

REGULAMENTO 2019

1º - O TURRES TRAIL CLUBE , com o apoio da Junta de Freguesia de A dos Cunhados e Maceira , Externato de Penafirme e águas do VIMEIRO vai realizar no próximo dia 15 de Setembro de 2019, pelas 9:00 horas, a 5º edição do evento denominado "**VIMEIRO TRAIL RUN 2018**". Este evento, terá um Trail Longo de Grau 2, um Trail Curto de Grau 2 e um Mini Trail / caminhada . O percurso do Trail Run é circular. O local de partida e chegada assim como o secretariado e almoço será no Externato de Penafirme .

2º - PERCURSOS

Trail aprox. 32 km: TL/ nível 2 - D+ aprox. 1300 metros

Partida: 09:00

Tempo máximo 6 horas

Trail Curto aprox. - 17 km: TC/ Nível - D+ aprox. 800 metros

Partida : 09:00

Tempo máximo 4 horas

Mini Trail / Caminhada - 12 km

Partida : 9:05

Tempo máximo 4 horas

3º - NORMA

No Trail Longo só poderão participar indivíduos com mais de 18 anos, desde que gozem de boa saúde e se encontrem com uma preparação física e psíquica apta a esforços longos, não se responsabilizando a Organização por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela sua participação, aconselhando os participantes a atestarem a sua condição física pelas vias médicas adequadas.

No Trail Curto podem participar indivíduos com menos de 18 anos , com a devido termo de responsabilidade do encarregado de educação .

O Mini Trail / Caminhada não tem caracter competitivo destina-se a todos os indivíduos masculinos e femininos, cuja condição física o permita. Não se aconselha no entanto a participação a crianças menores de 14 anos.

A responsabilidade da participação na caminhada de crianças e jovens até aos 18 anos, é da inteira responsabilidade dos pais, declinando a organização qualquer responsabilidade em termos de seguro em acidentes ocorridos.

4º CONDIÇÕES FÍSICAS

Para participar é indispensável estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas 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 sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas (noite, vento, neve, nevoeiro e chuva); Saber gerir os problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, as pequenas lesões, etc.

5º - ESCALÕES

As competições destinam-se a todos os atletas, federados ou não, em representação individual ou colectiva (Clubes, Escolas, Associações desportivas, etc.), depois de devidamente inscritos, no âmbito da corrida para todos, tendo os seguintes escalões:

MASCULINOS:

- Sub 18 - 16/17 anos
- Sub 23 - 18/22 anos
- Seniores - 23/39 anos
- M 40 (40 a 44 anos)
- M 45 (45 a 49 anos)
- M 50 (50 a 54 anos)
- M 55 (55 a 59 anos)
- M 60 (60 ou mais)

FEMININOS:

- Sub 18 - 16/17 anos
- Sub 23 - 18/22 anos
- Seniores - 23/39 anos
- M 40 (40 a 44 anos)
- M 45 (45 a 49 anos)
- M 50 (50 a 54 anos)
- M 55 (55 a 59 anos)
- M 60 (60 ou mais)

NOTAS: As idades indicadas referem-se a idade do atleta no final do ano de 2019.

6º - SEGURO

A Organização, de acordo com o Decreto. Lei n.º 146/93 de 26 de Abril, é possuidora de um seguro desportivo em que estão abrangidos todos os participantes, atletas ou caminheiros. Os atletas filiados nas Associações de Atletismo Distritais e ATRP - Associação de Trail Run Portugal com seguro desportivo estão abrangidos por essas entidades.

A entidade seguradora é (a definir) .**Em caso de acidente, que resulte tratamento hospitalar, o sinistrado deverá pedir um relatório médico para apresentar à companhia seguradora. Os custos serão suportados pelo sinistrado e reembolsados posteriormente pela companhia de seguros. A organização declina qualquer tipo de pagamento.**

A responsabilidade do pagamento do valor da franquia é da inteira responsabilidade do atleta .

O atleta sinistrado deverá nos dias seguintes efectuar a participação à seguradora.

Em todas as participações efectuadas à seguradora, os atletas sinistrados deverão apresentar o nome da entidade organizadora do evento, o número da apólice, data e hora da ocorrência. O sinistrado deve de imediato dar conhecimento à entidade organizadora através do mail: turrestrail@gmail.com.

7º - INSCRIÇÕES

As inscrições só serão aceites se forem efectuadas através do **site do evento** ou no **site da Weventual** , num formulário existente para o efeito e efectivadas **com o devido pagamento** , **assuntos relacionados com as inscrições para** turreinscricoes@gmail.com .

Taxas de Inscrição

Datas limites	TL (32km)	TC (17 km)	Mini Trail / Caminhada (12 km)	Almoço
Até 10 de Agosto de 2019	17 €	13 €	9 €	5 €
de 11 de Agosto a 10 de Setembro	19 €	15 €	11 €	7 €

TrailLongo e Curto

O valor de inscrição inclui seguro de acidentes pessoais , abastecimentos , prémios para geral , prémios classes e brinde para finalistas .

Mini Trail / Caminhada

O valor de inscrição inclui seguro de acidentes pessoais, e abastecimentos .

*** Almoço no externado de Penafirme juntamente com a entrega de prémios .**

. **Ementa** (Sopa, Massa com carne , Fruta)

Outras Condições

- As inscrições sem meio de pagamento ou efectuadas depois das datas referidas não serão aceites.
- **As inscrições só serão válidas e consideradas validas após pagamento**
- Os atletas são responsáveis por verificar se todos os seus dados se encontram corretos nas listas de inscritos, entretanto publicadas. Só serão aceites retificações até 7 dias antes do evento .

