

# ALUT

ALGARVIANA  
ULTRA TRAIL

v.1.2023

Powered by:

**ATR** / ALGARVE  
TRAIL RUNNING

## REGULAMENTO

### 1. APRESENTAÇÃO DO EVENTO

O ALUT – ALGARVIANA ULTRA TRAIL – é um evento lúdico/desportivo pedestre, em natureza, desenvolvendo-se quase na sua totalidade na VIA ALGARVIANA. A sua 6ª edição, decorre entre os dias 30 DE NOVEMBRO E 3 DE DEZEMBRO DE 2023. A prova terá início no dia 30 de Novembro, no cais de Alcoutim, às 14h00, tanto para os atletas a solo como por estafetas. O ALUT é organizado pela ATR – ASSOCIAÇÃO ALGARVE TRAIL RUNNING em parceria com a RTA – REGIÃO DE TURISMO DO ALGARVE, com a ANA – AEROPORTOS DE PORTUGAL e com a parceria institucional da ALMARGEM – ASSOCIAÇÃO DE DEFESA DO PATRIMÓNIO CULTURAL E AMBIENTAL DO ALGARVE, entidade gestora da Via Algarviana, e de todos os municípios atravessados pelo percurso. Poderá saber mais sobre a Via Algarviana em: [www.viaalgarviana.org](http://www.viaalgarviana.org). Poderá também contribuir para a manutenção desta via, através de donativo à sua entidade gestora, a Associação Almargem. Para tal, siga as instruções em: [www.viaalgarviana.org](http://www.viaalgarviana.org) ou no formulário de inscrição.

### 2. INSCRIÇÃO

#### 2.1. Modalidades de Participação

É possível a participação nas modalidades:

- solo;
- ou
- estafetas de quatro (4) elementos.

Por estafetas, a participação faz-se em equipas, que podem ser masculinas, femininas ou mistas, constituídas obrigatoriamente por 4 elementos. Seguindo as seguintes normas:

- Os atletas partem à mesma hora que os atletas a solo;
- Os atletas chegam à base da transição e regista-se o tempo do segmento;
- Os atletas de estafetas do seguinte segmento, partem todos juntos, em hora indicada no ponto 3.5;
- Ganha a equipa que fizer menos tempo acumulado;
- Todos os segmentos terão pontuação ITRA.

As equipas inscritas têm que providenciar o seu próprio transporte entre as bases de vida para os seus elementos. A organização não se responsabiliza por este transporte. Durante a prova, apenas pode estar um elemento em competição.

Todas as regras que se impõem aos atletas a solo aplicam-se também aos atletas por estafetas. A desistência de um elemento durante um segmento não impede que os restantes participantes continuem em prova. No entanto, não serão classificados nem terão prémios de finalista.

## **2.2. Condições de inscrição**

Para efetuar a inscrição a solo é obrigatório que o atleta tenha completado pelo menos uma corrida que atribua 4 pontos ITRA, entre Janeiro de 2021 e Junho de 2023. É recomendado ter um índice de performance do ITRA mínimo de 400, para garantir que termina a prova dentro dos tempos limites.

Para efetuar a inscrição em estafetas, é obrigatório que todos, e cada um dos seus elementos tenham completado pelo menos uma corrida que atribua 3 pontos ITRA, entre Janeiro de 2021 e Junho de 2023.

Os critérios de pontuação e a listagem de corridas classificativas podem ser consultados no sítio do ITRA em: <https://itra.run>

Além da distância (305Km), os participantes poderão de enfrentar outras dificuldades, tais como: as condições meteorológicas (grandes amplitudes térmicas, chuva, vento, etc.), privação de sono, navegação e orientação, entre outras resultantes do tipo de evento extremo que é o ALUT.

A organização disponibilizará todos os meios de segurança e apoio. No entanto, o participante deverá ter a consciência que a função da organização não é apoiar os atletas na superação dos normais problemas e desafios que podem ocorrer numa prova com as características do ALUT. A segurança, começa sempre no atleta e nas medidas de autoproteção que o mesmo adote.

O atleta deverá contar com a sua capacidade de superação a quaisquer obstáculos que possam surgir, bem como da sua capacidade física e psíquica, garantindo sempre a sua própria segurança e bem-estar.

## **2.3. Períodos de inscrição e valores**

As inscrições abrem dia 14 de março de 2023 e terminam dia 12 de novembro de 2023, ou quando atingido o número máximo de 140 participantes, estando 100 inscrições reservadas para participantes a solo e as restantes para estafetas, podendo o limite do número de inscritos ser aumentado, para garantir compromissos com parceiros/apoios do evento.

