



# TRAIL TERRAS DO CONDE

**10.09.2023 - CASTELO DE PAIVA**

3ª Edição

# REGULAMENTO

Organização





## 1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

### 1.1. Idade de participação nas diferentes provas

O Trail 28km terá uma idade mínima de inscrição de 18 anos, cumpridos até 31/10/2023.

O Trail 18km terá uma idade mínima de inscrição de 16 anos, cumpridos até 31/10/2023, mediante autorização do encarregado de educação.

A caminhada não tem restrições de idade e podem participar menores de idade, desde que acompanhados por um adulto responsável.

### 1.2. Inscrição regularizada

A inscrição para as diversas provas será feita, exclusivamente, através da plataforma da Stopandgo, entre 25/04/2023 e 03/09/2023.

### 1.3. Condições físicas

O atleta tem de estar consciente que para finalizar a prova será necessário percorrer um caminho longo, de grau de dificuldade elevado, com muitos desníveis e piso muito irregular, pelo que deverá estar preparado fisicamente e psicologicamente.

### 1.4. Definição possibilidade de ajuda externa

O atleta poderá receber ajuda externa durante a prova desde que não seja colocada em causa a verdade desportiva, nem seja prejudicado qualquer outro atleta.

### 1.5. Colocação dorsal

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível pelo que deverá ser colocado, preferencialmente ao nível do peito, de forma bem visível.

### 1.6. Regras de conduta desportiva

O comportamento inadequado, o recurso a linguagem ofensiva, agressão verbal ou de qualquer espécie, por parte do atleta será sujeito a análise por parte da organização, podendo resultar numa advertência, penalização de tempo ou desclassificação do atleta.



## 2. PROVA

### 2.1. Apresentação da prova / Organização da prova

O Trail Terras do Conde 2023 é organizado pelo Centro Sol Nascente e pelo Município de Castelo de Paiva, e está integrado no calendário dos “Jogos Desportivos de Castelo de Paiva”.

Nesta edição, que é já a terceira, foi escolhida uma vez mais, pela organização, a região do Couto Mineiro Pejão e da freguesia de Santa Maria de Sardoura, onde estão traçados todos os trilhos.

Ao longo da prova os atletas poderão desfrutar de uma paisagem magnífica, tendo como principal ponto de referência a passagem pelo Monte de São Domingos. Deste santuário edificado na união de Freguesias de Raiva, Pedorido e Paraíso é possível apreciar o Rio Douro desde o Concelho de Gondomar, a foz do Rio Arda. Devido à sua altitude são visíveis inúmeras serras da região, bem como a cidade do Porto e Vila Nova de Gaia, pelo que é também um excelente atrativo para a prática da modalidade de trail pelo elevado desnível que proporciona e grau de dificuldade.

Uma vez mais a organização fará todos os esforços para que as provas do evento integrem os circuitos nacionais da ATRP, bem como obtenham selo de verificação por parte deste organismo no que confere à verificação de todo o processo organizativo.

A logística do evento será toda instalada na Escola E.B. 2,3 do Couto Mineiro Pejão, pelo que banhos, secretariado, entrega de trofeus, partida, chegada, reforço final e estacionamento serão todos no mesmo perímetro, permitindo que tudo decorra de forma simples e organizada para o atleta.

Esta organização promove outros eventos desportivos ao longo do ano, como são exemplo várias caminhadas ao longo dos percursos PayvÁPé, implementados pelo Centro Sol Nascente em todo o concelho de Castelo de Paiva, bem como a organização do Rios Ibéricos – Triatlo e Duatlo, que em Julho promove na nossa região competição ao mais alto nível nacional, tendo em 2022 palco da final da taça de Portugal de triatlo, que contou com transmissão televisiva.



A equipa técnica do evento será composta pelos seguintes elementos:

- Delegado Técnico do Evento: Sérgio Moreira
- Coordenação da Segurança e Meios de Socorro: Rui Gomes
- Coordenação da limpeza e manutenção dos trilhos: Paulo Martins
- Coordenação de Staff: Marta Alves
- Coordenação da marcação dos trilhos: Ana Duarte
- Coordenação da comunicação e Secretariado: André Maria
- Coordenação dos meios audiovisuais: João Paulo Santos
- Coordenação de designs e promoção: Carlos Gonçalves
- Coordenação da alimentação: Vitor Gomes

O evento terá as seguintes provas:

- Trail Longo (+/- 28Km)
- Trail Curto (+/- 18Km)
- Caminhada (+/- 8km)

## 2.2. Programa/Horário

As provas terão início na Escola EB 2,3 Couto Mineiro Pejão, sendo que o secretariado funcionará nesse espaço.

