

REGULAMENTO IV TRAIL DO RIO PAIVA

Índice

1. CONTEXTUALIZAÇÃO DO IV TRAIL DO RIO PAIVA (IVTRP)	3
2. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO	3
2.1. Idade de participação.....	3
2.2. Inscrição regularizada	3
2.3. Condições Físicas.....	4
2.4. Auxílio durante a Prova	4
2.5. Colocação do dorsal e chip para a cronometragem.....	4
2.6. Regras de conduta desportiva.....	4
3. PROVA IVTRP.....	4
3.1. Programa/horário.....	5
3.2. Mapa / Perfil altimétrico/ descrição do percurso	6
3.3. Tempo limite	8
3.4. Metodologia de controlo de tempos	8
3.5. Postos de controlo.....	8
3.6. Abastecimento	9
3.7. Material Obrigatório.....	9
3.8. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário.....	9
3.9. Penalizações / desclassificações	9
3.10. Responsabilidades perante o atleta / participante.....	10
3.11. Seguro desportivo e de responsabilidade civil.....	10
4. INSCRIÇÕES.....	10
4.1. Processo de inscrição.....	10
4.2. Valores e períodos de inscrição	10
4.3. Condições de devolução do valor de inscrição.....	10
4.4. Material incluído com a inscrição	11
4.5. Secretariado da prova / horários e locais	11
4.6. Serviços disponibilizados.....	11
5. CLASSIFICAÇÕES/ESCALÕES.....	11
5.1. Classificações.....	12
5.2. Prémios.....	12



5.3. Prazos para reclamação de classificações	12
6. INFORMAÇÕES	13
6.1. Localização	13
6.2. Segurança.....	13
6.3. Cedência dos direitos de imagem	13
6.4. Proteção de dados	13
6.5. Esclarecimento de dúvidas.....	13
6.6. Diversos.....	14



Atenção:

Todos os atletas inscritos devem permanecer atentos à página de Facebook da prova <https://www.facebook.com/profile.php?id=100018623078222> onde serão colocados todos os avisos oportunos que sirvam de complemento a este regulamento. Se se justificar, a organização procederá a ajustes no presente regulamento.

1. CONTEXTUALIZAÇÃO DO IV TRAIL DO RIO PAIVA (IVTRP)

O IV Trail do Rio Paiva é uma prova competitiva de corrida de montanha, organizada pela Duelo D'Ocasião - Associação. A prova tem lugar no concelho de Cinfães, tendo como local de partida e chegada a Escola Do 2º E 3º Ciclos Do Ensino Básico De Souselo, localizada na freguesia de Souselo.

Este evento desportivo conta com o apoio institucional e logístico do Município de Cinfães, como também, com o apoio de diversas instituições locais, para promover o desporto de natureza na região, que tem como pano de fundo as belas paisagens do rio Paiva e seus afluentes.

O IV Trail do Rio Paiva realizar-se-á no próximo dia 15 de Janeiro de 2023 em Souselo, Cinfães. O evento será constituído por três provas:

- IVTRP25K com uma distância aproximada de 25Km com desnível positivo acumulado de 967m.
- IVTRP17K com uma distância aproximada de 17Km com desnível positivo acumulado de 669m.
- Caminhada, sem intuito competitivo, com uma distância aproximada de 8Km.

2. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

2.1. Idade de participação

No percurso IVTRP25K podem participar indivíduos com idade igual ou superior a 18 anos e no percurso IVTRP17K podem participar indivíduos com idade igual ou superior a 16 anos e a caminhada é aberta a menores desde que acompanhados por uma pessoa maior de idade.

2.2. Inscrição regularizada

A inscrição será feita através do site <https://stopandgo.net/>, não sendo necessário enviar comprovativo de pagamento para a organização. Este deverá ser efetuado num prazo máximo de 3 dias após a emissão da referência multibanco. Quando do levantamento do dorsal é necessário levar documento de identificação referente à inscrição.



2.3. Condições Físicas

Para participar é indispensável:

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas;
- Encontrar-se adequadamente preparado a nível físico e mental;
- Ter adquirido, antes do evento, uma capacidade real de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de percursos, como por exemplo: Conseguir enfrentar, sem ajuda externa, condições ambientais e climáticas adversas (vento, nevoeiro e chuva); saber gerir as dificuldades físicas ou mentais decorrentes de fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, as pequenas lesões, entre outras.

2.4. Auxílio durante a Prova

A ajuda externa só é possível nos postos de abastecimento (PA), não podendo essa assistência interferir com a prova de outros atletas.