As inscrições serão efetuadas em ligação indicada no site [www.alut.pt](http://www.alut.pt). A veracidade dos dados fornecidos é da exclusiva responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de seguro.

O valor da inscrição é o seguinte:

	1ª fase 14-03 a 30-06	2ª fase 01-07 a 30-09	3ª fase 01-10 a 12-11
Solo	300,00 €	350,00 €	400,00 €
Estafeta (quadras)	675,00 €	725,00 €	775,00 €

Para que a inscrição seja validada, o pagamento deverá ser efetuado num prazo máximo de 15 dias a contar da data de inscrição. Para usufruir do valor de cada uma das fases, o pagamento da inscrição terá de ser efetuado até à data limite da mesma.

A inscrição na primeira fase poderá ser paga de forma faseada. Para tal, deverá contactar a organização ([info@alut.pt](mailto:info@alut.pt)) para agendar a forma de pagamento.

Nos pagamentos faseados, a primeira prestação será sempre de 50€, liquidados nos termos indicados.

Após o processamento e validação do pagamento, será enviado um e-mail de confirmação ao participante, sendo este incluído na lista de atletas.

Todo o processo de inscrição e verificação, é efetuado de forma manual pelo que poderá não ser imediato.

Salvo nos casos, em que a prova venha a ser anulada por motivos imputáveis à organização, não haverá direito a devoluções dos valores das inscrições.

#### 2.4. O valor de inscrição inclui

- Transfer desde Faro para Alcoutim no dia 30/11/2023, em hora a divulgar no guia do atleta (desde que solicitado no momento da inscrição);
- Kit de Atleta;
- Assistência e abastecimento de líquidos e sólidos, em todas as bases de vida;
- Serviço de assistência e socorro ao longo da prova;
- Transfer desde Sagres para Faro no dia 3/12/2023, em hora a divulgar no guia do atleta (desde que solicitado no momento da inscrição);
- Prémio de finisher;
- Camisola alusiva ao evento;

- Seguro de acidentes pessoais e responsabilidade civil;
- Massagem e serviço de enfermagem, em algumas bases de apoio;
- Outras ofertas angariadas junto a parceiros;
- Piso duro em Sagres/Vila do Bispo, a partir da abertura da meta/base de vida.

## 2.5. Alterações dos dados de inscrição/cancelamento

Não são permitidas alterações aos dados dos participantes após o dia 1 de novembro de 2023. Em caso de desistência, por parte do atleta, será possível um reembolso, retirando uma taxa administrativa de 25€, e considerando as seguintes penalizações:

Desistências/cancelamento	Percentagem devolvida
Até 30 de Julho	100%
Até 30 de Setembro	50%
Até 1 de Novembro	25%

## 2.6. Certificado médico / termo de responsabilidade

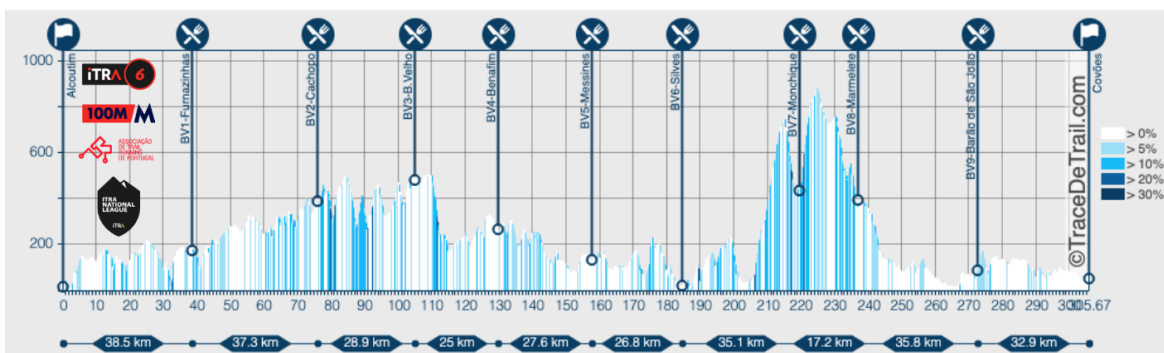
Cada atleta deverá entregar, até dia 15 de novembro de 2023, um certificado médico válido no seu país de residência, declarando aptidão para a prática de desportos de ultra endurance, juntamente com uma declaração de exoneração de responsabilidade, que poderá ser retirada do site [www.alut.pt](http://www.alut.pt), bem como o comprovativo de participação de uma prova nos termos estabelecidos no ponto 2.2.

