

28  
ABRIL '24



# 4º TRAIL NASCENTE É VALE DO NEIVA

## INFO > CONTATOS

André Gomes . 962 448 006  
Marco Escadas . 914 020 648  
Jorge Pinheiro . 936 019 003  
Márcio Araújo 917699792

tnvneiva@gmail.com  
grupodesportivo.ribeiradoneiva@sapo.pt

## COMPLEXO DESPORTIVO RIBEIRA DO NEIVA

TRAIL LONGO 29KM  
TRAIL CURTO 17KM  
CAMINHADA 10KM

### . APOIOS .



# REGULAMENTO

IV EDIÇÃO

TRAIL NASCENTE E VALE DO NEIVA

08\_setembro\_2023

Ribeira do Neiva\_Vila Verde

## NOTAS PRÉVIAS

Será necessário possuir a condição física adequada às características exigentes das provas que compõem este evento, as quais reúnem uma elevada quilometragem, terreno montanhoso, grandes desníveis, exposição ao sol, etc.

Ao inscrever-se, o atleta está a concordar e a aceitar na íntegra com o presente regulamento.

É imprescindível beber em todos os abastecimentos e alimentar-se convenientemente.

A inscrição é pessoal e intransmissível, e aceite por ordem de chegada.

A veracidade dos dados fornecidos é da total responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro.

Em caso de um participante não poder participar e/ou as condições climatéricas não permitirem a realização do evento ou seu cancelamento, a organização não se vê no dever de devolver o valor das inscrições, assim como o reembolso aos patrocinadores.

Atendendo à necessidade imperiosa de preservar um património natural de uma enorme diversidade e riqueza como o Vale do Neiva, nos abastecimentos não serão fornecidos copos ou garrafas de plástico. Cada atleta é responsável por levar consigo o(s) recipiente(s) que entendam adequado(s) para a sua hidratação.

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

Para inscrições realizadas nos últimos dias antes da prova, a organização não garante t-shirt oficial da prova.

Devido ao atual contexto de pandemia resultante da COVID-19, serão adotadas as medidas de prevenção de contágio que, no momento, sejam recomendadas pelas Autoridades de Saúde competentes.

**O presente regulamento está sujeito a alterações.**

## APRESENTAÇÃO

O Grupo Desportivo e Recreativo da RIBEIRA DO NEIVA promove no dia **28 de abril de 2024** a IV Edição do Trail Nascente e Vale do Neiva.

Esta iniciativa propõe três atividades: um percurso de **Trail Longo com 29km** de extensão; um percurso de **Trail Curto com 17km** de extensão; e um percurso de **Caminhada com 10 km** (este último sem vertente cronometrada e de competição).

A participação é aberta a todos os atletas sem limitações físicas, e reger-se-á pelo presente regulamento desportivo/técnico, assim como por toda e qualquer outra regulação ou interpretação publicada pela organização como adenda ao presente documento.

### 1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

A participação dos atletas na IV Edição do Trail Nascente e Vale do Neiva fica sujeita às seguintes condições:

- Cumprir as recomendações impostas no momento pela Direção Gera da Saúde, no âmbito das medidas de contenção e combate à pandemia de COVID-19;

- Estar devidamente inscrito e manter o dorsal visível durante toda a prova, na frente do corpo, para validação da sua classificação;
- Possuir as condições físicas necessárias para caminhar ou correr em montanha; percorrendo trilhos com desnível e piso irregular; e de significativa exigência física;
- Ter 18 ou mais anos para participar nas provas de Trail. A participação de atletas menores de idade será condicionada à apresentação de autorização escrita (termo de responsabilidade), assinada pelo encarregado de educação;
- A caminhada não possui idade mínima de participação, desde que acompanhado(a) por um Encarregado de Educação ou pessoa devidamente autorizada por este.
- Respeitar as regras gerais de trânsito e de sinalização dos trilhos;
- Ter uma correta conduta desportiva;
- Aceitar as regras estabelecidas pela organização.

## 2. PROVA

O evento desportivo IV Trail Nascente e Vale do Neiva realiza-se no dia 28 de abril de 2024, em Ribeira do Neiva – Vila Verde, com início e chegada no Complexo Desportivo do Grupo Desportivo e Recreativo da Ribeira do Neiva, local do paddock do evento.