2.5. Colocação do dorsal e chip para a cronometragem

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado de forma bem visível e de preferência à altura do peito. Está proibida qualquer alteração na colocação do dorsal sob pena de desclassificação, nomeadamente a colocação do dorsal na mochila. A não colocação do dorsal ou o seu extravio durante a prova implica a pena de desclassificação. Os atletas deverão ser portadores de alfinetes ou outro tipo de suportes para fixar o respetivo dorsal. O chip deve ser colocado no calçado para eficaz leitura por parte do sistema, sob pena dos resultados serem inválidos.

2.6. Regras de conduta desportiva

O comportamento inadequado ou o recurso a linguagem ofensiva dará lugar a advertência podendo levar à desclassificação do atleta. Sendo o trail running uma atividade que prima pelo respeito da natureza e meio ambiente, todos os atletas deverão ter o cuidado de não abandonar resíduos, devendo transportar os mesmos até um PA ou até à meta onde existirão recipientes apropriados para o efeito, correndo o risco de serem desclassificados caso cometam esta infração.

3. PROVA IVTRP

O IV TRAIL DO RIO PAIVA decorrerá nos seguintes percursos:

IVTRP25K



Terá início às 9H15 do dia 15 de janeiro, na Escola Do 2º E 3º Ciclos Do Ensino Básico De Souselo (junto à Igreja), dirigindo-se para o Rio Paiva, num percurso com uma distância de 25km e aproximadamente 1121 metros de elevação acumulada, terminando na Escola Do 2º E 3º Ciclos Do Ensino Básico De Souselo. O percurso passará pelos trilhos das freguesias de Souselo, Travanca e Moimenta.

IVTRP17K

Terá início às 9H30 do dia 15 de Janeiro, na Escola Do 2º E 3º Ciclos Do Ensino Básico De Souselo (junto à Igreja), dirigindo-se para o Rio Paiva, num percurso com uma distância de 17km e aproximadamente 744 metros de elevação acumulada, terminando na Escola Do 2º E 3º Ciclos Do Ensino Básico De Souselo. O percurso passará pelos trilhos das freguesias de Souselo, Travanca e Moimenta.

CAMINHADA

Depois da partida de todos os atletas será a vez dos caminheiros. A Caminhada terá início pelas 9h40 com início na Escola Do 2º E 3º Ciclos Do Ensino Básico De Souselo, sendo o seu percurso na Freguesia de Souselo. Apresenta-se com uma distância de cerca de 8km e será devidamente marcada com fitas pela organização. A caminhada não tem intuito competitivo e cada caminheiro será livre de fazer a mesma ao ritmo que pretender.

3.1. Programa/horário

No dia de 14 de janeiro de 2023:

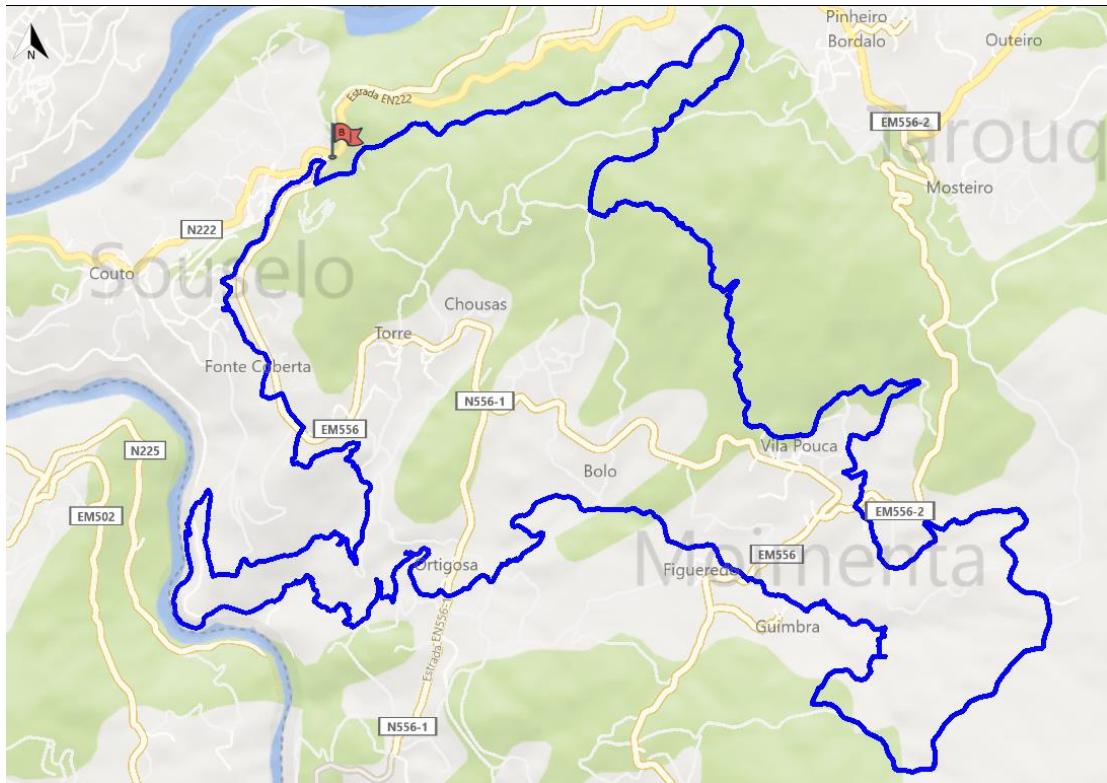
- 16h00 Abertura do secretariado para confirmação de presença e levantamento de dorsais
- 20h00 Encerramento do secretariado

