão identificado o Perfil e os Abastecimentos inerentes.
- Não serão admitidas trocas, vendas, cedências ou outras entre atletas, do Dorsal.

#### 5.6 - Regras de conduta desportiva

- O MAT é um evento que promove e privilegia, o Fair-play.
- O comportamento inadequado, como seja, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou física, em todas as provas, será punido com advertência, multa, desqualificação ou expulsão com proibição de inscrição em eventos posteriores.
- O MAT reserva-se o direito de excluir da corrida, mesmo antes do seu início, qualquer participante que, através do seu comportamento, condicione a gestão ou o bom funcionamento do evento.
- Qualquer Atleta que for recriminado ou mesmo expulsado do Evento, devido a má Conduta Desportiva, não será reembolsado.

## A PROVA

### 6- Apresentação

6.1 - O 8º Melgaço Alvarinho Trail / Quintas de Melgaço (MAT) é organizado pela Melsport E.M., com apoio da C.M. de Melgaço, Associação Trail Running de Portugal, Associação de Atletismo de Viana do Castelo, Solopisadas e Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Melgaço. Será realizada no Domingo 21 de Maio de 2023, independentemente das condições climatéricas do dia, desde que a organização entenda que não ofereçam risco aos participantes.

### 7- Percursos

7.1- Todos os percursos decorrem no Concelho de Melgaço, percorrendo várias freguesias do mesmo.

7.2 - Todos os percursos arrancam e terminam no Largo Hermenegildo Solheiro. As provas iniciam a partir das 08h00.

7.3 - O limite de participantes será de 1000.

7.4 - Haverá vários abastecimentos (líquidos e sólidos) durante o percurso em todas as provas, assim como controlos de passagem e horários.

7.5 - O Evento estará composto por quatro Provas.

- **Caminhada** de 11km e 500 metros de Desnível Positivo, grau de dificuldade médio.
- **Trail Curto** de 18 km e 1.117 metros de Desnível Positivo, grau de dificuldade médio.
- **Trail Longo** de 26 km e 1.682 metros de Desnível Positivo, grau de dificuldade médio.
- **Ultra Trail** de 48 km e 2.585 metros de Desnível Positivo, grau de dificuldade médio.

7.6 - As distâncias correspondem a um valor aproximado, poderão não coincidir com todos os GPS.

**7.7 - Se a organização o entender e a segurança dos participantes o justificar, poderão ser alterados os percursos previamente estabelecidos para as quatro provas.**

## **8- Secretariado**

8.1 - O secretariado (entrega de dorsais) funcionará nas Piscinas Municipais de Melgaço.

8.2 - Sábado dia 20, das 14h00 às 21h00.

8.3 - Domingo dia 21, das 06h30 da manhã até às 08h30, encerrando meia hora antes da partida de cada prova.

8.4 - Ao levantar o dorsal será necessário apresentar um documento que identifique o titular do dorsal, **imperativo legal**.

8.5 - Levantamento múltiplo de dorsais (individuais/equipas) – necessário fazer-se acompanhar de listagem com os números do C.C. (ou numero de outro documento utilizado no ato da inscrição), para poder recolher os dorsais, sendo que o responsável pelo levantamento deverá assinar o respetivo termo de responsabilidade, ficando associada a sua identificação. Assim tentamos evitar trocas, má-fé e até brincadeiras de alguns participantes.

8.6 - Também há a possibilidade de levantar todos os dorsais de uma Equipa, para isso os interessados devem enviar um email a organização ([info@melgacoalvarinhotrail.com](mailto:info@melgacoalvarinhotrail.com)) a fazer esse pedido.

## **9 - Horários**

### **Sábado dia 20 de maio 2023**

9.1 - 14h00 – Abertura do secretariado (entrega de dorsais)

9.2 - 21h00 – Encerramento do secretariado

### **Domingo dia 21 de maio 2023**

9.3 - 06h30 – Abertura do secretariado (entrega de dorsais)