A prova de Trail Longo, com aproximadamente 29 km de extensão, terá início pelas 08h30m;

A prova de Trail Curto, com aproximadamente 17 km de extensão, terá início pelas 09h00m;

E a Caminhada, com aproximadamente de 10 km de extensão, terá início pelas 09h15m.

### 2.1. PROGRAMA

Sábado, dia 27 de abril:

15h00 – 19h00: Secretariado - entrega de kits no Complexo Desportivo do Grupo Desportivo e Recreativo da Ribeira do Neiva.

Domingo, dia 28 de abril:

07h00: Abertura do secretariado - entrega de kits no Complexo Desportivo do Grupo Desportivo e Recreativo da Ribeira do Neiva;

08h15: Encerramento do secretariado;

08h20: Briefing e controlo zero;

08h30: Partida da prova de Trail Longo;

09h00: Partida da prova de Trail Curto;

09h15: Partida da caminhada;

12h00: Cerimónia de entrega de troféus;

13h00: Encerramento da atividade.

## 2.2 CONDUITA EM PROVA

1 - Na luta por posições, os atletas não devem interferir corporalmente de modo a impedir a progressão do outro atleta. Em situações de conflito ou falta de desportivismo detetadas por controladores, os atletas em causa serão penalizados, após audição das partes. Esta penalização poderá incluir a desclassificação da prova.

2 - Os atletas que prejudiquem intencionalmente os seus adversários com empurrões, obstruções, serão imediatamente desclassificados. Esta desclassificação será igualmente aplicada aos atletas que durante a prova sejam acompanhados pelo seu Técnico ou Dirigente.

3 - Compete aos fiscais de percurso, juizes de partida e de chegada, aferir comportamentos inapropriados dos atletas, assim como decidirem relativamente à penalização a atribuir.

4 - A utilização de atalhos ao longo do percurso, assim como a saída do circuito definido e/ou a entrada num outro ponto distinto, terá como consequência imediata a desclassificação do atleta.

5 - A utilização de linguagem abusiva, profana ou obscena, ou qualquer outro tipo de comportamento antidesportivo implicará a desclassificação do atleta infrator.

6 - A assistência no percurso só pode ser prestada por outros atletas inscritos, ou, dada a gravidade da situação, por elementos devidamente autorizados pela organização. A entrada e saída de assistentes dos atletas apenas poderá ser realizada na zona assistência e controlo de meta.

7 - Caso um atleta tenha um acidente que o impossibilite de continuar a prova, este deverá contactar a organização pelos contactos disponíveis para o efeito e informar a sua desistência da prova.

8 - Em caso de desistência, o participante deve informar a organização desta sua vontade expressa, através de aviso aos elementos da organização no terreno, identificando-se com nome e número de dorsal.

9 - A colocação do dorsal do atleta é pessoal e intransmissível, e deve ser usado de forma bem visível e de preferência à altura do peito. Não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação. Os participantes devem ser portadores de porta dorsal ou alfinetes para a sua colocação.

## 2.3 PERCURSOS E SINALIZAÇÃO

Os percursos das provas de Trail e da Caminhada serão maioritariamente desenvolvidos em caminhos rurais, campos, estradas florestais, e trilhos de floresta na zona envolvente à Nascente do Rio Neiva e enquadrados no respetivo Vale do Neiva.

A sinalização no terreno é feita com fitas e placas sustentáveis indicativas de direção, sendo que os locais de separação de percursos estarão devidamente identificados, marcados com setas e orientações claras das direções a seguir. Todos os materiais utilizados possuem características “amigas do ambiente” e reutilizados de anos anteriores.

## 2.4 PERFIL ALTIMÉTRICO

A ser divulgado brevemente.

## 2.5 CONTROLO DE TEMPOS E POSTOS DE CONTROLO

Nas provas de Trail haverá cronometragem eletrónica de tempo e atribuída a respetiva classificação.

Existirá um controlo zero na zona de partida e um controlo de chegada.

O tempo limite para concluir as diferentes provas é de 4h.