No dia de 15 de janeiro de 2023:

- 07h00 Abertura do secretariado para confirmação de presença e levantamento de dorsais
- 08h45 Encerramento do secretariado
- 08h50 Controlo Zero da prova de IVTRP25K
- 09h00 Briefing com os atletas e caminheiros na zona de partida
- 09h15 Partida do IVTRP25K
- 09h20 Controlo Zero da prova de IVTRP17K
- 09h30 Partida do IVTRP17K
- 09h35 Partida da Caminhada 8 km
- 13h00 Entrega de prémios
- 13h15 Almoço
- 16h00 Encerramento do IV TRAIL DO RIO PAIVA.

3.2. Mapa / Perfil altimétrico/ descrição do percurso

TRAÇADO IVTRP25K



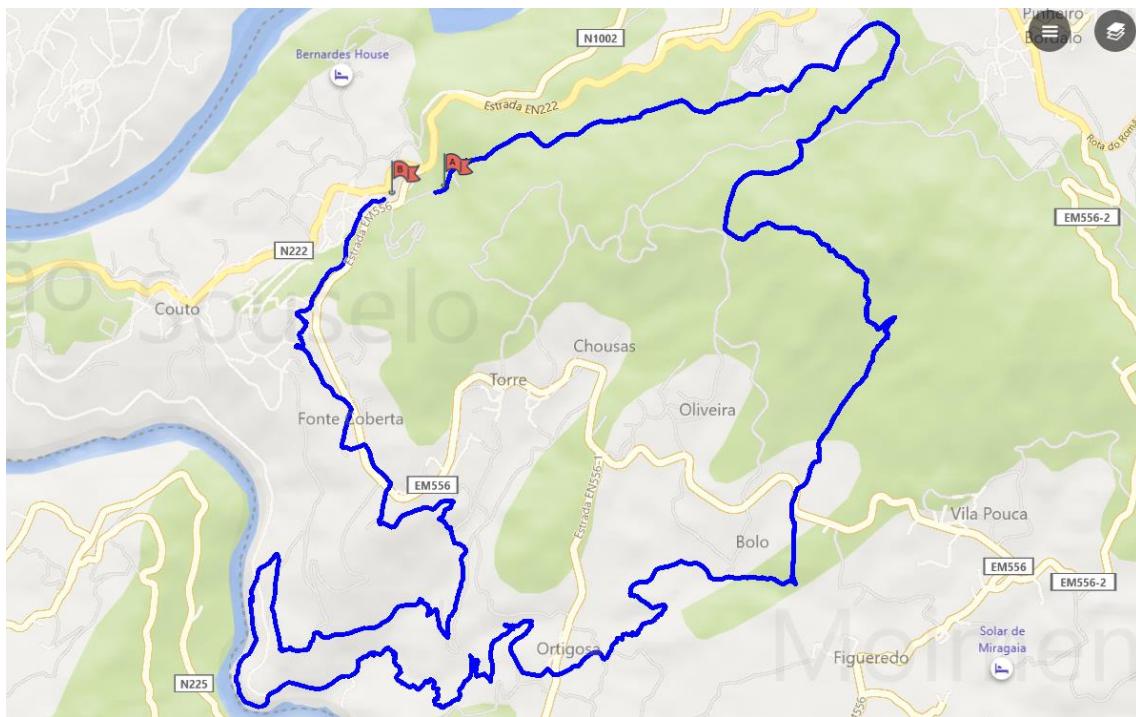
PERFIL ALTIMÉTRICO IVTRP25K

» Altitude max: 632 - » Ganho de elevação de partida / chegada: 1 - » Ganho de elevação min / max: 609 - » Altitude min: 24 - » Distancia: 25,48 k