Sábado, 9 de Setembro de 2023

10h00 – 12h00 - Secretariado e levantamento de Dorsais

14h00 – 18h00 - Secretariado e levantamento de Dorsais

Domingo, 10 de Setembro de 2023

07h00 - Abertura de Secretariado e levantamento de Dorsais.

08h45 - Controlo zero do Trail Longo

09h00 – Partida Trail longo

09h05 - Controlo Zero do Trail Curto

09h15 – Partida do Trail Curto

09h30 – Partida da Caminhada

12h00 | 13h00 - Cerimónia de entrega de prémios

\*Horários sujeitos a alterações



### 2.3. Distância / Altimetria / Dificuldade ATRP

Os elementos referentes à descrição do percurso, o mapa com indicação do mesmo e respetivo perfil altimétrico serão disponibilizados e publicados para consulta na página do facebook da prova em [www.facebook.com/trailterrasdoconde](http://www.facebook.com/trailterrasdoconde)

Nome da Prova	Distância	Tipo	Desnível +	Dificuldade
Trail Longo	29,40 Km	Trail Longo	1.509m	Grau 3
Trail Curto	18,00 Km	Trail Curto	922m	Grau 3
Caminhada 8Km	8,26 Km	Caminhada	407m	Grau 2

### 2.4. Tempo Limite

As provas Trail Longo e Trail Curto terão postos de controlo intermédios, com tempo limite que será anunciado até à abertura das inscrições, salvaguardando o facto de poder sofrer alterações, que deverão ser comunicadas antes da prova aos atletas.

Todavia, estão previstos postos 4 intermédios com tempo limite.

- Monte de São Gens – Trail Longo – *Tempo Limite por definir*
- Sede Centro Sol Nascente – Trail Longo – *Tempo Limite por definir*
- Choupal, no último reforço – Trail Longo e Trail Curto – *Tempo Limite por definir*
- Ponte de Crocas – Trail Longo e Trail Curto – *Tempo Limite por definir*

O atleta que chegar até a um destes pontos intermédios fora do tempo limite é desclassificado da prova. É prestado ao atleta assistência para que possa deslocar-se em viatura da organização para a meta. Caso o atleta insista em continuar a prova, apesar de saber que está desclassificado e de ser aconselhado a parar, a organização não garante:

- Que a marcação permaneça colocada
- Que o staff e meios de socorro colocados ao longos dos trilhos auxiliem em locais perigosos.
- Não garante o acesso ao reforço final, nem infraestruturas logísticas da prova.

### 2.5. Metodologia de controlo de tempos

O controlo de tempos será feito pela empresa StopAndGO com recurso a chip.



## 2.6. Postos de controlo

A prova terá pelo menos 2 postos de controlo em local secreto, a definir pela organização.

## 2.7. Postos de abastecimento

### Trail Longo

7' Km - Sólidos e líquidos  
13' Km – Líquidos  
18' Km – Sólidos e Líquidos  
23' Km - Líquidos  
26' Km – Sólidos e Líquidos  
Reforço junto à meta

### Trail Curto

7' Km - Sólidos e líquidos  
9' Km – Líquidos  
15' Km – Sólidos e Líquidos  
Reforço junto à meta

### Caminhada 8Km

4' Km - Sólidos e líquidos  
Reforço junto à meta

*\*No caso de as previsões meteorológicas apontarem para um dia de muito calor, a organização poderá colocar postos adicionais de reforços de líquidos.*

## 2.8. Material obrigatório

- Apito, Manta Térmica, Telemóvel operacional

## 2.9. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário,

A prova irá decorrer em poucos troços de passagem com tráfego rodoviário, todavia recomendamos que os atletas tenham cuidado ao passar os troços rodoviários, apesar de a organização colocar staff e também forças policiais nas interceções.