9.4 - 08h30 – Encerramento do secretariado

9.5 - 07h40m - Abertura Controlo Zero Trail Ultra

9.6 - 08h00m - Partida do Trail Ultra

9.7 - 08h15m - Abertura Controlo Zero Trail Longo

9.8 - 08h30 - Partida Trail Longo

9.9 - 08h45 - Abertura Controlo Zero Trail Curto

9.10 - 09h00 - Partida Trail Curto

9.11 - 09h05 - Chamada para a Caminhada

9.12 - 09h15 - Partida Caminhada

9.13 - 10h30m - Hora prevista de chegada do primeiro atleta do Trail Curto

9.14 - 11h00m - Hora prevista de chegada do primeiro atleta do Trail Longo

9.15 - 13h00m - Hora prevista de chegada do primeiro atleta do Trail Ultra

9.16 - 14h30m - Cerimónia protocolar de entrega de prémios (Trail Curto e Trail Longo)

9.17 - 16h00m - Cerimónia protocolar de entrega de prémios (Trail Ultra)

9.18 - 17h00m - Encerramento do evento

9.19 - O horário é o de Portugal Continental, uma hora mais em Espanha

9.20 - **Os horários apresentados são estimados pela organização face ao decorrer da prova, podendo ser alterados durante o evento se assim se justificar.**

## 10- Barreira Horária

10.1 - As barreiras horárias são calculadas para permitir aos participantes alcançar a linha de meta no tempo limite imposto, contabilizando já as possíveis paragens (descanso, abastecimentos, etc.).

10.2 - Para evitar passar em zonas mais sensíveis do ponto de vista da segurança, na prova do Trail Longo e na Ultra Trail, são estabelecidos os seguintes tempos máximos de passagem.

10.3 - **Trail Ultra – a informar em momento oportuno nos canais de comunicação da prova**

10.4 - **Trail Longo - a informar em momento oportuno nos canais de comunicação da prova**

10.5 - Para continuar em prova, os atletas devem sair do posto de controlo antes do seu encerramento. Caso contrário, só poderão continuar se entregarem o dorsal e o chip à organização, prosseguindo à sua própria responsabilidade em completa autonomia.

10.6 - As distâncias (aproximadas) indicadas poderão não corresponder ao GPS de cada atleta, pelo que só os dados da organização, serão validos para o tempo da passagem no posto de controlo.

10.7 - Trail Curto e Caminhada não terão barreiras horárias

## 11- Controlo de tempos

11.1 - Chip integrado no dorsal.

11.2 - O dorsal/peitoral é de **colocação obrigatória à frente.**



10.3 - Haverá mais alguns controlos intermédios para que as provas decorram da forma mais íntegra possível.

10.4 - Ao longo do percurso existirão postos de controlo que poderão coincidir com os abastecimentos. Os atletas terão que parar a fim de ser registado o controlo no seu dorsal. Os atletas devem respeitar a ordem de chegada ao controlo.

## 12- Abastecimentos

12.1 - Cada atleta, ao deixar cada posto de abastecimento, é responsável por ter a quantidade de bebida e comida necessária para alcançar o próximo abastecimento.

12.2 - Os líquidos não se servirão nem em garrafas, nem em copos, cada Atleta terá de levar consigo algum recipiente para poder abastecer (eco responsabilidade).

12.3 - **Abastecimentos - a informar em momento oportuno nos canais de comunicação da prova**

12.4 - Abastecimento na Meta para todos os participantes.

12.5 - Os abastecimentos serão compostos por alimentos líquidos e sólidos

12.6 - Dependendo das condições atmosféricas poderá haver mais abastecimentos nos locais apropriados.

## 13- Material Recomendado e obrigatório

13.1 - Mochila tipo CamelBak ou Cinto com recipiente, com capacidade mínima recomendada de 1 litro.

13.2 - Alimentação adicional suficiente para ser utilizada entre os abastecimentos, caso seja necessário.

13.3 - Manta de sobrevivência **(obrigatório) – Ultra Trail e Trail Longo.**

13.4 - Apito **(obrigatório)**

13.5 - Telemóvel operativo com carga e saldo **(obrigatório).**

13.6 - Roupa extra de prevenção para as condições meteorológicas (corta vento, chapéu ou boné, etc).

13.7 - A prova do Trail Longo atinge os 900 metros de altitude, a prova do Ultra Trail supera os 1.200 metros de altitude, em montanha e a estas altitudes, as condições atmosféricas podem-se alterar rapidamente, aconselha-se aos Atletas ter em conta estas indicações.

## 14- Passagem de locais com tráfego rodoviário

14.1 - Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com 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.

