Regulamento

21/22
CAMPEONATO
NACIONAL
TRAIL ULTRA
ATRP

CAMPEONATO TRAIL 48KM

trilhos do paleozóico

ULTRA

19MARÇO
VALONGO

PROVA ECO

FEDERAÇÃO PORTUGUESA ATLETISMO
VALONGO CÂMARA MUNICIPAL
VALONGO JUNTA DE FREGUESIA

Informações de especial atenção:

- Atendendo à crise pandémica (COVID 19) a organização reserva o direito de proceder a alterações do presente regulamento, com vista ao ajustamento da inerente logística do evento ao protocolo sanitário requerido e validado pela autoridade de saúde pública local.

- O cumprimento do protocolo sanitário – onde se incluem medidas como o uso obrigatório de máscara, desinfeção das mãos, distanciamento social, entre outras – é da responsabilidade de cada participante.

- Todo e qualquer elemento que participa diretamente no evento deverá ter a real noção da importância que pressupõe ter comportamentos socialmente responsáveis e manter os níveis de alerta e rigor em termos de protocolo sanitário a todo o momento.

- A participação na competição está sujeita à entrega prévia dos termos de responsabilidade exigíveis pela organização e pelas autoridades.

- Por força maior (onde se incluem aspetos relacionados com a temática COVID 19 e inerente avaliação do risco pelo Delegado de Saúde local) a organização pode vir a ser obrigada a não realizar o evento e proceder ao seu cancelamento ou adiamento.

- A realização da prova acontecerá desde que a Organização, em conjunto com as autoridades da Proteção Civil Local, entenda que estão reunidas todas as condições e que as mesmas não oferecem risco para os participantes.

- Qualquer participante ao inscrever-se está a concordar e a aceitar na íntegra o presente Regulamento.

O Campeonato Nacional de Trail Ultra realiza-se no dia 19 de março 2022, nos Trilhos do Paleozoico é uma prova que percorre trilhos e caminhos da serra de Santa Justa e de Pias no concelho de Valongo, onde estão inseridos o Parque Paleozoico de Valongo e o Centro de Trail de Valongo, com partida e chegada no Largo do Centenário (centro de Valongo). A competição é coorganizada pela ATRP, Associação de Trail Running de Portugal e pelo do Município de Valongo e Junta de Freguesia de Valongo, com o apoio do Grupo Dramático e Recreativo da Retorta.

1. Condições de participação

1.1. Requisitos:

Só serão admitidos atletas que preencham os requisitos definidos no Regulamento de Competições da ATRP para acesso à prova Campeonato Nacional de Trail Ultra.

1.2. Condições Físicas:

É indispensável que os participantes no Campeonato Nacional de Trail Ultra tenham consciência das dificuldades físicas e mentais inerentes à participação. É imprescindível que os participantes gozem de boa saúde e se encontrem com uma preparação física e psíquica apta a esforços longos e em percursos de trilhos, não se responsabilizando a organização por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela sua participação.

1.3. Definição de possibilidade de ajuda externa:

Aos atletas somente é permitido receber assistência pessoal nas zonas especificadas para o efeito no exterior dos postos de controlo / abastecimento que serão definidas pela organização, e apenas por uma pessoa devidamente certificada para o efeito. Os postos de controlo / abastecimento são áreas reservadas em exclusivo aos atletas. A certificação do assistente deverá ser solicitada pelo participante aquando do secretariado. É estritamente proibida toda a restante ajuda externa.

1.4. Colocação do Dorsal:

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve estar permanentemente visível durante toda a prova, colocado obrigatoriamente à frente.

O incumprimento destas regras poderá originar a não classificação dos atletas

por não ser possível à Organização identificar os mesmos nos diversos controlos realizados ao longo da prova.

Em caso de desistência, desclassificação ou barramento horário o atleta é obrigado a entregar o chip de controlo de tempos à organização.

Em caso de perda do dorsal, poderá ser imposto ao atleta o tempo do último classificado.

1.5. Regras conduta desportiva:

O Campeonato Nacional de Trail Ultra, que decorre nos Trilhos do Paleozoico, é um evento que promove e privilegia, acima de tudo, o fair-play, o contacto com a Natureza e os hábitos de vida saudável.

Os participantes devem ajudar qualquer pessoa em perigo e alertar o posto de controlo mais próximo ou contactarem a Organização. Em caso de desistência durante a prova, o atleta deverá informar de imediato a Organização, em qualquer posto de controlo ou através de contacto telefónico para o número disponibilizado no dorsal.

