



## REGULAMENTO

---

V 1

## REGULAMENTO

### TRAIL DA LADEIA - FRUTORRA 2023

#### Enquadramento

O 8.º Trail da Ladeia - Frutorra realizar-se-á no dia a 07 e 08 de outubro de 2023 em Alvorge, Concelho de Ansião, Distrito de Leiria.

O evento é organizado pelo Centro Social Cultural e Recreativo de Alvorge, em parceria com a Associação “100 Gás Trail Team” e conta com a colaboração do Município de Ansião, da Junta de Freguesia do Alvorge e entre outros patrocinadores e colaboradores.

#### Apresentação

A prova Trail da Ladeia - Frutorra é percorrida na sua maioria (cerca de 98%) em trilhos técnicos, estradões e carreiros, em grande parte na freguesia de Alvorge.

Todas as prova começam e terminam na sede do Centro Social Cultural e Recreativo de Alvorge: 39°58'47.7N 008°27'25.1W

#### Condições de Participação

- Idade de Participação
  - A caminhada será aberta a todos os que se julguem capazes, porém, jovens com menos de 18 anos terão que ser acompanhados por um adulto.
  - Nas provas de Ultra Trail Trail Curto e de Trail Longo, os atletas deverão ter uma idade mínima de 18 anos.
  - Todos os interessados com mais de 75 anos podem inscrever-se e participar, contudo, em caso de sinistro, a apólice não os abrange em consequência do limite de idade, nem a entidade organizadora se responsabiliza.

#### Material Obrigatório

- Apito
- Manta Térmica
- Telemóvel Operacional

- A não utilização de qualquer um dos itens obrigatórios é motivo de desclassificação.

#### Programa

- Dia 07/10/2023 (sábado)

Horário do secretariado 15H00 às 19H00 | Local: 39°58'47.7N 008°27'25.1W

Trail Kids | Início 16H30

• **Dia 08/10/2023 (domingo)**

Horário do secretariado 06h00 às 8h45 | Local: 39°58'47.7N 008°27'25.1W

- **Ultra Trail I início às 07H30**
- **Trail Longo** | Início às 09H00 | 39°58'47.7N 008°27'25.1W
- 
- **Trail Curto** | Início às 09H30 | 39°58'47.7N 008°27'25.1W
- 
- **Caminhada** | Início após a partida do Trail Curto | 39°58'47.7N 008°27'25.1W

- Entrega dos prémios | 13H00 (ou logo que possível)

**Distâncias / Altimetria / Grau de Dificuldade**

- **Ultra Trail I +-55km 1900D+ | Moderado**
- Trail Longo | +-32 kms | 1200D+ | Difícil
- Trail Curto | +-18 kms | 670D+ | Moderado
- Caminhada | +-13 kms | 340D+ | fácil

**Sinalização**

- Todo o percurso estará balizado com fitas em estacas de madeira, setas e marcações horizontais (pó de Pedra).
- \*toda a sinalização será retirada nos dias seguintes ao evento.

**Postos de controlo**

- Haverá Postos de Controlo (PC) ao longo das provas. A não passagem dos atletas por todos os postos de controle resulta na sua desclassificação.
- Os Postos de controle poderão ser manuais ou por leitura automática do “chip”.

**Abastecimentos**

**Ultra Trail:**

- 1º Abastecimento= sólidos + líquidos | KM: 40°00'28N 008°27'15W (Ribeira de Alcamouque)
- 2º Abastecimento= sólidos + líquidos | KM: 39°59'59N 008°24'49W (Ateanha)
- 3º Abastecimento= sólidos + líquidos | KM: 39°58'54N 008°26'31W (Vila Nova)
- 4º Abastecimento= sólidos + líquidos | KM: 39°57'40N 008°28'11W (Granja)
- 5º Abastecimento= sólidos + líquidos | KM: 39°58'01N 008°31'07W (Mata)
- 6º Abastecimento= sólidos + líquidos | KM: 39°58'58N 008°29'15W (Vale Galego)

