



TRAIL OFF-ROAD

REGULAMENTO

VII TRAIL OFF-ROAD DA BARREIRA

Trail Curto – 19Km

1. Condições de participação

1.1. Idade de participação nas diferentes provas

Trail Curto: 18 anos ou superior;

Caminhada: superior a 12 anos.

1.2. Inscrição regularizada

Para a participação em qualquer uma das provas deste evento o atleta/caminheiro deve ter a sua inscrição regularizada (processo de inscrição descrito no tópico 3 deste Regulamento).

1.3. Condições físicas

No *Trail Curto*, apenas poderão participar atletas que se encontrem física e psicologicamente preparados para esforços de corrida em percursos accidentados e de trilhos.

Na *Caminhada* apenas poderão participar indivíduos que gozem de boa saúde e se encontrem física e psicologicamente preparados para esforços de caminhada em percursos accidentados e de trilhos.

1.4. Ajuda externa

A ajuda externa permitida enquadra-se apenas na assistência médica, de primeiros socorros ou similar. Qualquer outra ajuda que se traduza numa vantagem relativamente aos restantes atletas, como por exemplo o auxílio no transporte, é proibida.

1.5. Colocação dorsal

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado à frente do corpo, preferencialmente à altura do peito. O nome e o logótipo dos patrocinadores não podem ser modificados ou escondidos.

1.6. Regras conduta desportiva

O comportamento inadequado (p. ex.: o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou física) em qualquer um dos eventos será punido com advertência, desqualificação ou expulsão com proibição de inscrição em eventos posteriores.

Os atletas e caminheiros são responsáveis por todas as ações susceptíveis de produzir danos físicos, materiais ou morais a si próprios ou a terceiros.

2. Prova

2.1. Apresentação da(s) prova(s) / organização

O Clube de Atletismo da Barreira organiza no dia 1 de Março de 2020, pelas 09h30, o **VII Trail Off-Road da Barreira**, composto por um **Trail Curto** e uma **Caminhada**.

Se a organização entender que as condições climatéricas são adversas à segurança dos atletas ou que existem outras razões de natureza diversa que se incompatibilizem com o evento, os percursos poderão sofrer alterações ou, no limite, o evento pode ser suspenso ou anulado.

2.2. Programa / horário

07h30m: abertura do secretariado no bar do Jardim do Visconde da Barreira, Leiria;

08h30m: fecho do secretariado no bar do Jardim do Visconde da Barreira, Leiria;

09h30m: partida do **Trail Curto** no largo junto à Igreja da Barreira, Leiria (onde haverá controlo de partida);

09h40m: partida da **Caminhada** do largo junto à Igreja da Barreira, Leiria;

13h00m: hora prevista para o início da Cerimónia de Entrega de Prémios e Troféus do **Trail Curto**, no Jardim do Visconde da Barreira.

13h30m: hora limite para a chegada do último atleta do **Trail Curto** ao Jardim do Visconde da Barreira.

2.3. Distancia / altimetria / categorização de dificuldade ATRP

	Distância aproximada	Desnível + aproximado	Classificação ATRP
Trail Curto	19km	900m*	TL – Grau 2
Caminhada	km	-----	-----



2.4. Mapa/ perfil altimétrico/ descrição percurso

O **Trail Curto** decorre em percursos mistos de trail e cross, percorrendo estradões e trilhos técnicos balizados. A **Caminhada livre**, decorre num percurso em estradões e trilhos não sinalizados, haverá um guia que manterá o grupo orientado, do início ao fim, sendo da responsabilidade do caminheiro não se afastar.

Os perfis altimétricos não serão fornecidos.

2.5. Tempo limite

O tempo limite para os atletas do **Trail Curto** concluírem o percurso é de 4h00, isto é, até às 13h30.

2.6. Metodologia de controlo de tempos

O controlo será efectuado por sistema informático.

A classificação é automática e em tempo real.

2.7. Postos de controlo

Existirá um controlo 0 efectuado imediatamente antes da partida.