A Organização reserva-se no direito de excluir da prova, mesmo antes do seu início, qualquer participante que através do seu comportamento condicione a gestão e / ou o bom funcionamento do evento, não havendo reembolso do valor da inscrição. Qualquer comportamento considerado inadequado, através de linguagem ofensiva, agressões verbais e físicas, e desrespeito para com os outros atletas resultará na desclassificação.

O respeito pela Natureza deverá ser constante, não sendo admissível que qualquer atleta polua os trilhos, ou destrua/altere qualquer elemento natural.

Qualquer protesto deverá ser submetido à Organização por escrito até ao início da entrega de prémios, o qual deve ser acompanhado de um depósito de 50 euros, o qual apenas será devolvido se o mesmo tiver provimento. O Júri (ver ponto 6) analisará e tomará uma decisão.

2. A prova

O Campeonato Nacional de Trail Ultra realiza-se nos Trilhos do Paleozoico e atribui os títulos nacionais da categoria / distância. A competição percorre os trilhos e caminhos da região de Valongo, sendo coorganizada pela ATRP, Associação de Trail Running de Portugal, em articulação com a Federação Portuguesa de Atletismo e o Município de Valongo e da Junta de Freguesia de Valongo, com o apoio do Grupo

Dramático e Recreativo da Retorta.

A competição terá uma distância de cerca de 49 km e 2400 D+.

2.1. Barreiras Horárias:

O tempo limite para a conclusão da prova é de 10 horas. A prova contará também com barreiras horárias intermédias – ver tabela em baixo. As barreiras horárias foram calculadas para permitir aos participantes alcançar a linha de meta dentro do tempo limite, contabilizando já as possíveis paragens (descanso, abastecimentos, etc.).

Para continuar em prova, os atletas devem sair do posto de controlo antes do seu encerramento.

As distâncias indicadas são aproximadas e poderão não corresponder ao GPS de cada atleta, pelo que só os dados da organização, serão válidos para o tempo da passagem no posto de controlo.

Distância | Local	Tempo Limite | Hora
25 km | Serra de Pias	05h00 de Prova | 13h00
38 km | Ponte de S. Simão	08h00 de Prova | 16h00
48 km | Meta	10h00 de Prova | 18h00

2.2. Horários e Programa:

A organização alerta que, face à situação de pandemia, os atletas terão de cumprir todas as normas de segurança que venham a ser definidas, nomeadamente de distanciamento social nos vários momentos prévios e pós competição.

O Secretariado funcionará das **18h00** às **21h00** no Auditório Dr. António Macedo, situado na Av. 5 de Outubro 72, 4440-452 Valongo, seguido de briefing da prova. No dia do evento não se entregam dorsais.

O Campeonato Nacional de Trail Ultra terá início às 08h00 de dia 19 de março de 2022, com partida do Largo do Centenário (centro de Valongo). A partida poderá ser realizada por vagas.

Programa:

Dia 18 de Março (Sexta-feira):

18h00 às 21h00: Secretariado - levantamento de dorsais, Auditório Dr. António Macedo.

Dia 19 de Março (Sábado):

