



“3º TRAIL DE FICALHO 2023”

Organização: Ficalho DC - Clube dos Trilhos, Associação sem fins lucrativos, NIF 516991361

Data do evento: 05 de novembro de 2023

Local: Concelho de Serpa

Percurso da prova: Vila Verde de Ficalho – Vila Verde de Ficalho

Âmbito: Prova Pedestre de Montanha

Programa

30 de setembro - Data limite para inscrições a preço reduzido

16 de outubro - Data limite para inscrições e respectivo pagamento no site da Prova

Sábado, 04 de novembro de 2023

14h00/18h00 - Abertura do Secretariado - Praça Conde de Ficalho

Domingo, 05 de novembro de 2023

06h30 - Abertura do Secretariado - Praça Conde de Ficalho

08h30 - Partida do Trail Longo

08h45 - Partida do Trail Curto

09h00 - Partida da Caminhada

12h30 - Cerimónia de entrega de prémios (CMS e JFVVF)

13h30 - Previsão para a chegada do último atleta

Documentos a apresentar no Check-In

- No Check-In os participantes devem apresentar os seguintes documentos:
- BI / C.C. ou Passaporte.
- Termo de responsabilidade (preenchido e assinado pelo próprio).
- todos os participantes devem estar na zona de partida 5 minutos antes da hora de saída.

REGULAMENTO

1. Apresentação

O “3º Trail de Ficalho – Vila Verde de Ficalho” é composto por 3 provas, a Caminhada 10km, Trail Curto – TC, 15km +600, Trail Longo TL - 25km +800.

O “3º Trail de Ficalho” decorre na Freguesia de Vila Verde de Ficalho, tem por objetivo ser uma prova acessível a todos os participantes. Todas as provas serão circulares com partida e chegada na Praça Conde de Ficalho.

1.1. Idade mínima de participação nas diferentes provas

A idade mínima de participação é 16 anos na Caminhada e Trail Curto, e 18 anos no Trail Longo.

2. Provas

2.1. Apresentação do percurso

O “3º Trail de Ficalho” é composto por 3 provas:

- a **Caminhada** com início na Praça Conde de Ficalho.
- o **TC** com início na Praça Conde de Ficalho.
- o **TL** com início na Praça Conde de Ficalho.

2.2. Distância (categorização por distância) / altimetria (desnível positivo e negativo acumulados) / categorização de dificuldade / tempos máximos

Provas	Dist. (km)	Desn. + (m)	Tempo limite (h)	Categorização (TC/TL/TU)	Pontuável
Caminhada	10km	500 D+	4h00	-	-
TC	15km	600 D+	4h00	TC	Sim
TL	25km	800 D+	5h00	TL	Sim

Os ficheiros gpx disponibilizados pela organização podem apresentar valores de distância e desnível díspares, consoante o equipamento/software e ajustamentos operados pelo utilizador).

2.3. Mapa/ Perfil altimétrico/ descrição percurso **Aconselhamos a consulta do Track GPS no site da Prova.**

<https://www.ficalhodc.com/trail-de-ficalho/>

3. Inscrições

A inscrição no evento pressupõe a aceitação de todas as regras estabelecidas pela organização, em regulamento e em outras indicações adicionais fornecidas até à sua integral realização.

Serão consideradas válidas as inscrições efetivamente pagas.

3.1. Processo inscrição (pagina web, pagamento)

As inscrições deverão ser efetuadas on-line, mediante o preenchimento de um formulário, no site do evento:

acorrer.pt até dia 16 de Outubro de 2023, podendo encerrar antes se atingir o limite de inscrições. O meio de pagamento disponível é o fornecido pela empresa acorrer.pt.

Não é necessário o envio do comprovativo de pagamento.

3.2. Valores e períodos de inscrição

O período de inscrições decorre até ao dia 16 de Outubro de 2023 ou até esgotar as 200 vagas definidas como limite pela organização em cada percurso. **As inscrições têm uma taxa de 10€ na Caminhada, 12€ no TC e 14€ no TL, até 30 de setembro, após esta data os preços passam a 12€, 14€ e 16€.**

O valor da inscrição inclui t-shirt alusiva ao evento, medalha de participação, abastecimentos e lanche na meta.