Sem estes documentos não será permitido ao atleta participar no evento.

## 3. A PROVA

### 3.1. Percurso

A extensão total do percurso é de aproximadamente 305 km e o prazo limite para conclusão da prova é de 72 horas. Estes valores podem ser ajustados, sendo os dados definitivos enviados até quinze dias antes da competição, juntamente com o track GPS.



### 3.2. Sinalização do percurso/GPS

O ALUT – Algarviana Ultra Trail – percorre maioritariamente, mas não exclusivamente, a Via Algarviana, via esta que se encontra sinalizada no terreno por um conjunto de equipamentos que incluem postes e setas de direção, além de inúmeras pinturas em superfícies naturais, de forma a indicar o sentido do percurso. Não obstante tal facto, todo o percurso do ALUT deve ser exclusivamente guiado utilizando um aparelho/relógio GPS.

O aparelho/relógio GPS, além de garantir que se encontra a fazer o percurso estipulado para a prova, permitirá confirmar que efetuou o percurso completo e correto. Se solicitado, a não entrega do equipamento no final da prova, para descarregar o ficheiro de registo, resulta na desclassificação do atleta.

O aparelho/relógio GPS é um equipamento obrigatório e deve ter como requisitos principais a sua autonomia e a possibilidade de gravar no mínimo 10 000 pontos.

O equipamento deverá ter a possibilidade de trocar/carregar as baterias em qualquer momento da prova, para garantir o seu normal e correto funcionamento de forma ininterrupta ao longo de toda prova. Os ficheiros com o percurso da prova, serão fornecidos com antecedência.

Poderá saber mais sobre a Via Algarviana em: [www.viaalgarviana.org](http://www.viaalgarviana.org).

### 3.3. Definição, possibilidade ajuda externa

O princípio de corrida individual em semi-autonomia é a regra. A semi-autonomia define-se como a capacidade de ser autónomo entre dois postos de reabastecimento, tanto do ponto de vista alimentar, como do vestuário e da segurança, que permita adaptar-se a problemas imponderáveis que surjam, sejam ou não, previsíveis de antemão. Este princípio implica as seguintes regras:

- Cada corredor tem de transportar durante a totalidade da prova todo o material obrigatório que vem descrito no parágrafo “Equipamento”;

- Este material deverá ser transportado em bolsa/saco/mochila apropriado e deverá ser presente para inspeção aos comissários de prova, sempre que estes o solicitem, sob pena de penalização/desclassificação, caso não o possuam ou não consintam a inspeção.
- Nas bases de vida haverá bebidas e comidas destinadas a ser consumidas no local. Apenas os líquidos poderão ser cedidos, para completar os recipientes que os concorrentes transportem consigo para esse efeito.
- A passagem pelas bases de vida é obrigatória, mesmo que o participante não pretenda usufruir de qualquer tipo de apoio.
- Os participantes devem ter ainda em consideração, que não haverá qualquer corte de trânsito em vias onde a circulação automóvel seja possível, devendo cumprir escrupulosamente todas as normas aplicáveis aos peões.
- O apoio no percurso, quando premeditado, é proibido e desclassifica imediatamente o participante. É permitido aos atletas comprar ou receber alimentos nos locais onde passam. É permitido o auxílio entre atletas, enquanto estes se encontrem em prova.

### **3.3.1. Assistência aos atletas**

A cada corredor, é permitido um máximo de dois assistentes nas bases de vida. Os assistentes não devem perturbar os outros corredores e/ou os voluntários que trabalham nesses locais, devendo trazer consigo as identificações fornecidas pela organização.

A Organização pode restringir o acesso a determinadas áreas das bases de vida. Os assistentes não podem consumir a comida e bebida destinada aos corredores. Aos elementos da equipa de apoio, apenas é permitido acompanhar o atleta nos 200 metros antes e depois das bases de vida, expeto para os atletas a solo no último sector entre Barão de São João e a meta, em que podem acompanhar os atletas ao longo desse percurso em específico.