Poderão existir ainda outros pontos de controlo (PC) em locais não revelados. Os atletas que falhem algum dos PC's serão desclassificados.

2.8. Abastecimentos**

Trail Curto: 2 postos de abastecimento (PA), um de água (aprox. 7km) e um de água e sólidos (aprox. 14km).

Por razões ambientais, não serão distribuídas garrafas de água, os abastecimentos serão em copos de plástico a serem deixados nos PA's. Os atletas devem beber no local ou proceder ao enchimento recipientes próprios.

2.9. Material recomendado

Para sua segurança, os atletas que participem no **Trail Curto** devem transportar consigo: telemóvel; reservatório para água (porta-bidon, camelback ou outro).

2.10. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário

Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir as regras de trânsito em localidades, estradas ou estradões de uso público, sob pena de assumirem potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

2.11. Penalizações/ desclassificações

O atleta será desclassificado no ***Trail Curto*** se:

- não cumprir o presente regulamento;
- não cumprir o percurso definido;
- não respeite as indicações dos elementos da organização ou colaboradores;
- retire ou altere sinalização do percurso;
- complete o percurso após o tempo limite definido para o evento;
- tenha uma conduta antidesportiva;
- tenha uma conduta poluidora (o atleta é responsável pelo transporte dos invólucros de barras energéticas e outro lixo por si produzido e deve depositá-lo num abastecimento ou à chegada);
- não preste assistência a um participante que esteja a necessitar de ajuda;

O atleta será penalizado em futuras edições se desistir da prova sem aviso. Em caso de desistência, o atleta ou caminheiro deverá tentar por todos os custos fazê-lo preferencialmente junto a um dos postos de abastecimento ou postos de controlo, comunicando o seu abandono aos elementos da organização ou colaboradores. Na impossibilidade de o fazer nestes locais, deverá encontrar meios para contactar algum elemento da organização.

2.12. Responsabilidades perante o atleta/ participante

O participante assume, por sua livre e espontânea vontade, os riscos, consequências e danos decorrentes da participação no evento. Fica a organização, bem como quaisquer elementos envolvidos na organização da prova, isentos dessa responsabilidade. O ato de inscrição no evento pressupõe a aceitação das regras estabelecidas neste regulamento.

A prova contará com a presença de ambulância de prevenção durante o período do evento, estacionada no local da prova.

Contará ainda com um atleta “vassoura” e um veículo de 2 rodas que acompanhará todo o desenrolar da prova.

2.13. Seguro desportivo

A organização contratualizará os seguros obrigatórios para o evento, estando o seu prémio incluído no valor da inscrição.

Em caso de acidente o atleta deverá contactar imediatamente a organização que o informará do número da apólice. A organização não assumirá despesas de sinistros dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro. O pagamento da franquia é da exclusiva responsabilidade do atleta.

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição (local, pagina web, transferência bancária)

As inscrições devem ser efectuadas no portal da Total Crono (<https://www.totalcrono.pt>).

A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante ou da equipa que o inscreve.

3.2. Valores e períodos de inscrição

Os valores de inscrição encontram-se descritos na tabela seguinte.

			Caminhada	Trail Curto
1.ª FASE: até 31 JAN 2020			5,00€	15,00€
2.ª FASE: entre 01 e 16 FEV 2020			7,50€	17,50€
Associados ADAL: até 16 FEV 2020			5,00€	14,00€

T-shirt opcional: 4,00€.

3.3. Condições de devolução do valor de inscrição

Se a organização decidir pela suspensão do evento por alguma das razões descritas em 2.1, as taxas de inscrição efetivamente pagas poderão ser devolvidas ou transitarão para o evento a realizar em nova data.

3.4. Material / Ofertas incluídos com a inscrição

Trail Curto: Pão com chouriço, bebida, fruta, seguro, abastecimentos e banhos.

3.5. Secretariado da prova/ horários e locais

O secretariado da prova funcionará no bar do Jardim do Visconde da Barreira, entre as 7h30 e as 8h30.

3.6. Serviços disponibilizados (transporte, duche, etc.)

Transporte para a chegada em caso de desistência, desde que a organização seja contactada para o efeito.