3.3. Alteração de prova, cedência de inscrição e condições de devolução do valor de inscrição

- O reembolso pode ser solicitado quando um participante tiver um impedimento para fazer a prova, desde que esse impedimento esteja associado a um acidente ou a uma doença diagnosticada já após o registo na prova.

- O cancelamento deve ser solicitado por e-mail para: traildeficalho@gmail.com.

A este pedido terá de ser anexado o atestado médico e o comprovativo de pagamento.

- Não serão aceites cancelamentos por telefone.

- Os montantes reembolsados aos participantes que reúnam as condições acima mencionadas, irão variar de acordo com a data em que solicitar o reembolso e com os custos que a organização já suportou até ao momento.

- Se o evento for cancelado por razões alheias à vontade da organização, até à data-limite das inscrições, haverá direito a reembolso numa determinada percentagem calculada pela organização, que permita cobrir os gastos até então assumidos com o evento.

3.4. Materiais e serviços incluídos com a inscrição

- O valor da inscrição inclui:

- Seguro de responsabilidade civil e acidentes pessoais.
- Transporte para a chegada, em caso de abandonar a prova ou ser impedido pela organização de continuar em prova.
- Peitoral
- Abastecimentos (sólido e líquido)
- Lembrança oficial do evento: T-shirt técnica
- Lanche na meta
- O pagamento da taxa de inscrição implica uma reserva de lugar aos primeiros 200

inscritos.

3.5. Serviços disponibilizados

Aos desistentes é disponibilizado transporte de regresso ao ponto de partida.

3.6. Condições físicas dos atletas

- Os participantes devem estar conscientes da distância e das particularidades da prova e estarem minimamente treinados/preparados para tal.

- Terem adquirido, antes da prova, uma real capacidade de autossuficiência, que permita a gestão dos problemas inerentes a este tipo de prova, nomeadamente em condições climatéricas adversas (vento, frio, chuva).

- Durante a prova, os atletas podem efetuar ultrapassagens, desde que a mesma não coloque em risco a sua integridade e a dos seus concorrentes. Os atletas ultrapassados devem facilitar a manobra de ultrapassagem, encostando-se o máximo ou parando, caso seja necessário.

- Os participantes terão de saber enfrentar problemas físicos e mentais resultantes de fadiga extrema, problemas digestivos, articulares e dores musculares, etc.

- Ter a consciência de que não é papel da organização ajudar um participante a ultrapassar estes problemas e que tal depende principalmente da sua capacidade em adaptar-se às situações problemáticas decorrentes deste tipo de evento.

- Esta prova é de participação individual, não é permitido fazer-se acompanhar de animais.

- O participante deverá, assim, preencher o Termo de Responsabilidade para ser entregue aquando do Check-In ou enviado antecipadamente para ao mail traildeficalho@gmail.com.

Este documento poderá ser descarregado no site do evento acorrer.pt.

3.7. Ajuda externa / Assistência pessoal

A assistência externa / pessoal é apenas possível nos postos de abastecimento e controlo.

3.8. Colocação do peitoral

O Peitoral terá de ser colocado de forma visível na zona do peito/cintura do atleta. O uso do peitoral é obrigatório. Na ausência deste, a pessoa que dá as partidas poderá

impedir o atleta de sair. **Todos os chips entregues aos participantes devem ser devolvidos no final da prova. Não disponibilizamos alfinetes de dama!**

3.9. Regras de conduta desportiva

O “3º Trail de Ficalho” é realizado em absoluto respeito pela natureza e um grande sentido de fair-play. É fundamental que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo ou grande dificuldade, alertando o posto de controlo mais perto, ou preferencialmente contactando o número de emergência facultado pela organização. A organização reserva-se no direito de excluir mesmo antes das provas qualquer participante que exerça comportamento de desrespeito e de alguma forma condicione o normal exercício do evento.

3.10. Responsabilidades perante o atleta / atleta

Os participantes do “3º Trail de Ficalho” aceitam participar na competição voluntariamente e sob a sua própria responsabilidade. Por conseguinte concordam em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e outros participantes qualquer responsabilidade com os mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes.