## 2.10. Penalizações / desclassificações

Será penalizado ou desclassificado todo o atleta que:

- Não apresentar um ou mais itens obrigatórios (desclassificado);
- Não complete a totalidade do percurso (desclassificado);
- Deteriore ou suje o meio por onde passe (desclassificado);
- Não leve o dorsal bem visível (penalizado);
- Adulteração do dorsal (desqualificação);
- Ignore as indicações da organização (desclassificação);
- Tenha alguma conduta antidesportiva (desclassificado);
- Não passe nos postos de controlo (desclassificado);
- Não cumpra com o tempo limite dos pontos intermédios (desclassificado).

## 2.11. Seguro

O Trail Terras do Conde terá um seguro de Responsabilidade Civil e um seguro de acidentes pessoal para todos os atletas devidamente inscritos. O seguro está de acordo com a legislação em vigor (Dec. Lei 10/2009), que obriga todos os promotores e organizadores de eventos desportivos à realização de seguro de acidentes pessoais, com os capitais obrigatórios.

## 3. INSCRIÇÕES

### 3.1. Processo inscrição

As inscrições serão efetuadas no site da Stopandgo, a partir de 25 de Abril de 2023, onde estará disponível toda a informação referente à prova.

Após ser feita a inscrição, os atletas terão que regularizar o pagamento no prazo máximo de 48 horas, após esse período a inscrição será anulada, sendo necessário fazer novamente a inscrição.

### 3.2. Valores e período de inscrição

**Primeira fase - 25/04/2023 a 15/08/2023**

Prova	Kit Completo	Kit Sem T-shirt
Trail Longo	13,00 €	10,00 €
Trail Curto	11,00 €	8,00 €
Caminhada	6,00 €	Não aplicável



### Segunda fase – 16/08/2023 a 03/09/2023

Prova	Kit Completo	Kit Sem T-shirt
Trail Longo	14,00 €	11,00 €
Trail Curto	12,00 €	9,00 €
Caminhada	6,00 €	Não aplicável

As inscrições encerram dia 3 de setembro de 2023, sendo que será possível efetuar alterações “administrativas” junto da organização até dia 04/09/2023.

Em condições normais o evento terá inscrições limitadas a 1000 Atletas, no total das provas.

### 3.3. Condições de devolução do valor de inscrição

Em momento algum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista de participar na prova. Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser efetuadas no prazo máximo de 7 dias de antecedência à realização da prova. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos e motivos por parte da organização.

No evento necessitar de ser **cancelado ou adiado** esta compromete-se a restituir o valor da inscrição através de uma das opções abaixo, à escolha do atleta:

1ª - Inscrição transita para nova data

2ª – Atleta recebe no mínimo 50% do valor da inscrição. Este valor poderá ser de 100% mediante avaliação da entidade organizadora com base no impacto do cancelamento ou adiamento e dos custos suportados pela entidade organizadora, imperando sempre o bom senso na análise e a preocupação com os atletas.

### 3.4. Material incluído com a inscrição

Como forma de reduzir os custos aos atletas, a organização dá a possibilidade ao atleta de ter um kit completo ou reduzido.

Kit Completo: Inscrição na prova, Dorsal, seguro de acidentes pessoal; abastecimentos; t-shirt; Medalha finisher e banhos, eventuais ofertas de parceiros.

Kit reduzido: Não inclui T-Shirt. Inclui todas as restantes vantagens do Kit Completo.





### 3.5. Secretariado da prova / Horários e local

O secretariado funcionará na Escola EB 2,3 Couto Mineiro e Pejão, na Rua Dr. Anastácio Vasconcelos, Oliveira do Arda - 4550-612 Raiva, nos seguintes horários:

Sábado, 9 de Setembro de 2023

10h00 – 12h00 - Secretariado e levantamento de Dorsais

14h00 – 18h00 - Secretariado e levantamento de Dorsais

Domingo, 10 de Setembro de 2023

07h00 - Abertura de Secretariado e levantamento de Dorsais.

### 3.6. Banhos

Os banhos serão no pavilhão da Escola EB2,3 Couto Mineiro Pejão, junto à meta.