### **3.4. Bases de vida, Horários, Tempo limite e barreiras horárias**

O participante deve informar sobre a sua chegada a cada uma das bases de vida e confirmar o registo da sua passagem. O dorsal deverá estar sempre visível, em particular à entrada da base de vida. A prova tem início às 14:00, no cais de Alcoutim, para todos os atletas (solo e estafeta). O tempo máximo para a conclusão da prova é de 72 horas. As barreiras horárias, para saída de cada umas das bases de vida estão indicadas na tabela que se segue:

Pol	Base de Vida   Aid Station	Dist. acum. (km)	D+ acum. (m)	D- acum. (m)	Dist. (km)	D + (m)	D- (m)	Corte
Partida / Start	Alcoutim	-	-	-	-	-	-	-
BV1	Furnazinhas	38,5	1159	999	38,5	1159	999	20:30   30.11
BV2	Cachopo	75,9	2290	1912	37,3	1131	913	4:30   1.12
BV3	Barranco do Velho	104,9	3512	3042	28,9	1222	1130	11:30   1.12
BV4	Benafim	129,9	4074	3824	25	562	782	19:30   1.12
BV5	Messines	157,6	4640	4521	27,6	566	697	1:30   2.12
BV6	Silves	184,5	5376	5369	26,8	736	848	6:30   2.12
BV7	Monchique	219,6	6854	6434	35,1	1478	1065	15:00   2.12
BV8	Marmelete	236,8	7499	7118	17,2	645	684	22:00   2.12
BV9	Barão de São João	272,7	8085	8012	35,8	586	894	05:00   3.12
Meta / Finish	Sagres	305,6	8592	8556	32,8	507	544	14:00   3.12

Para ser autorizado a continuar em prova, o atleta deve sair das bases de vida dentro da hora estabelecida pela organização. O diretor da prova, tem permissão para retirar os atletas que se encontrem em prova, em qualquer das seguintes situações: dificuldade física ou mental; conduta antidesportiva, desrespeito pelo meio ambiente ou desrespeito grave pela organização ou por outro atleta

Em caso de más condições climatéricas, por razões de segurança ou outras, a organização reserva-se o direito de fazer alterações nas barreiras horárias, considerando sempre o princípio de nunca prejudicar qualquer atleta.

### 3.5. Estafetas - Horários, Tempo limite e barreiras horárias

A prova tem início às 14:00, no cais de Alcoutim, e segue os seguintes pressupostos:

- Percurso é realizado em 4 etapas, com horários fixos de partida;
- O tempo de etapa realizado pelos atletas de estafeta será registado;
- Os atletas de estafetas de cada etapa partem todos juntos;
- Ganha a equipa que fizer menor tempo acumulado;
- As equipas de estafetas são responsáveis pelo seu transporte entre Bases de Vida;



- O estafeta em prova tem de terminar o segmento antes da próxima partida de estafeta.

As etapas e horários de partidas estão indicados na seguinte tabela:

Pol	Base de Vida	Dist. (km)	D + (m)	D- (m)	Etapas	Partida	Chegada	Hora da partida	Dist. etapa (Km)	D+ Etapas (m)	D- Etapas (m)	Tempo limite
Partida / Start	Alcoutim	0	0	0	1	Alcoutim (partida)	Cachopo (BV2)	30-11-2023 14:00	75,8	2290	1912	<b>10:00:00</b>
BV1	Furnazinhas	38,5	1159	999								
BV2	Cachopo	37,3	1131	913								
BV3	Barranco do Velho	28,9	1222	1130	2	Cachopo (BV2)	Messines (BV5)	01-12-2023 00:00	81,5	2350	2609	<b>14:00:00</b>
BV4	Benafim	25	562	782								
BV5	Messines	27,6	566	697								
BV6	Silves	26,8	736	848	3	Messines (BV5)	Marmeleite (BV8)	01-12-2023 14:00	79,1	2859	2597	<b>18:00:00</b>
BV7	Monchique	35,1	1478	1065								
BV8	Marmeleite	17,2	645	684								
BV9	Barão de São João	35,8	586	894	4	Marmeleite (BV8)	Sagres (Meta)	02-12-2023 08:00	68,6	1093	1438	<b>28:00:00</b>
Meta / Finish	Sagres	32,8	507	544								

### 3.6. Material obrigatório

O material obrigatório poderá ser verificado ao longo da prova, sendo constituído por:

- Mochila ou bolsa de cintura com reservatório de líquidos com capacidade mínima de 1500ml e/ou recipiente para consumo de líquidos (não existirão copos nos postos de abastecimento);
- Equipamento/relogio GPS e baterias/pilhas de reserva;
- Reserva de alimentos (recomenda-se no mínimo 1000 calorias);
- Dois sistemas de iluminação e baterias/pilhas suplementares;
- Manta térmica de sobrevivência;
- Telemóvel sempre ligado e com som;
- Impermeável;
- Apito;
- Geolocalizador GPS fornecido pela organização;

### 3.7. Penalizações/desclassificações

Os participantes que não cumpram as normas constantes no regulamento, serão impedidos de participar, se a infração respeitar a procedimentos prévios à partida, e desclassificados, se a infração respeitar a atos que ocorram durante a realização do evento. De modo a salvaguardar o direito dos concorrentes à reclamação, será permitida a continuidade em prova.