TRAÇADO IVTRP17K



PERFIL ALTIMÉTRICO IVTRP17K

» Altitude max: 516 - » Ganho de elevação de partida / chegada: 28 - » Ganho de elevação min / max: 490 - » Altitude min: 25 - » Distancia: 16,81





Marcação

O percurso completo estará sinalizado de forma explícita utilizando-se Fitas e Placas. As fitas estarão todas colocadas do lado direito do percurso, excetuando-se os locais onde não existam suportes para as colocar à direita. Neste último caso, as fitas serão colocadas à esquerda do percurso, sendo aplicadas novamente à direita assim que for possível. Nas curvas à direita, as fitas serão colocadas antes das curvas à direita e dentro destas à esquerda, sendo colocadas novamente à direita a seguir à curva.

Numa situação de potencial perigo estará assinalada, entre 10 a 20 metros antes do obstáculo ou da zona de perigo, bem como no próprio local do obstáculo ou dessa situação. As marcações serão feitas no terreno com fitas LARANJA da Duelo D'Ocasião e serão dadas a conhecer na apresentação do evento.

Os locais de separação de percursos serão indicados com placas de direção e com a descrição CAMINHADA, TRAIL LONGO (IVTRP25K) ou TRAIL CURTO (IVTRP17K).

3.3. Tempo limite

Os atletas podem fazer a totalidade do percurso a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem o tempo limite que será de 4h30. Para além disso, o último ponto de abastecimento servirá como Barreira Horária, à qual os atletas deverão chegar no limite máximo de tempo de prova de 3h30. Ultrapassando o tempo de passagem limite, os atletas deverão afastar-se ou continuar à sua própria responsabilidade, pois nem a organização nem os serviços de assistência podem garantir a sua segurança, podendo os “corredores vassouras” levantarem as fitas de marcação do percurso após o tempo limite. Se a organização entender afastar um atleta devido ao seu estado de saúde este assim o deve fazer, de modo a garantir o seu bem-estar.

3.4. Metodologia de controlo de tempos

O controlo de tempos e classificações será assegurado pela organização através da empresa StopAndGo (www.stopandgo.net). O controlo será efetuado através de um chip. Na meta estará assegurado um quiosque de resultados que dará toda a informação da classificação e tempo final. Após ser publicada a classificação provisória, os atletas dispõem de 30 minutos para apresentação de reclamações por escrito, devendo a mesma ser devidamente justificada. As classificações e tempos efetuados serão publicados na página da organização e na página da empresa de cronometragem.

3.5. Postos de controlo

Existirá um controlo “0” efetuado pela organização a fim de identificar todos os atletas que iniciam a prova, bem como o material obrigatório, e um controlo final de chegada. Serão efetuados controlos de passagem intermédios por parte da organização em locais que só serão do conhecimento dos atletas no decurso da prova. Qualquer falha de passagem em local de



controlo poderá dar lugar a desclassificação, sendo imprescindível a apresentação do dorsal bem visível.

3.6. Abastecimento

Somente os atletas com o dorsal visível terão acesso aos postos de abastecimento. Os abastecimentos serão constituídos por sólidos e líquidos para serem consumidos no local. Os participantes deverão ser responsáveis por encher os seus recipientes ou em alternativa beber no local. Cada atleta, ao deixar cada posto de abastecimento, é responsável por ter a quantidade de bebida e comida necessária para alcançar o próximo abastecimento.

Separação percursos: 5,5km (água)

IVTRP25K: 8,5km (água e fruta)

14,5 Km (sólidos e líquidos)

19Km (sólidos e líquidos)

IVTRP17K: 6,5Km (sólidos e líquidos)

11Km (sólidos e líquidos)

3.7. Material Obrigatório

Os participantes deverão fazer-se acompanhar de apito, manta térmica e telemóvel operacional. O atleta será penalizado em 15 minutos por cada item em falta.

A organização aconselha também a utilização de depósito com água (camelback), luvas, corta-vento, calçado e vestuário adequado às condições climatéricas do dia.

