

8º LEIRIA X-MAS NIGHT TRAIL 2019



1 CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1. IDADE DE PARTICIPAÇÃO NA PROVA

O 8º LEIRIA X-MAS NIGHT TRAIL é um evento organizado pelos LIZ RUNNERS, em colaboração com a Câmara Municipal de Leiria (CML), que decorrerá no dia 07 de Dezembro durante o fim da tarde, e inclui as seguintes provas:

K19 – Trail Longo, com altimetria aproximada de 500 D+

CAMINHADA – passeio sem caracter competitivo, com aproximadamente 9 km.

O evento percorrerá ambiente natural, com zonas de serra e mata autóctone nos arredores da cidade de Leiria, e trilhos urbanos de Leiria, com centro logístico no Jardim Luís de Camões, no centro da cidade.

O início da prova de Trail K19 será na fábrica Tosel na localidade de Soutocico, com a meta no Jardim Luís de Camões, no centro da cidade. A caminhada terá um início e fim no Jardim Luís de Camões – Leiria.

A idade mínima de participação nas provas é de 18 anos, exceto na caminhada, onde podem participar menores, desde que acompanhados por familiares.

1.2. INSCRIÇÃO REGULARIZADA

Para participar no evento os atletas deverão ter a sua inscrição devidamente regularizada, e pagamento efetuado, dentro dos prazos estipulados.

1.3. CONDIÇÕES FÍSICAS

O 8º LEIRIA X-MAS NIGHT TRAIL, irá percorrer maioritariamente por trilhos técnicos de desnível moderado, o que tornará esta prova especialmente exigente, carecendo dos atletas já alguma experiência prévia no Trail, preparação física adequada e uma gestão do esforço físico e mental.

1.4. AJUDA

Não é permitido o apoio aos atletas por parte de elementos externos à própria organização da prova, sem ser nos pontos de abastecimento e controlo.

A prova decorre em regime de auto-suficiência e como tal o atleta deve dispor de meios adequados que lhe permitam terminar a sua prova em segurança.

1.5. COLOCAÇÃO DO DORSAL

Será atribuído um dorsal aos atletas, que terá de ser colocado em local visível e deverá ser mostrado aos elementos da organização, sempre que tal for pedido.

1.6. REGRAS DE CONDUTA

Comportamentos inadequados, recurso a linguagem ofensiva, agressões verbais ou mesmo físicas, serão alvo de advertência, desqualificação ou expulsão.

Qualquer atleta que deite lixo para o chão será automaticamente convidado a abandonar a prova e desqualificado da mesma.

2. PROVA

2.1. – ORGANIZAÇÃO

O 8º LEIRIA X-MAS NIGHT TRAIL é uma prova de trail organizada pelos LIZ RUNNERS, com o apoio da Câmara Municipal de Leiria (CML), e com a autorização e apoio das entidades competentes.

2.2. PROGRAMA/HORÁRIO

Sábado, 07 de Dezembro de 2019

09h00 - Abertura do secretariado

15h00 - Saída dos Autocarros do Trail K19, junto ao Banco de Portugal, próximo zona da Meta

15h50 - Briefing técnico da Caminhada (Meta)

16h00 – Partida da Caminhada

16h00 - Abertura do controle zero para o Trail K19 (Soutocico)

16h20 - Briefing técnico Trail K19 (Soutocico)

16h30 - Partida do Trail K19

2.3. DISTÂNCIA / ALTIMETRIA

O K19 desenrola-se maioritariamente por trilhos, estradões e percurso urbano, e terá uma distância aproximada de 19 km, aproximadamente, com um desnível positivo de 500 D+. A caminhada desenrola-se sobretudo em percurso urbano e trilhos citadinos, com uma distância aproximada de 9 km.

2.4. MAPA/PERFIL ALTIMÉTRICO/DESCRIÇÃO DO PERCURSO

PERFIL TRAIL 19K

(a publicar brevemente)

2.5. TEMPO LIMITE

Tempo limite para completar a prova: 4 horas.

Comum para ambas as distâncias, em que cada atleta deverá completar corretamente a totalidade do percurso, acatando sempre as diretivas dos diversos elementos da organização.