**Trail longo:**

- 1º Abastecimento= sólidos + líquidos | KM: 40°00'28N 008°27'15W (Ribeira de Alcamouque)
- 2º Abastecimento= sólidos + líquidos | KM: 39°59'59N 008°24'49W (Ateanha)
- 3º Abastecimento= sólidos + líquidos | KM: 39°58'54N 008°26'31W (Vila Nova)
- 4º Abastecimento= sólidos + líquidos | KM: 39°57'40N 008°28'11W (Granja)

• **Trail curto:**

1º Abastecimento= sólidos + líquidos | KM: 40°00'28N 008°27'15W (Ribeira de Alcamouque)

2º Abastecimento= sólidos + líquidos | KM: 39°58'54N 008°26'31W (Vila Nova)

**Caminhada:**

1º Abastecimento= sólidos + líquidos | KM: 39°58'54N 008°26'31W (Vila Nova)

Informação: existem vários pontos de água durante os percursos, no entanto, sendo a partilha de objetos proibida, cada participante deve munir-se do seu próprio recipiente.

### Inscrições

- As inscrições irão decorrer através do formulário disponível no site: <https://campeonatomunicipaltrailansiao.com>
- As inscrições encerram a **01/10/2021** ou logo que se atinja o número máximo de participantes permitido em cada prova.
- Todos os participantes deverão ter regularizado o pagamento da sua inscrição até às 23h59 do dia 03/10/2023.

### Fases de Inscrição e Preços

- 1ª fase: até 31 de Julho: Trail Longo, Curto e Caminhada: 9,00€
- 2ª fase: 1 de Agosto a 11 de setembro: Trail Longo, Curto e Caminhada: 12,00€
- 3ª fase: 12 de setembro a 01 de outubro: Trail Longo, Curto e Caminhada: 15,00€

**Ultra Trail**

1ª fase: até 31 de Julho: 15€

2ª fase: 1 de Agosto a 11 de setembro: 18€

3ª fase: 12 de setembro a 01 de outubro: 20€

**Trail Kids:** 5,00€ (em qualquer fase)

### Kit de Participante

- Os atletas terão direito a pequeno-almoço, dorsal, t-shirt técnica, prémio de presença, abastecimentos, almoço, kidsitting e seguro de acordo com as normas em vigor.

### Escalões \*

**Ultra Trail**

Classificação Geral 1º 2º e 3º classificado masculino e Feminino.

**Trail Longo / Trail Curto**

M Sub 23 e F Sub 23: 18 aos 22 anos

M Seniores e F Seniores: 23 aos 39 anos

M 40 e F40: 40 aos 44 anos

M 45 e F45: 45 aos 49 anos  
M 50 e F50: 50 aos 54 anos  
M 55 e F55: 55 aos 59 anos  
M 60 e F60: mais de 60

\* 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.

## Prémios

- A cerimónia da entrega de prémios terá lugar às 13H00 ou logo que possível.
- Os prémios serão entregues aos premiados ou a quem os represente no ato.
- Lista de Prémios:

### Ultra Trail

**1º geral masculino + 1º geral feminino:** Prémio especial Troféu + Cabaz de produtos endógenos  
**2º e 3º geral masculino + 2º e 3º geral feminino:** Troféu

- **Trail Longo:**

**1º geral:** um Presunto

**1º geral masculino + 1º geral feminino:** Troféu + Cabaz de produtos endógenos

**2º e 3º geral masculino + 2º e 3º geral feminino:** Troféu

**1º, 2º e 3º geral masculino + 1º, 2º e 3º geral feminino, por escalão:** Troféus

- **Lista Trail Curto:**

**1º geral masculino + 1º geral feminino:** Troféu + Cabaz de produtos endógenos

**2º e 3º geral masculino + 2º e 3º geral feminino:** Troféu

**1º, 2º e 3º geral masculino + 1º, 2º e 3º geral feminino, por escalão:** Troféus

**1ª, 2ª e 3ª Equipas\*:** Troféu

\* somatório dos 3 melhores atletas chegados, independente do escalão/sexo.