4. Programa / Horário

Domingo, 5 de novembro de 2023

06h30 - Abertura do Secretariado

08h15 – Concentração dos atletas do **TL** na zona de partida (25 km)

08h30 - Partida da prova **TL** (25km) – Praça Conde de Ficalho

08h45 – Concentração dos atletas do **TC** na zona de partida (17 km)

09h00 - Partida da prova **TC** (17km) – Praça Conde de Ficalho

09h05 – Concentração dos atletas do **Caminhada** na zona de partida

09h15 - Partida da prova **Caminhada** – Praça Conde de Ficalho

12h30 – Cerimónia de Entrega no local de chegada (Junto à Junta de Freguesia de Vila Verde de Ficalho)

5. Controlo de tempos / Abastecimentos

5.1. Metodologia do controlo de tempos

Será utilizado um sistema de cronometragem informatizado. Os atletas recebem junto com o seu peitoral um chip que não pode ser removido. A ausência do Chip de cronometragem implica na desclassificação do atleta. Na partida, posto de controlo e chegada, o atleta tem de passar por cima do “tapete” de cronometragem. Um sinal sonoro indica o registo do tempo.

5.2. Postos de controlo

- Os postos de controlo são pontos obrigatórios de passagem e estão localizados em locais delineados pela organização. Em cada um destes controlos estará um responsável da organização.

5.3. Locais dos abastecimentos

A prova TL terá 2 abastecimentos de sólidos e líquidos, a TC terá 1 abastecimento de sólidos e líquidos. A localização dos mesmos pode ser encontrada no mapa de prova.

6. Material obrigatório/recomendado e verificações de material

Material obrigatório (a ser transportado pelo participante durante toda a prova)

Material	Todas as provas
Mochila ou similar com mínimo de 500ml de capacidade de líquidos	x
Barra energética ou gel energético	recomendado
Telemóvel	x
Corta-vento ou impermeável	recomendado
Apito	recomendado
Manta Térmica	recomendado

- Por questões de segurança, é recomendável aos participantes que façam a verificação do seu material, no intuito de se certificar que está em perfeitas condições para a realização da prova.

7. Penalizações / desclassificações

A direção da prova e os comissários existentes nos controlos são responsáveis pela aplicação das regras e regulamento que regem a prova e por isso estão autorizados a aplicar penalizações e desclassificações. Realçamos novamente a importância do material obrigatório.

Será motivo de desclassificação se o participante:

- a) Chegar para além do tempo limite para a execução da prova;
- b) Provocar danos em áreas privadas ou ajardinadas;
- c) Desrespeitar as normas gerais de proteção da floresta;
- d) Atirar lixo para o chão;
- e) Infringir outras regras estabelecidas pela organização.
- f) Não responder às indicações dos comissários e colaboradores (GNR, ICNF, etc.);
- g) Não ajudar um participante que esteja necessitando de ajuda;
- h) Que solicite ajuda sem necessite;
- i) Desrespeitar Voluntários e/ou elemento da Organização;
- j) Atalhar no percurso.

8. Seguro desportivo

- A inscrição na Prova inclui Seguro de Acidentes Pessoais da Actividade.

8.1 – Coberturas, Capitais Seguros e Franquias, por Pessoa Segura

- O organizador subscreve um seguro de responsabilidade civil e de acidentes pessoais durante a vigência do evento. Este seguro garante a cobertura das suas responsabilidades, e dos seus colaboradores e participantes.

- Em caso de acidente, o participante deverá, em primeiro lugar, contatar a organização, a qual providenciará o seu encaminhamento para a instituição médica mais adequada ao seu estado de saúde, juntamente com uma cópia da respetiva participação de sinistro. Por vezes e, dada a urgência / gravidade de alguns acidentes, torna-se impossível diligenciar o preenchimento da participação no ato do sinistro. Nestas circunstâncias, a participação do sinistro poderá ser tratada após concluídos os primeiros socorros ao participante.

- A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

Os participantes nesta prova estão cobertos por um seguro de acidentes pessoais.

9. Categorias e Prémios

9.1. Definição da data, local e hora da entrega dos prémios

A entrega de prémios vai decorrer junto à Junta de Freguesia de Ficalho, conforme programa horário.

9.2. Classificações e Prémios

- Somente os participantes que controlarem todos os postos de controlo (CP`S) e cortarem a linha de meta dentro do tempo estipulado, serão classificados (FINISHERS).