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

## 15- Penalizações/Desclassificações

15.1 - Não cumpra o regulamento.

15.2 - Não complete a totalidade do percurso – mínimo 20 min.

15.3 - Não tenha os controlos obrigatórios nem o respetivo material obrigatório – 20 min cada item/controlo.

15.4 - Deteriore ou suje os meios por onde passe – 20 min por infração.

15.5 - Não leve o dorsal visível – primeiro, repreensão, caso não cumpra 20 min.

15.6 - Ignore as indicações da organização – **desqualificação**.

15.7 - Tenha alguma conduta antidesportiva ou de má educação, com a organização, atletas ou público em geral – **desqualificação**.

15.8 - Falsificar os dados fornecidos a inscrição – **desqualificação**.

15.9 - Modificar ou eliminar as marcações colocadas pela organização a fim de dificultar os demais atletas – **desqualificação**.

15.10 - Destruir ou alterar propositadamente qualquer elemento natural (muros, plantações, sinalética, marcações, etc.) ao longo do percurso – **desqualificação**.

## 16- Abandonos

16.1 - Se tiver que abandonar por qualquer motivo tente chegar ao reforço mais próximo, a organização dispõe de transporte para o levar a meta.

16.2 - Se estiver lesionado e não consiga chegar ao próximo reforço, tem um número de telefone de emergência no dorsal para entrar em contacto com a organização, que irá com profissionais ao seu encontro. **Deve mencionar o número do quilómetro em que se encontra (caso tenha GPS) ou o número da última marca quilométrica.**

## 17- Marcações

17.1 - Os Percursos serão marcados com fita cor de rosa com logótipo personalizado.

17.2 - Placas e estacas com o logótipo do MAT (Melgaço Alvarinho Trail).

17.3 - Marcas no pavimento ou outros suportes apropriados.

17.4 - A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo os atletas respeitá-lo ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos.

## 18- Responsabilidades dos Participantes

18.1 - Os atletas inscritos no MAT aceitam participar voluntariamente e sob sua própria responsabilidade na competição. Por conseguinte concordam em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e outros participantes qualquer responsabilidade com os mesmos, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes.

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

18.3 - Os participantes serão responsáveis de todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais ou de saúde a si mesmos e/ou a terceiros.

## **19- Seguro desportivo**

19.1 - A organização contratualiza os seguros obrigatórios, conforme o Decreto-Lei n.º 10/2009 de 12 de Janeiro, para este tipo de prova, estando o seu prémio incluído no valor da inscrição. Mais perto do evento a organização dará nota da respetiva apólice contratualizada.

19.2 - Mas aconselha-se que cada participante tenha algum Seguro Desportivo Pessoal (privado).

## **20- Banhos**

20.1 - Os balneários estarão disponíveis nas Piscinas Municipais de Melgaço.

## **21 - Semi-autonomia**

21.1 - Semi-autonomia é definida como a capacidade de ser autónomo entre dois postos de abastecimento, não somente na comida e hidratação, mas também no vestuário e segurança, sendo capaz de se adaptar particularmente a situações adversas (mau tempo, problemas físicos, etc.). Os participantes devem possuir capacidade de semi-autonomia.

## **22- Alteração do Percurso, cancelamento da Prova**

22.1 - A organização reserva-se o direito de alterar, reduzir ou suspender a qualquer momento o percurso, as barreiras horárias e a posição dos postos de controlo/abastecimentos, sem aviso prévio assim como neutralizar ou parar a prova. No caso de condições climatéricas fortemente adversas, a partida pode ser adiada no máximo duas horas, após as quais, se as mesmas não melhorarem, a prova é cancelada.

## **23- Conselhos**

23.1 - Os participantes devem estar devidamente preparados com, pelo menos, meia hora de antecedência, devidamente equipados e aptos a participar na corrida. A organização não atrasará as partidas por atrasos dos atletas, pelo que poderão iniciar a prova com o atraso que existir.

23.2 - Devido às características tão especiais da prova, é recomendável a utilização de calçado e roupa adequada.

23.3 - É imprescindível beber nos abastecimentos e alimentar-se convenientemente, de forma a garantir adequada integridade física e psicológica durante todo o percurso.