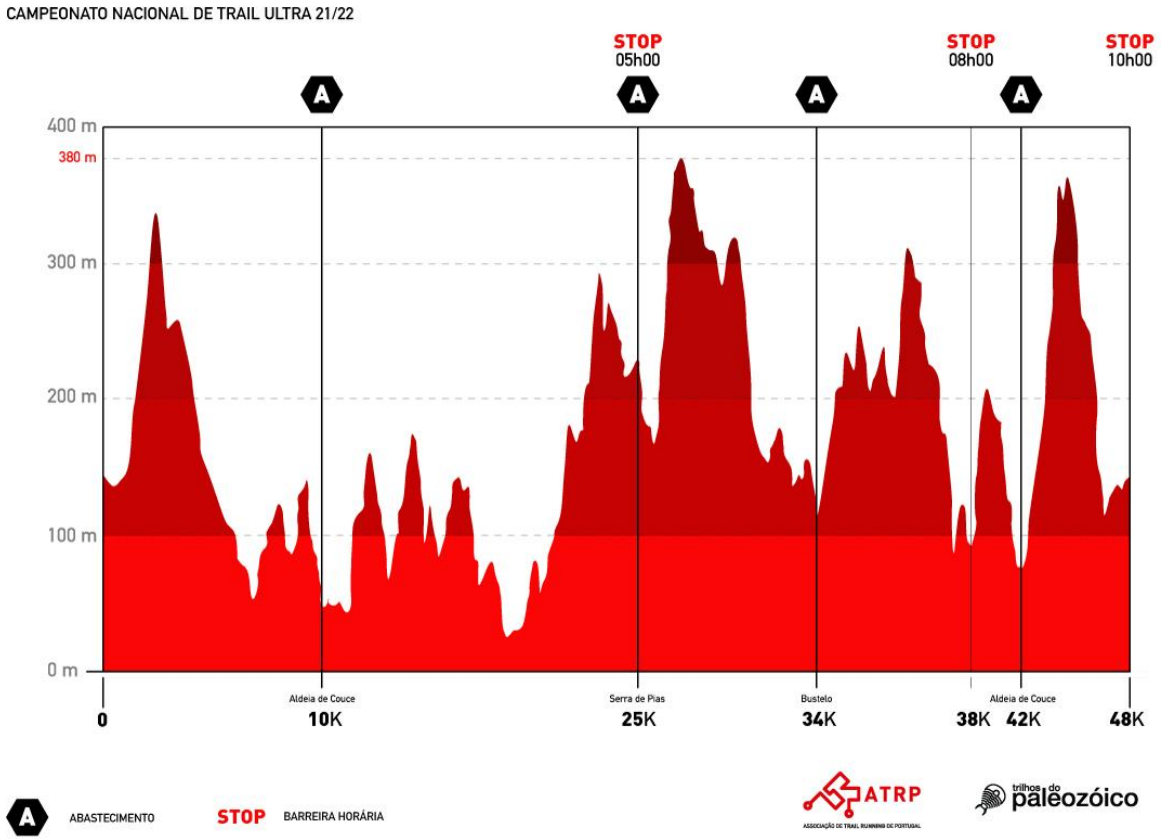
08h00: Partida

16h00: Cerimónia de entrega de prémios

18h00: Hora limite para chegada do último atleta.

2.3. Mapa / Perfil altimétrico / Descrição percurso / Track GPS:

O percurso é feito em trilhos de montanha e ultrapassa obstáculos naturais como rios e ribeiros ou afloramentos rochosos. O terreno é maioritariamente em terra e pedra, podendo pontualmente passar por alcatrão e paralelo.



2.4. Passagens por locais com tráfego rodoviário:

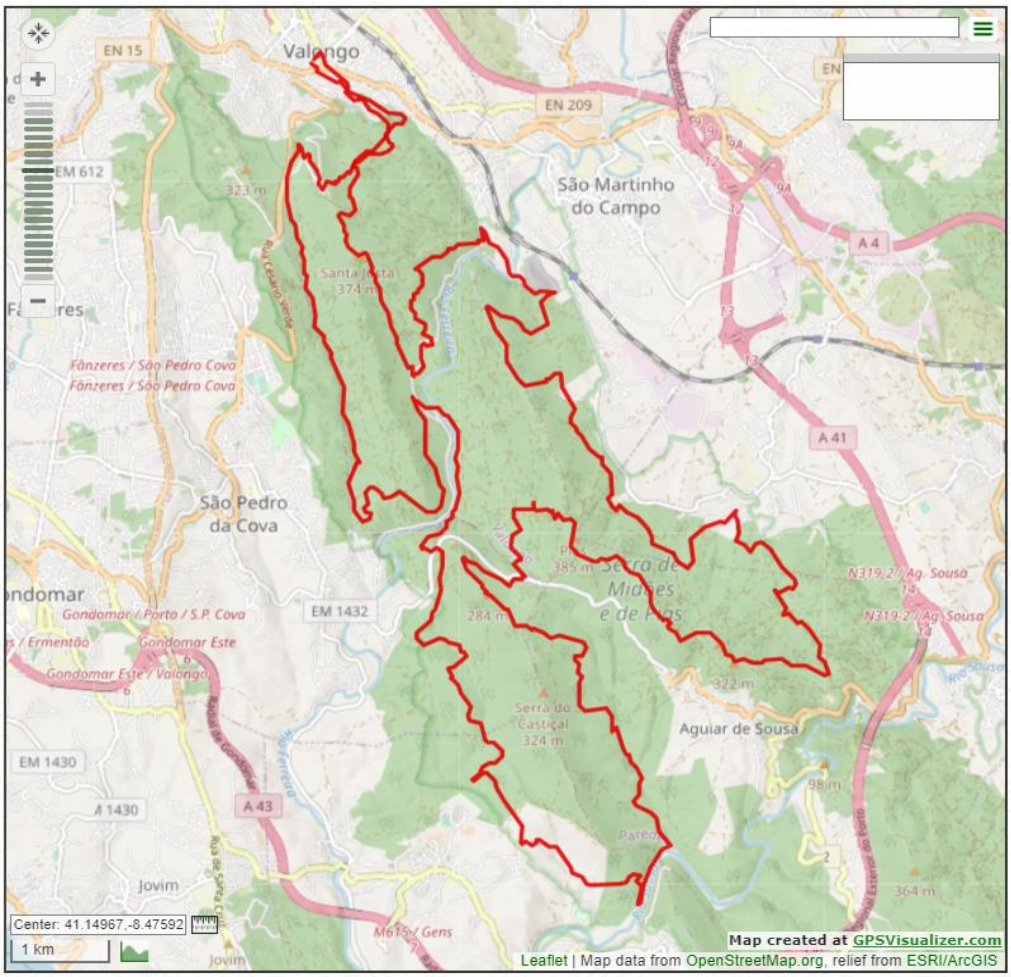
Não haverá corte de tráfego rodoviário. Os participantes devem cumprir as