2.6. METODOLOGIA DE TEMPOS DE PROVA

Será efetuado através de chip no dorsal, por equipa de cronometragem. O controlo do tempo será feito no início e no final da prova.

2.7. POSTOS DE CONTROLO

A prova terá 1 posto de controlo intermédio em Trail K19.

2.8. LOCAIS DOS ABASTECIMENTOS

A prova de Trail 19K terá 2 pontos de abastecimento intermédios e 1 final: ao km 7,5; ao km 13,5 e meta.

A prova de caminhada terá 1 ponto de abastecimento intermédio e 1 final: ao km 4 e meta.

ATENÇÃO: Cada atleta/caminhante terá de ter um recipiente (copo, cantil bidon, etc) para se abastecer de líquidos nos abastecimentos, uma vez que por questões ambientais a organização não irá facultar qualquer tipo de recipiente.

2.9. MATERIAL OBRIGATÓRIO (VERIFICAÇÃO DE MATERIAL)

- Dorsal
- Recipiente por onde beber nos abastecimentos (Copo, cantil, etc.)
- Frontal

2.9.1. MATERIAL RECOMENDADO

- Camelback / Bidon com 0,5l a 1l de água
- Telemóvel
- Barras / géis

2.10. INFORMAÇÕES SOBRE PASSAGEM DE LOCAIS COM TRÁFEGO RODOVIÁRIO

Aplicam-se as regras de trânsito em vigor, sendo o atleta responsável pela sua segurança e a dos outros transeuntes. Quando a prova de desenrolar na berma da estrada, deverá o atleta encostar-se o mais possível à berma e seguir em fila indiana.

ATENÇÃO: a prova cruzará e partilhará algumas estradas nacionais e secundárias abertas à normal circulação de trânsito, sendo os participantes obrigados a respeitar as regras de viação e indicações dos colaboradores da organização e das autoridades competentes.

2.11. PENALIZAÇÕES / DESCLASSIFICAÇÕES

Os atletas deverão cumprir este regulamento e ter uma conduta desportiva e ambiental adequada. Deverão também cumprir as normas da ATRP. Caso o atleta falhe um ponto de controlo será desclassificado. Caso o atleta não possua um item no material obrigatório será penalizado em 0h30 (meia hora) no tempo final.

2.12. RESPONSABILIDADES PERANTE OS ATLETAS

A organização compromete-se a prestar o auxílio necessário aos atletas, prestando primeiros socorros em caso de necessidade e fornecendo transporte até à meta ou hospital mais próximo, em caso de incapacidade física para continuar na prova.

A inscrição na prova implicará total aceitação do presente regulamento. Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais, ou de qualquer natureza a si mesmos e/ou a terceiros.

A organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência ou de roubo de objetos e/ou valores, de cada participante. Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de responsabilidade dos atos acima descritos.

2.13. SEGURO DESPORTIVO

2.13.1. A organização contratualiza os seguros obrigatórios por Lei (Acidentes Pessoais e de Responsabilidade Civil) conforme o Decreto-Lei nº 10/2009 de 12 de Janeiro, para este tipo de prova, estando o seu prémio incluído no valor da inscrição. O pagamento da franquia do seguro é da exclusiva responsabilidade dos atletas.

3. INSCRIÇÕES

3.1. PROCESSO INSCRIÇÃO

As inscrições terão de ser efetuadas através de formulário próprio, disponibilizado em <http://www...../leiria-xmas-trail>

Após preenchimento do formulário, o atleta ou clube receberá um e-mail com informação para pagamento da inscrição.

O número limite de participantes é de 500 no Trail 19K e 200 na caminhada (este limite poderá ser alterado).

3.2. VALORES E PERIODOS DE INSCRIÇÃO

Prova	Até 28 Novembro	De 29 a 2 Dezembro
TRAIL 19 K	15,00 €	17,00 €
CAMINHADA	8,00 €	9,00 €

3.3. CONDIÇÕES DE VOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO

Não haverá lugar a reembolso em caso de desistência qualquer que seja o motivo.