\* Outros prémios que venham a ser angariados serão previamente anunciados.

**Equipa mais numerosa\*:** 1 Leitão (acima de 35 elementos serão 2 leitões)

\* Em caso de empate, será considerada a equipa com a sede mais distante do local da prova.

## Penalizações / Desclassificações

A Direção da Prova e os Controladores são responsáveis pela aplicação das regras e regulamento que regem a prova, pelo que estão autorizados a aplicar as penalizações e desclassificações apresentadas seguidamente:

### Desclassificação :

**. Não estar munido do material obrigatório descrito no presente regulamento.**

- Não prestar assistência a um participante que esteja a necessitar de ajuda;
- Abandonar a prova sem avisar a Organização;
- Partilhar o dorsal com outra pessoa, durante parte ou na totalidade do percurso;

- Dorsal não visível, durante parte ou na totalidade do percurso;
- Utilizar caminhos que não são os sinalizados para a prova, atalhando intencionalmente o percurso;
- Utilizar transporte não autorizado (boleia);
- Falta gravosa ao respeito para com a Organização ou outros participantes (agressão ou insulto);
- Retirar sinalização do percurso;
- Desobedecer às medidas de segurança indicadas pela Organização e entidades associadas;
- Exceder o tempo limite nos Postos de Controlo e Abastecimento (PAC);
- Falhar 1 (um) ou mais Postos de Controlo;
- Perda do chip;
- Atirar lixo para o chão e/ou danificar o meio envolvente;
- Receber ajuda externa fora das áreas definidas pela Organização.

A Direção de Prova baseada no seu próprio julgamento tem poderes para desclassificar e/ou penalizar qualquer atleta que perturbe o normal funcionamento do evento.

### Seguro

- 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, neste caso responsabiliza-se pelas despesas que os atos médicos e de transporte acarretarem.

A Organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro. As condições da Apólice serão divulgadas no site do evento.

- Coberturas:

Coberturas	Capitais por pessoa	Franquias p/ pessoa	Idade Limite de permanência
Morte por Acidente	28.034,76 Euros		75
Invalidez Permanente por Acidente	28.034,76 Euros		75
Despesas de Tratamento por acidente	4.485,05 Euros	90,00 Euros	75
Morte simultânea da Pessoa Segura e Cônjuge	15.000,00 Euros		75
Despesas de Funeral (Gastos)	5.000,00 Euros		75
Despesas c/ operações salvamento, busca, transp. sinistrado	1.000,00 Euros		75

### Condições devolução do valor de inscrição

- Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição.
- No caso de cancelamento da prova todas as inscrições passaram automaticamente para a nova data.
- As inscrições são pessoais e intransmissíveis.



### **Informações sobre passagem em locais com tráfego rodoviário**

- Nas zonas de atravessamento de vias com tráfego rodoviário, haverá Colaboradores da organização identificados para auxílio dos atletas nestas zonas, no entanto, não tendo os atletas vias reservadas nem prioridade sobre o tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito nas localidades e estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas.

### **Direitos de Imagem e Publicidade**

- A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do Trail da Ladeia e de audiovisuais fotográficos e jornalísticos do evento. Qualquer projeto ou suportes publicitários produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da organização.

### **Proteção de Dados**

- Os dados dos atletas indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos de processamento no evento e para eventual controlo epidemiológico. No entanto os mesmos poderão vir a ser publicados, nomeadamente, em notícias diversas e tabelas de classificação. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando-nos um e-mail para: [alvorge.trail@gmail.com](mailto:alvorge.trail@gmail.com).

### **Outros**

- A inscrição em qualquer uma das provas do Trail da Ladeia - Frutorra 2023, implica que o atleta que se inscreve tome conhecimento e aceite sem quaisquer reservas o presente Regulamento.
- Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos pela organização, de cujas decisões não haverá recurso.