Durante o percurso existirão pontos de controlo e de passagem obrigatória, em zonas surpresa a definir pela organização.

A caminhada, dado não possuir componente competitiva, não terá controlo de tempos ou de percurso.

## 2.6 POSTOS DE ABASTECIMENTO

Ao longo dos percursos serão disponibilizados postos de abastecimento de sólidos e líquidos. Na chegada existirá reforço final, contendo sólidos e líquidos, para todos os participantes.

O Trail Longo possuirá 4 locais de abastecimento: aprox. ao km 7 (apenas líquidos); ao Km 14 (sólidos e líquidos); ao Km 21 (sólidos e líquidos); e na meta final, ao Km 29 (sólidos e líquidos).

O Trail Curto possuirá 3 locais de abastecimento: aprox. ao km 7 (apenas líquidos); ao km 13 (apenas líquidos); e na meta final, ao Km 17 (sólidos e líquidos).

A Caminhada possuirá 2 locais de abastecimento: aprox. ao km 7 (apenas líquidos); e na meta final, ao Km 10 (sólidos e líquidos).

**Procurando reforçar a consciência ambiental que caracteriza este evento, nos postos de abastecimento não serão cedidos copos ou garrafas em plástico.** Os participantes devem ser portadores do seu próprio material apto para permitir a hidratação.

## 2.7 MATERIAL OBRIGATÓRIO e PENALIZAÇÕES

Para as provas de **Trail Curto** e **Trail Longo** aconselha-se a utilização de mochila, tipo **camelback**, ou cinto de hidratação:

### Material Obrigatório:

- Manta de Sobrevivência;
- Apito;
- Telemóvel Operacional;
- Reservatório para líquidos (min. 500ml);
- Impermeável / Corta Vento;

### Penalizações:

- Por cada item **em falta** o atleta é penalizado com **30 min.** a adicionar ao tempo final. (Material Obrigatório).
- Na **falta de três (3)** itens o atleta é **desclassificado.** (Material Obrigatório).

- Não leve o dorsal bem visível o atleta é penalizado com **10 min.** a adicionar ao tempo final.
- Ignorar as indicações da Organização/Staff/Diretor de Prova o atleta é penalizado com **10 min.** a adicionar ao tempo final.

Os participantes de todas as provas devem considerar este material como o seu Kit de Sobrevivência, portanto aconselha-se que acompanhe sempre os atletas em terreno montanhoso de difícil acesso.

## **2.8 CLASSIFICAÇÕES**

A prova de trail terá classificação geral e classificação por escalões.

Para composição dos escalões etários será considerada a idade do atleta em 31 de dezembro do ano corrente.

Os participantes que não tenham realizado o controlo zero ou que não tenham validado a sua passagem em todos os posto de controlo definidos pela organização não serão considerados para a classificação.

Os resultados serão disponibilizados online, em [www.sinctime.pt](http://www.sinctime.pt)

## **2.9 TROFÉUS**

Na prova de trail serão atribuídos troféus individuais e por equipas.

Os troféus individuais serão entregues aos três primeiros classificados masculinos e femininos a cruzar a linha de meta, e aos três primeiros classificados de cada escalão, de acordo com a seguinte estrutura:

### **Geral**

- Feminina (1º, 2º e 3º)
- Masculina (1º, 2º e 3º)

### **Escalões**

- F Sub-23 (1º, 2º e 3º) 18 a 22 anos.
- M Sub-23 (1º, 2º e 3º) 18 a 22 anos.
- F Seniores (1º, 2º e 3º) 23 a 39 anos.
- M Seniores (1º, 2º e 3º) 23 a 39 anos.
- F40 (1º, 2º e 3º) 40 a 49 anos.
- M40 (1ª, 2ª e 3ª) 40 a 49 anos.
- F50 (1ª, 2ª e 3ª) 50+ anos.
- M50 (1º, 2º e 3º) 50+ anos.

### **Geral por Equipas (1º, 2º e 3º)**

Os troféus coletivos serão entregues às três equipas mais rápidas a concluir a prova. Para esta classificação é considerado o desempenho dos três melhores classificados de cada equipa, através classificação geral absoluta (sem distinção de escalão ou sexo). As três equipas com a melhor pontuação acumulada serão as vencedoras (1ª, 2ª e 3ª classificadas).