Duche após o final da prova junto ao local da chegada.

4. Categorias e Prémios

4.1. Definição da data, local e hora de entrega prémios

A Cerimónia de Entrega de Prémios e Troféus do **Trail** será no Jardim do Visconde da Barreira, com hora prevista às 13h00.

4.2. Definição das categorias etárias/ género individuais e equipas

O **Trail Curto** destina-se a atletas devidamente inscritos, federados ou não, em representação colectiva ou individual.

Escalões definidos pela ADAL:

Sub M23: atletas masculinos com idades entre os 18 e os 22 anos;

Sen M: atletas masculinos com idades entre os 23 e os 39 anos;

M40: atletas masculinos com idades entre os 40 e os 44 anos;

M45: atletas masculinos com idades entre os 45 e os 49 anos;

M50: atletas masculinos com idades entre os 50 e os 54 anos;

M55: atletas masculinos com idades entre os 55 e os 59 anos;

M60: atletas masculinos com idade superior ou igual a 60 anos;

Sub F23: atletas femininos com idades entre os 18 e os 22 anos;

SenF: atletas femininos com idades entre os 23 e os 39 anos;

F40: atletas femininos com idades entre os 40 e os 44 anos;

F45: atletas femininos com idades entre os 45 e os 49 anos;

F50: atletas femininos com idades entre os 50 e os 54 anos;

F55: atletas femininos com idades entre os 55 e os 59 anos;

F60: atletas femininos com idade superior ou igual a 60 anos.

NOTA: Para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerada a idade que o atleta terá a 31 de Outubro da corrente época competitiva.

Não haverá classificações para a **Caminhada**.

Prémios e Troféus

Troféus para os 3 primeiros classificados da geral e de cada escalão (masculinos e femininos) do **Trail Curto**.

Troféus para as 3 primeiras equipas classificadas do **Trail Curto**.

Para a classificação por equipas será considerada a posição na classificação final geral dos 4 primeiros atletas da equipa, independentemente do sexo e escalão a que os atletas pertençam. Em caso de empate, a equipa vencedora será aquela com o 4.º elemento melhor classificado.

A ausência dos premiados na cerimónia entende-se como renúncia ao prémio.

4.3. Prazo para reclamação de classificações

Os participantes podem apresentar reclamações das classificações apresentadas pela organização no prazo de 24 horas após a sua afixação. Findo este prazo as mesmas assumem-se como definitivas.

5. Informações

5.1. Como chegar

GPS: (39.6975236N, 8.7960948W) / (39°41'51.08"N, 8°47'45.94"W)

<https://www.google.pt/maps/place/Jardim+do+Visconde+da+Barreira/@39.6975236,-8.7960948,206m/data=!3m1!1e3!4m2!3m1!1s0x0000000000000000:0x719861a8c11f72a1!6m1!1e1?hl=pt-PT>

5.2. Onde ficar

<http://www.booking.com/city/pt/leiria.pt-pt.html>

https://www.tripadvisor.com.br/Hotels-g230085-Leiria_Leiria_District_Central_Portugal-Hotels.html

5.3. Locais a visitar

<http://www.cm-leiria.pt/pages/120>

<http://www.turismodocentro.pt/pt/?zona=7>

<http://www.centerofportugal.com/>

6. Normas finais

Os atletas e caminheiros devem ser portadores de meio para a colocação dos peitorais.

A organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, roubo ou outras consequências da sua participação nestes eventos.

As imagens obtidas durante os eventos poderão ser utilizadas pela organização na promoção deste ou de eventos futuros organizados pelo **Clube de Atletismo da Barreira**. No caso do atleta ou caminheiro não pretender que a sua imagem seja divulgada, deve informar a organização por escrito.

Contacto telefónico da organização: **96 293 80 94** (para emergências e informações durante o evento).

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

A Direção Técnica da prova está a cargo de Jorge Agostinho.

Leiria, Setembro de 2019

A Direção do **Clube de Atletismo da Barreira**

Versão 02-11102019