Será penalizado ou desclassificado todo o atleta que:

Desclassificação	Penalizações
Não cumpra o presente regulamento	Não leve o seu dorsal bem visível (penalizado até 10min.)
Não cumpra a totalidade do percurso	Não efetue o percurso sinalizado (penalizado em 1h)
Deteriore ou suje o meio ambiente por onde passe	Não transporte o material obrigatório (penalizado em 30min. por item)
Ignore as indicações da organização	Perda do dorsal (penalizado em 30min.)
Tenha alguma conduta anti-desportiva	
Receba qualquer tipo de assistência do exterior	
Perda de tracker	

Se as condições físicas dos atletas, nas bases de vida, não forem as ideais, a organização reserva-se o direito de impedir a continuidade do atleta em prova, após consulta da equipa de segurança e socorro.

### 3.8. Seguro desportivo

O seguro de acidentes pessoais, de acordo com a legislação em vigor, está incluído na inscrição. O número da apólice será comunicado aos atletas no guia do atleta, enviado antes da prova.

### 3.9. Desistências

Em caso de abandono, o atleta deverá optar por fazê-lo preferencialmente numa base de vida, comunicando, obrigatoriamente, o abandono aos elementos da organização. Na impossibilidade de o fazer, deverá contactar a organização. O geolocalizador deverá ser entregue a um elemento da organização.

### 3.10. Sacos dos corredores

A organização entregará a todos os participantes etiquetas, com os respetivos números de dorsal para as várias bases de vida. É da responsabilidade do atleta colocar o número da

base de vida onde pretende cada um dos sacos. A organização **não** fornecerá os sacos. Os sacos das bases de vida, serão devolvidos aos atletas apenas no último dia da prova. Apesar da organização ter o maior cuidado com todos os pertences, não se responsabiliza pela perda ou danode quaisquer objetos, durante o armazenamento e transporte. **Os sacos que não forem recolhidos serão destruídos por razões de segurança e higiene, após o evento terminar.** Caso seja solicitado que os sacos sejam enviados para o destino do atleta, **os custos ficam a cargo do atleta acrescido de uma taxa de 50€.**

#### **4. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS**

As classificações do ALUT serão atribuídas aos atletas por ordem de chegada, (solo ou equipa de estafeta) que demorem menos tempo a percorrer a distância total da prova.

Haverá prémios para os cinco primeiros homens e mulheres, na classificação geral.

O vencedor a solo será consagrado com o título de vencedor/a do ALUT.

Relativamente às estafetas haverá classificação e serão premiadas as 3 primeiras equipas a terminarem a prova (classificação geral) independentemente se feminina, masculina ou mista.

#### **5. DIREITOS DE IMAGEM**

A organização da prova, respetivos patrocinadores e as entidades que colaboram na organização deste evento desportivo, detêm os direitos de utilizar livremente em todos os países e sob todas as formas, a participação dos concorrentes, assim como os resultados por eles obtidos.

A prova poderá ser gravada em vídeo e/ou fotografada pela organização do evento e comunicação social, para posterior aproveitamento publicitário.

Os participantes que tiverem alguma restrição quanto ao uso da sua imagem, deverão notificar a organização com antecipação, e por escrito, caso contrário estarão automaticamente a autorizar o uso em qualquer tempo, sem direito a receber qualquer compensação financeira ou outra.

#### **6. DISPOSIÇÕES FINAIS**

A organização reserva-se o direito de alteração do regulamento, em benefício do bom funcionamento do ALUT, sendo os atletas avisados de tal alteração no site/página do Facebook da prova.

Todos os casos omissos serão resolvidos pela organização. Das suas decisões não caberá recurso. Ao participar no ALUT, os atletas comprometem-se a respeitar plenamente, e

sem reservas, o que consta do presente regulamento, baseando a sua conduta nos princípios da ética desportiva.

Querença, 14 de Março de 2023

**ATR – Associação Algarve Trail Running**