## 4. CATEGORIAS E PRÉMIOS

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

A entrega dos prémios será no próprio dia da prova, entre as 12h e as 13h no recinto da Escola EB 2,3 do Couto Mineiro Pejão

### 4.2. Definição das categorias (etárias, sexo, individuais e equipas)

Masculinos	Femininos
<b>M Juvenil</b> - 16 a 17 anos (até 15 km)	<b>F Juvenil</b> - 16 a 17 anos (até 15 km)
<b>M Júnior</b> - 18 a 19 anos (até 25 km)	<b>F Júnior</b> - 18 a 19 anos (até 25 km)
<b>M Sub 23</b> - 20 a 22 anos	<b>F Sub 23</b> - 20 a 22 anos
<b>M Seniores</b> - 23 a 39 anos	<b>F Seniores</b> - 23 a 39 anos
<b>M40</b> - 40 a 44 anos	<b>F40</b> - 40 a 44 anos
<b>M45</b> - 45 a 49 anos	<b>F45</b> - 45 a 49 anos
<b>M50</b> - 50 a 54 anos	<b>F50</b> - 50 a 54 anos
<b>M55</b> - 55 a 59 anos	<b>F55</b> - 55 a 59 anos
<b>M60</b> - mais de 60 anos	<b>F60</b> - mais de 60 anos

Para cálculo da idade os atletas devem ter em conta a idade que terão a 31-10-2023.

Será com base nessa data, em conformidade com o cálculo da ATRP, que é atribuído o escalão.



#### **4.3. Prémios**

##### Individual Trail Longo

- Para cada escalão: Troféu do 1º ao 3º Masculino
- Para cada escalão: Troféu do 1º ao 3º Feminino

##### Individual Trail Curto

- Para cada escalão: Troféu do 1º ao 3º Masculino
- Para cada escalão: Troféu do 1º ao 3º Feminino

##### Geral Equipas Trail Longo (M/F)

- 1ª Classificado por Equipas
- 2ª Classificado por Equipas
- 3ª Classificado por Equipas

##### Geral Equipas Trail Curto (M/F)

- 1ª Classificado por Equipas
- 2ª Classificado por Equipas
- 3ª Classificado por Equipas

Podem ser estabelecidos outros prémios não considerados no presente regulamento;  
Poderá haver sorteio de material ou outros produtos que a organização venha a angariar;



## 5. INFORMAÇÕES E DISPOSIÇÕES FINAIS

### 5.1. Como chegar

Desde o Porto (litoral):

<https://goo.gl/maps/xhiuojMwykQcyjcW8>

Desde Lisboa (sul): <https://goo.gl/maps/UXcTKcoCrLgSpoZ16>

Desde Vila Real (norte): <https://goo.gl/maps/h8VMYL7uiCGc8LvL7>

### 5.2. Onde ficar

<http://www.cm-castelo-paiva.pt/pt/onde-ficar>

### 5.3. Marcação e controlos

O percurso estará marcado com fitas (**cor a designar**), sendo obrigatória a passagem pelos postos de controlo estabelecidos em locais secretos.

### 5.4. Responsabilidade ambiental

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.

### 5.5. 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.



## 5.6. Proteção de Dados

Todos os dados recolhidos no processo de inscrição são mantidos e tratados de uma forma segura e destinam-se ao desenvolvimento natural do evento nomeadamente; validação do seguro nominal efetuado para todos os participantes no evento, lista de inscritos e elaboração de tabelas de resultados/classificações.

## 5.7. Apoio e emergência

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem, conforme plano de Segurança e Emergência e meios envolvidos. O responsável máximo de apoio e emergência será o Rui Gomes, que fará a interligação entre as seguintes entidades:

- Bombeiros Voluntários de Castelo de Paiva.
- GNR de Castelo de Paiva.
- Staff Centro Sol Nascente, coordenado por Marta Alves.

## 5.8. Casos omissos

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

## 5.9. Diversos

Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar as regras de viação nos cruzamentos da estrada.

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova se as condições assim o obrigarem.

Este regulamento ainda pode ser alterado de modo a que fique mais completa a informação.



#### 5.10. PARECER DGS

O evento poderá ter de ser realizado mediante autorização da DGS e proteção civil, pelo que qualquer situação contemplada poderá ser revista e ajustada em função do estado da pandemia em Setembro de 2023, que neste momento ainda é muito difícil de antever.

#### 5.11. PREVISÕES IPMA

O evento poderá ter de ser alterado ou adiado mediante previsões do IPMA e proteção civil, pelo que qualquer situação contemplada poderá ser revista e ajustada em função desse fator.

Este regulamento foi feito de acordo com o “regulamento tipo” da Associação de Trail Running de Portugal.



*Fica a par de todas as novidades!*



@trailterrasdoconde

@centrosolnascente

@riosibericostriatlo