regras de trânsito nas vilas e estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

Apesar de estar montado um dispositivo de segurança distribuído por todo o percurso, o atleta deve ter atenção redobrada em zonas de tráfego rodoviário.

2.5. Marcação do percurso:

A marcação do percurso será feita predominantemente por fitas colocadas em elementos naturais e outro tipo de sinalética, como tintas biodegradáveis e placas.



Nunca percorrer mais de 200 metros sem ver sinalização. Nesse caso, volte para trás até encontrar a última fita ou sinalização.

Caso não consiga encontrar a continuidade da sinalização entre imediatamente em contato com a organização.

2.6. Metodologia de controlo de tempos:

Será utilizado um sistema de controle de tempos eletrónico com recurso a um chip colocado no dorsal. As partidas poderão ser efetuadas por "vagas". No dorsal estará inscrita a hora de partida de cada atleta. Caso o atleta não compareça na hora determinada, esta será considerada para efeitos de classificação como o momento da sua partida.

2.7. Abastecimentos:

A competição desenrola-se de forma semiautónoma, contando com quatro postos de abastecimentos. Todos os abastecimentos terão água, isotónico, géis e barras. A localização prevista é a seguinte:

Abastecimento	Localização
Abastecimento N.º 01	Aldeia de Couce
Abastecimento N.º 02	Serra de Pias
Abastecimento N.º 03	Bustelo
Abastecimento N.º 04	Aldeia de Couce

Cada participante é responsável por levar a quantidade de bebida e comida necessária até alcançar o próximo abastecimento, devendo ter em conta a sua tipologia.

O apoio externo é permitido por uma pessoa por atleta e apenas nos abastecimentos 1 e 4, na zona delimitada pelos juízes árbitros presentes. O apoio fora destas zonas é equivalente a conduta antidesportiva e acarreta penalização correspondente (ver ponto 2.9).

2.8. Material Obrigatório/Aconselhado:

Todos os participantes deverão ter em atenção que, pela dureza da prova e pelas dificuldades acrescidas decorrentes das condições atmosféricas que se poderão verificar, é obrigatório/aconselhável que se façam acompanhar do seguinte material:

Material obrigatório

- Documento de identificação (para levantamento dos dorsais);

- Apito;
- Manta térmica;
- Telemóvel operacional e ligado;
- Máscara de proteção individual.

NOTA: No controle do material obrigatório o atleta é responsável por retirar os itens da mochila, ou equivalente, e mostrar à equipa de juízes-árbitros.

Material aconselhado

- Calçado apropriado à prática desportiva da modalidade;
- Impermeável ou Corta Vento;
- Mochila ou cinto de Hidratação e recipiente(s);
- Alfinetes ou porta dorsais.

NOTA: a organização não disponibiliza copos nos abastecimentos, nem alfinetes ou porta dorsais.

2.9. Penalizações/desclassificações:

Serão motivo de penalização os atletas que:

- Não apresentarem o material obrigatório (01h00, cada item).

Serão motivo de desclassificação os atletas que:

- Participem com o dorsal de outro atleta;
- Não cumpram a totalidade do percurso estipulado;
- Não passem pelos pontos de controlo;
- Não acatarem as ordens dos membros da organização;
- Apresentem conduta antidesportiva com outros atletas ou organização.