3.4. MATERIAL/ SERVIÇOS INCLUIDOS COM A INSCRIÇÃO*

- * Dorsal
- * Abastecimentos
- * T-shirt Técnica
- * Pack Inscrição
- * Seguro de responsabilidade civil
- * Seguro de acidentes pessoal
- * Banhos
- * Transporte para a meta (em caso de desistência)
- * Assistência médica e socorro nos locais devidamente assinalados;
- * Outros brindes que a organização possa angariar e anunciar oportunamente.

3.5. SECRETARIADO DA PROVA / LOCAL

O secretariado da prova irá funcionar no Jardim Luís de Camões, no centro da cidade de Leiria.

Onde fica:

Entre a Rodoviária e a Fonte Luminosa (cidade de Leiria) – 39°44'40.2"N 8°48'23.1"W

3.6. SERVIÇOS DISPONIBILIZADOS

- * Banhos (no Estádio Municipal de Leiria)
- * Estacionamento (junto ao Estádio Municipal de Leiria);
- * Outros a anunciar mediante disponibilidade.

4.CATEGORIAS E PRÉMIOS

4.1. DEFINIÇÃO DATA, LOCAL E HORA PARA ENTREGA DE PREMIO

A cerimónia de entrega de prémios terá lugar às 19h30 no local da meta.

4.2. PRÉMIOS

4.2.1. – Serão atribuídos troféus individuais para os três primeiros classificados masculinos e femininos Trail K19, e nos diversos escalões, troféu para a equipa mais numerosa e troféu para a melhor equipa no K19 (3 primeiros classificados).

4.2.2.- ESCALÕES

MASCULINOS

M Júnior	- 18 aos 19 anos
M Sub23	- 20 aos 22 anos
M Seniores	- 23 aos 39 anos
M40	- 40 aos 44 anos
M45	- 45 aos 49 anos
M50	- 50 aos 54 anos
M50	- 55 aos 59 anos
M60	- mais de 60 anos

FEMININOS

F Júnior	- 18 aos 19 anos
F Sub23	- 20 aos 22 anos
F Seniores	- 23 aos 39 anos
F40	- 40 aos 44 anos
F45	- 45 aos 49 anos
F50	- 50 aos 54 anos
F50	- 55 aos 59 anos
F60	- mais de 60 anos

Nota: Para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerada a idade que o atleta terá no dia da prova.

5.INFORMAÇÕES

Toda informação extra será colocada no site da prova em <http://www...../leiria-xmas-trail-2019> e na página do evento no Facebook.

5.1. COMO CHEGAR

* VINDO DA AUTOESTRADA A1

Saída de Leiria, seguir direção ao Hospital, na 1ª rotunda 2ª saída e seguir em frente. Após passar o Rio Lis contornar à direita e seguir a estrada até ao local da prova.

* VINDO DA A8

Saída de Leiria, seguir indicação Estádio, passar o Leiria Shopping, sair à direita em direção a Mª Grande, Leiria Centro e Castelo, na rotunda 2ª saída, na seguinte novamente na 2ª saída. Seguir em frente até uma terceira rotunda onde devem sair na 1ª, depois seguir em frente até ao local da prova.

5.2. ONDE FICAR

Hotel Eurosol, Tryp Leiria, Hotel Íbis, Hotel São Francisco, Hotel São Luís.

5.3. LOCAIS A VISITAR E ATRACÇÕES LOCAIS

Castelo, Igreja da Sra. da Encarnação, Fonte Luminosa, Centro Histórico e vários museus.

6.PROTEÇÃO DE DADOS

Os dados dos participantes indicados no formulário de inscrição serão registados pela empresa organizadora e pela empresa Trilhoperdido para efeitos de processamento no evento nomeadamente, Seguradoras, lista inscritos, notícias e classificações. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para(e-mail).

7.SUSPENSÃO E/OU ANULAÇÃO DAS PROVAS

Caso as condições climatéricas e/ou ambientais se verifiquem extremas (ex.: incendio florestal, tempestades, ciclones, etc) a prova é cancelada,

As mesmas também podem ser suspensas e/ou anuladas por decisão das entidades oficiais tais como, Proteção Civil, GNR,MAI etc.

Em qualquer das situações descritas não haverá em caso algum direito a reembolso.

NOTAS E ALTERAÇÕES

O presente regulamento poderá sofrer alterações, as quais serão comunicadas a todos os participantes através de e-mail, site do evento ou página do evento (facebook).