## **24 - Ajuda Externa**

24.1 - Não será permitido qualquer ajuda externa fora dos locais definidos pela organização, pelo que o atleta deve estar consciente da sua condição física e gerir os seus problemas que surjam para uma atividade em montanha, de forma segura. A organização define como área específica para o auxílio ao atleta por parte de acompanhantes ou elementos da equipa a zona de saída dos abastecimentos, devendo estes, posicionarem-se de forma a não prejudicar o normal desenrolar da prova.

24.2 - Só nesta zona é que é permitida a ajuda externa.

# **CATEGORIAS E PRÉMIOS**

## **25 - Prémios**

25.1 - A entrega de prémios terá lugar no dia da prova no horário previsto das 14.30 horas e das 16 horas para o Ultra Trail.

25.2 - É obrigatória a presença (ou representante) dos premiados na cerimónia de entrega de prémios, a organização não enviara troféus ou prémios, por correio postal ou outro meio de distribuição.

25.3 - Serão premiados todos os atletas que terminem as respetivas provas e ainda os 3 primeiros de cada categoria, Masculino/Feminino, na modalidade de Trail.

25.4 - Todos os atletas que terminarem as provas de trail terão direito a um prémio de finalista.

25.5 - Para o Trail Curto, Trail Longo, e Trail Ultra haverá Prémios para os três primeiros atletas, por categoria e por sexo.

25.6 - Haverá também prémios para as três melhores Equipas de cada prova de Trail, contabilizando os três primeiros atletas da mesma equipa a entrar na meta, independentemente do sexo ou categoria.

25.7 - Os premiados de pódio recebem um troféu e uma garrafa de Alvarinho.

## **26 - CATEGORIAS**

26.1 - **Provas de Trail Ultra, Trail Longo e Trail Curto (SPRINT) – Campeonatos**

### **Nacionais 2023 ATRP (categorias)**

- 26.2 - Geral Masculino/Feminino.
- 26.3 - Juvenil Masculino/feminino 16 a 17 anos (até 15 km).
- 26.4 - Júnior Masculino/Feminino 18 a 19 anos (até 25 km).
- 26.5 - Sub 23 Masculino/Feminino – 19 anos a 22 anos.
- 26.6 - Sénior Masculino/Feminino – 23 anos a 34 anos.
- 26.7 - Master 35 Masculino/Feminino – 35 anos a 39 anos.
- 26.8 - Master 40 Masculino/Feminino – 40 anos a 44 anos.
- 26.9 - Master 45 Masculino/Feminino – 45 anos a 49 anos.
- 26.10 - Master 50 Masculino/Feminino – 50 anos a 54 anos.
- 26.11 - Master 55 Masculino/Feminino – 55 anos a 59 anos.
- 26.12 - Master 60 Masculino/Feminino – 60 anos a 64 anos.
- 26.13 - Master 65 Masculino/Feminino – 65 anos a 69 anos.
- 26.14 - Master 70 Masculino/Feminino – Mais de 70 anos.

### **27 - Prazos de Reclamação**

27.1 - Toda e qualquer reclamação deve ser colocada por escrito e remetida à organização, acompanhada de uma caução de 50.00€ (não reembolsável caso a reclamação seja indeferida) até duas horas após a chegada do participante em questão. Na reclamação deve constar o nome do reclamante, nº do dorsal e os motivos alegados.

27.2 - O Júri pronunciar-se-á antes da afixação dos resultados oficiais.

## **COMUNICAÇÃO**

Considera-se o meio oficial de comunicação e informação do MAT, o site <http://www.melsport.pt> e a pagina oficial do evento no **Facebook**. O atleta deve consultar periodicamente o site para se manter informado acerca de novidades ou possíveis alterações das provas e do respetivo regulamento, bem como para consultar ou confirmar inscrições.

## **DIREITOS DE IMAGEM**

A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do MAT e

de audiovisuais fotográficos e jornalísticos do evento. Qualquer projeto ou suportes publicitários produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da organização.

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, 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.

## **PROTEÇÃO DE DADOS**

Os dados dos atletas indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos exclusivos de processamento no evento, sendo publicados nomeadamente na lista de inscritos, notícias diversas e classificação. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um email para [info@melgacoalvarinhotrail.com](mailto:info@melgacoalvarinhotrail.com)

## **PROTEÇÃO AMBIENTAL**

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.