2.10. Responsabilidade perante o atleta / participante:

Os participantes inscritos no Campeonato Nacional de Trail Ultra aceitam participar voluntariamente e sob a sua própria responsabilidade na competição. A Organização não se responsabiliza por qualquer situação que não esteja prevista neste Regulamento.

2.11. Seguro Desportivo:

A Organização subscreve um Seguro de Responsabilidade Civil e de Acidentes Pessoais de acordo com a lei em vigor durante a vigência do evento. Em caso

de acidente, o participante deverá, em primeiro lugar, contactar a Organização, a qual providenciará o seu encaminhamento para a instituição médica mais adequada ao seu estado de saúde. O participante poderá ainda contactar o 112, sendo que neste caso responsabiliza-se pelas despesas que os atos médicos e de transporte acarretarem.

A Organização não assumirá quaisquer despesas de sinistros nem poderá avalizar qualquer situação para ativar o seguro se não tiver tomado conhecimento em tempo oportuno. Os atletas poderão solicitar as condições da apólice no dia anterior à realização do evento. A franquia será da responsabilidade do sinistrado, bem como, qualquer tipo de taxa (e.g. taxas moderadoras).

3. Inscrições

3.1. Processo de inscrição:

As inscrições serão efetuadas em my.atrp.pt

3.2. Valores e datas de inscrição:

O valor da inscrição no Campeonato Nacional de Trail Ultra é de **20,00 Euros**. Este valor permanecerá igual desde o início até ao término do período de inscrições. As inscrições individuais realizam-se até às 23h59m do dia 07 de março, sendo que o prazo limite para as equipas até às 23h59m do dia 14 de Março.

O valor da inscrição não será devolvido caso não compareça ou não possa participar por algum motivo no dia da prova.

Caso as condições climatéricas se verifiquem extremas (ex.: incêndio florestal, tempestade, etc) a partida pode ser atrasada e / ou a prova é cancelada. Se por algum motivo a prova tiver de ser anulada, nomeadamente por imposição das autoridades (DGS, ICNF, etc) ou motivos alheios à organização, o valor da inscrição não será devolvido.

A organização poderá também suspender, reduzir ou parar a prova, não havendo em caso algum direito a reembolso.

O levantamento do dorsal carece de apresentação do documento de identificação referido na inscrição e da entrega do termo de responsabilidade.

3.3. Material incluído com a inscrição:

Dorsal;
Chip de controlo de tempo;
T-shirt do evento;
Medalha de finalista;
Troféus para os vencedores.

3.4. Categorias e Prémios:

A cerimónia da entrega de prémios do Campeonato Nacional de Trail Ultra aos três primeiros da Geral (Masculino e Feminino) terá lugar às **16h00** do próprio dia da prova.
Os prémios só serão entregues aos premiados ou a quem os represente no ato.

4. Contingência COVID-19

Todos os atletas estão obrigados ao cumprimento dos protocolos definidos, bem como quaisquer imposições que possam vir a ser estabelecidas pelas autoridades, nomeadamente pela DGS.

5. sMarketing e imagem

O participante cede à organização o direito da utilização da sua imagem para efeitos de promoção da prova e da modalidade. As entidades organizadoras podem usar imagens ou fotos dos participantes em ações de marketing, nomeadamente na promoção e divulgação deste ou de outros eventos.

6. Júri

Eventuais diferendos serão analisados e decididos por um Júri constituído pelo Juiz Árbitro Principal, pelo Diretor Técnico da Prova e por um Representante dos Atletas nomeado para esse efeito.

7. Notas adicionais

O ato de inscrição pressupõe a aceitação deste regulamento.

A organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência, roubo, furto, assim como dos objetos e valores de cada participante.

Os casos omissos deste regulamento e eventuais diferendos, serão analisados e decididos pelo Júri. A sua decisão é soberana, não podendo ser alvo de recursos.

Caso se justifique, a organização procederá a ajustes ao presente regulamento.
Qualquer dúvida sobre o presente regulamento deverá ser colocada através de ticket em my.atrp.pt

Qualquer dúvida técnica sobre a prova deverá ser apresentada por email, e para os emails info@atrp.pt e info@associacaoradical.pt

As dúvidas ou omissões deste Regulamento serão aplicadas pela Organização de forma soberana, não cabendo recursos a essas decisões.

21/22
CAMPEONATO
NACIONAL
TRAIL ULTRA
ATRP
trilhos do paleozóico
FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO