



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. 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 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. 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) 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, 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.vialgarviana.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	10:00:00
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	14:00:00
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	18:00:00
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	28:00:00
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