Notas importantes:

- **Não serão devolvidas taxas de inscrição.**
- Os clubes são responsáveis por verificar através das listagens de inscritos se todos os seus atletas inscritos estão inscritos com o nome oficial do clube.
- O nome do clube tem de ser coincidente para todos os atletas para poderem ser considerados da mesma equipa.

7º - SECRETARIADO E DORSAIS

O Secretariado funcionará das 7.00 às 8.30 do dia 15 de Setembro de 2019

O secretariado situa-se junto à partida do Trail, externato de Penafirme .

Atletas do Trail com partida às 9:00, deverão fazer o levantamento dos dorsais até às 8:30

Todos os atletas devem proceder ao levantamento dos dorsais, no Secretariado nos períodos indicados.

Os dorsais dos atletas serão entregues mediante a apresentação de documento comprovativo da inscrição.

Os atletas devem ter alfinetes para a colocação dos dorsais.

8º - SEGURANÇA

. Obrigatório durante a prova.

Obrigatório	TL (30km)	TC (15 km)	Caminhada (12 km)
Telemóvel	Sim	Sim	Sim
Recipiente mínimo 0,5 l	Sim	sim	-
Copo	Sim	Sim	Sim
Corta Vento	-	-	-
Manta de Sobrevivência	Sim	sim	-

A organização em função das previsões meteorológicas poderá alterar o equipamento obrigatório.

- Os atletas ficam obrigados a manterem-se atrás da linha de partida, na zona do aquecimento.

- **A prova será em sistema de open-road, o atleta é responsável pela passagem de estradas, cumprindo na íntegra das regras do código da estrada.**
-
- Só é permitido o abastecimento de água ou outros produtos aos atletas nos locais indicados pela Organização, nas chamadas zonas de abastecimento.
- **No dorsal do atleta**, serão indicados números de telefone a serem usados em caso necessário.
- **À organização reserva-se o direito de poder anular a prova a qualquer momento, caso as condições atmosféricas ponham em risco a integridade física dos atletas.**

9º - SANÇÕES

O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados na zona de partida e ao longo do percurso.

- Durante o percurso poderão ser distribuídos a todos os concorrentes, um ou mais símbolos de controlo, e todos os concorrentes que à chegada não apresentem estes símbolos, **serão automaticamente desclassificados**.
- Será desclassificado todo o concorrente que não cumpra o presente regulamento, não complete o percurso segundo o indicado, deteriore ou suje o meio ambiente, não leve o dorsal bem visível e não respeite as indicações da organização.
- Todo o atleta que utilize meios ilícitos para obter vantagem em relação a outros, **será automaticamente desclassificado**.

10º - CLASSIFICAÇÕES

As classificações serão realizadas através de controlo de passagem do dorsal do atleta é obrigatório parar na tomada de tempos .

Ao longo do percurso existirão postos de controlo.

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.

A prova será em sistema de *open-road*, o atleta é responsável pela passagem de estradas, cumprindo as regras do código da estrada.

As classificações do Trail serão feitas individualmente em cada escalão e na geral.

Para a classificação por equipas contam os quatro primeiros atletas classificados na geral, independentemente do escalão de que façam parte e do sexo.

Reclamações classificações

Os atletas dispõem de 2 dia úteis para fazer reclamação dos resultados via email para turrestrail@gmail.com , no final deste prazo são consideradas definitivas .

11° - PRÉMIOS

A cerimonia de entrega de prémios será feita no externato de Penafirme (hora a definir).

Só será entregue prémios aos atletas premiados presentes na respectiva cerimonia, os prémios dos atletas ausentes revertem a favor da organização , não serão enviados aos atletas nem entregues a posterior .

Trail

- Troféus aos 3 primeiros da geral Masculina
- Troféus aos 3 primeiros da geral Feminina
- Medalha para os 3 primeiros de cada classe Masculina e Feminina

12° - ABASTECIMENTOS

Abastecimentos líquidos - km a definir (água)

Abastecimentos sólidos e líquidos - km a definir . (água , fruta e frutos secos)

Por motivos ambientais a prova decorrerá em Semi – auto-suficiência com enchimento de recipientes.

Os atletas deverão nas zonas de abastecimento encher o seu próprio reservatório, para tal

deverá ser portador de recipiente próprio para se abastecer (ex: copo)

Não serão distribuídas garrafas de água, nem copos aos atletas.

13° - DUCHE

O local para banhos será no Externato de Penafirme , junto ao secretariado ,partida e chegada .

14° ECO RESPONSABILIDADE

O atleta é responsável pelo transporte dos invólucros e outro lixo não natural, provenientes de Géis, Barras, etc., no seu próprio *CamelBak* ou Cinto, depositá-lo no abastecimento mais próximo ou transportá-lo até á Meta.

Não é permitido destruir ou alterar propositadamente qualquer elemento natural (muros, plantações, sinalética, marcações, etc.) ao longo do percurso.

15° - ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO

O presente regulamento segue as boas normas e recomendações . Todos os participantes, pelo facto de efectuarem o acto de inscrição no evento pressupõe a total aceitação do presente regulamento os mesmos são considerados sócios extraordinários do clube no dia do evento . O mesmo pode ser alterado mediante aditamento .

16°- Direitos de imagem

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.

17° Casos Omissos

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

Turres Trail Clube