Será também entregue um troféu à equipa mais numerosa presente em prova e com as inscrições válidas.

### 3. INSCRIÇÕES

As inscrições devem ser efetuadas *online*, até 24 de abril de 2024, em: (a divulgar brevemente)

Os participantes terão também direito a abastecimentos sólidos e líquidos durante a prova, reforço final, banhos, assistência e seguro. Será igualmente atribuída uma medalha de participação a cada atleta, assim como os prémios descritos no ponto anterior aos vencedores.

Os valores de inscrição são os seguintes: (a divulgar brevemente)

Trail Longo: XX euros | Trail Curto: XX euros | Caminhada: XX euros.

A organização poderá deliberar abertura de um período excecional de inscrições sujeito a uma tabela de preços especifica anunciar na página do evento.

A inscrição no evento incluirá: t-shirt técnica alusiva ao evento e dorsal personalizado (apenas para as inscrições validadas **até ao dia 14 de abril 2024**), cronometragem, seguro, abastecimentos, reforço no final, assistência, banhos, medalha de finisher e demais ofertas que a organização venha a conseguir.

A inscrição no evento implica a aceitação integral do presente regulamento.

Em caso de cancelamento do evento, decretado pela Proteção Civil ou outras entidades oficiais, não haverá direito a devolução da inscrição.

### 4. PROTEÇÃO DE DADOS

Os dados dos atletas indicados no formulário de inscrição serão registados pela organização para efeitos de inscrição no evento. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para [grupodesportivo.ribeiradoneiva@sapo.pt](mailto:grupodesportivo.ribeiradoneiva@sapo.pt) ou [tnvneiva@gmail.com](mailto:tnvneiva@gmail.com)

### 5. DIREITOS DE IMAGEM E PUBLICIDADE

A aceitação do presente regulamento implica que o participante autoriza aos organizadores da prova a gravação total ou parcial da sua participação na mesma e cede todos os direitos à sua exploração por parte da organização.

## **6. COMUNICAÇÃO**

O meio oficial de comunicação e informação da IV Edição dos Trail Nascente e Vale do Neiva é a sua página de Facebook. Nesta plataforma serão anunciadas todas as informações relacionadas com a prova.

<https://www.facebook.com/Ribeitrail-Gdrn-116698419740702/>

## **7. RESPONSABILIDADE AMBIENTAL**

A organização solicita a todos os atletas que guardem consigo o lixo produzido durante a prova e que utilizem locais próprios para o efeito para o seu despejo.

Durante os abastecimentos da prova não serão disponibilizados copos. Cada atleta deve transportar consigo o material que considerar adequado com vista à sua hidratação.

## **8. APOIO E EMERGÊNCIA**

Irá estar um médico, vários fisioterapeutas do clube (GDR Ribeira do Neiva) e meios de socorro e emergência dos Bombeiros para prestar os cuidados essenciais aos participantes que deles necessitem.

## **9. SECRETARIADO E INFORMAÇÕES GERAIS**

O secretariado da prova funcionará no Complexo Desportivo do Grupo Desportivo e Recreativo da Ribeira do Neiva no sábado, 27 de abril 2024, entre as 15h00 e as 19h00; e no domingo, 28 de abril 2024, entre as 07h00 e as 08h15.

É disponibilizado local para banhos nos balneários do Complexo Desportivo da Ribeira do Neiva

O estacionamento poderá ser realizado nos arruamentos adjacentes ao local de partida.

## **10. SEGURO**

Durante a realização da prova, os participantes estarão cobertos por seguro de acidentes pessoais.

## **11. ALTERAÇÕES DAS CONDIÇÕES DE REALIZAÇÃO DA PROVA**

A organização reserva-se o direito de alterar, a qualquer momento, as condições descritas para a realização das provas de Trail e Caminhada.

## **12. 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.

## **13. CASOS OMISSOS**

Os casos omissos a este regulamento serão resolvidos pela organização, de cujas decisões não haverá recurso.

A organização reserva o direito de modificar o presente regulamento até á data do evento.

Ribeira do Neiva, 08 de setembro 2023