- Prémios a nível individual, prémio para os três primeiros classificados da geral individual, masculinos e femininos.

- Prémios para as 3 primeiras equipas do TC e TL.

- É obrigatória a presença dos premiados na cerimónia de entrega de prémios.

A organização não enviará troféus nem quaisquer outros elementos por correio postal ou outro meio de distribuição.

9.3. Definição das categorias etárias/género individuais e equipas

- As categorias etárias serão definidas do seguinte modo:

Femininas

- F Juvenis (idade entre os 16 e os 17 anos)
- F Juniores (idade entre os 18 e os 19 anos)
- F Sub 23 (idade entre os 20 e os 22 anos)
- F Seniores (idade entre os 23 e os 39 anos)
- F40 (idade entre os 40 e os 44 anos)
- F45 (idade entre os 45 e os 49 anos)
- F50 (idade entre os 50 e os 54 anos)
- F55 (idade entre os 55 e os 59 anos)
- F60 (mais de 60 anos)

Masculinos

- M Juvenis (idade entre os 16 e os 17 anos)
- M Juniores (idade entre os 18 e os 19 anos)
- M Sub 23 (idade entre os 20 e os 22 anos)
- M Seniores (idade entre os 23 e os 39 anos)
- M40 (idade entre os 40 e os 44 anos)
- M45 (idade entre os 45 e os 49 anos)
- M50 (idade entre os 50 e os 54 anos)
- M55 (idade entre os 55 e os 59 anos)
- M60 (mais de 60 anos)

- As idades indicadas no ponto anterior referem-se ao dia da realização da competição;
- Os concorrentes obrigam-se a participar no escalão correspondente à sua idade no dia da realização da competição;

- Para obter classificação coletiva, as equipas terão de ser formadas por 4 elementos.

9.4. Resultados:

Os resultados oficiais estarão disponíveis no site do Oficial da Prova, acorrer.pt.

9.5. Prazo para reclamação de classificações

- Toda e qualquer reclamação deve ser colocada por escrito e remetida ao diretor da prova, acompanhada de uma caução de 30€ (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, n.º BI/CC ou passaporte, nome do(s) participante(s) afetados, n.º do peitoral e motivos alegados. As classificações provisórias também podem ser alvo de reclamação, até 30 minutos após a sua publicação.

- O júri, que analisará a reclamação, é composto pelo diretor da prova, que preside, pelo presidente ou vice-presidente do clube organizador e por uma personalidade de reconhecido mérito na área do Trail. O júri pronunciar-se-á antes da afixação dos resultados oficiais.

- As decisões tomadas pelo júri são soberanas e não são objeto de apelo.

9.5.1. – Constituição do Júri

O Júri de Apelo será constituído pelo Diretor de Prova, um juiz de Atletismo e ainda por um atleta conceituado.

10. Notas e alterações

10.1 Direitos de Imagem e Publicidade

- A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do “3º Trail de Ficalho” e de audiovisuais fotográficos e jornalísticos do evento. Qualquer projeto ou suportes publicitários produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da organização.

- É obrigatório o uso do material publicitário fornecido pela organização, (peitoral, autocolantes, etc.). Modificar, dobrar ou ocultar o material publicitário será alvo de penalização.

10.2 Proteção de Dados

Os dados dos participantes 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 e-mail para traildeficalho@gmail.com.

10.3 Modificações

Estas regras podem ser editadas, alteradas ou melhoradas a qualquer momento pela entidade organizadora, sem aviso prévio. O facto de realizar a sua inscrição implica a aceitação do presente regulamento.

10.4 Outros

Em caso de Estado de Calamidade/Emergência, a Prova poderá sofrer alterações, estando previstas medidas de contenção (se a situação assim o exigir), tais como: com partidas faseadas em grupos e mudança do local de partida para o Campo de Futebol de Vila Verde de Ficalho, garantindo assim um maior afastamento entre os participantes, organização e visitantes; nesta situação os balneários poderão estar encerrados.

O plano do Trail será revisto e aprovado pelo Delegado de Saúde, e de com as recomendações da DGS.

APOIOS:

Camara Municipal de Serpa
Junta de Freguesia de Vila Verde de Ficalho

Versão 25/05/2023