3.8. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

O tráfego rodoviário só será interrompido na zona da partida. Todas as restantes passagens em vias Nacionais e Municipais terão pessoal da organização e/ou militares da Guarda Nacional Republicana não existindo, no entanto, interrupção de trânsito, pelo que deverão ser tomadas precauções adicionais no seu atravessamento, obedecendo às regras de trânsito, nomeadamente ao n.º 1 do A.º 101.º do Código da Estrada.

3.9. Penalizações / desclassificações

Será penalizado ou desclassificado todo aquele que:

- Abandone o percurso marcado, encurtando assim a distância a ser percorrida não completando a totalidade do percurso (desclassificado);
- Receba qualquer forma de assistência fora das estações oficiais de abastecimento (desclassificado);
- Deteriore ou suje o meio por onde passe (desclassificado);



- Não leve o dorsal bem visível (penalização);
- Alteração do dorsal (desclassificado);
- Ignore as indicações da organização (penalização);
- Tenha alguma conduta antidesportiva (desclassificado);
- Não passe nos postos de controlo (desclassificado);

3.10. Responsabilidades perante o atleta / participante

Todos os participantes devidamente inscritos no IV TRAIL DO RIO PAIVA serão cobertos por seguro de acidentes pessoais, de acordo com o Regulamento. Os participantes serão responsáveis de todas as ações suscitáveis de produzir danos materiais, morais ou de saúde a si mesmo e/ou a terceiros. A organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência, roubo dos objetos e/ou valores de cada participante.

3.11. Seguro desportivo e de responsabilidade civil

A Organização, de acordo com a lei, é possuidora de um seguro em que estão abrangidos todos os participantes.

4. INSCRIÇÕES

4.1. Processo de inscrição

As inscrições deverão ser efetuadas através do formulário existente na página www.stopandgo.net. Após submissão do formulário de inscrição será gerado automaticamente uma referência para pagamento por multibanco, que terá um prazo de 3 dias para ser liquidado. Após o referido pagamento a inscrição ficará completa. O ato de inscrição pressupõe a total aceitação das regras estabelecidas no presente regulamento.

4.2. Valores e períodos de inscrição

As inscrições abrem a 15 de outubro de 2022.

	IVRTP23K	IVRTP17K	CAMINHADA
15OUT a 31DEZ	15€	15€	10€
01JAN a 08JAN	18€	18€	12€

*Almoço incluído na inscrição.

4.3. Condições de devolução do valor de inscrição

A organização não se vê no direito de devolver o dinheiro da inscrição dos atletas já confirmados e que não possam comparecer no dia do evento. Porém, é possível a troca de inscrição com outro atleta até ao dia 07 de janeiro de 2023. Depois deste período, a inscrição é pessoal e intransmissível, advertindo-se os atletas que caso corram com uma inscrição efetuada para outro atleta, além de serem desclassificados, não estão cobertos pelo seguro da



prova, declinando a organização qualquer responsabilidade pelo que possa acontecer ao mesmo. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos/motivos.

4.4. Material incluído com a inscrição

A inscrição contempla abastecimento ao longo dos percursos, banho quente, seguro individual, dorsal, chip, classificação individual, t-shirt, Prémio Finisher e outros brindes que a organização consiga angariar.

A inscrição na Caminhada inclui abastecimentos ao longo dos percursos, banho quente, seguro individual, t-shirt e outros brindes que a organização consiga angariar.

4.5. Secretariado da prova / horários e locais

Secretariado do evento, localizado na Escola Do 2º E 3º Ciclos Do Ensino Básico De Souselo.

Horário:

- Sábado, dia 14JAN23, das 16h00 às 20h00.
- Domingo, dia 15JAN23, das 07h00 às 08h45.

4.6. Serviços disponibilizados

Almoço

O almoço será servido na cantina da Escola Do 2º E 3º Ciclos Do Ensino Básico De Souselo.

O almoço terá de ser obrigatoriamente comunicado através do formulário de inscrição e pago através da referência multibanco que será gerada para o efeito, de acordo com os pressupostos já estabelecidos neste regulamento.

Balneário / Duche

A Câmara Municipal de Cinfães disponibiliza duche quente aos participantes, nos balneários do pavilhão desportivo da Escola Do 2º E 3º Ciclos Do Ensino Básico De Souselo.

5. CLASSIFICAÇÕES/ESCALÕES

As competições destinam-se a todos os participantes, em representação individual ou coletiva, depois de devidamente inscritos.

Nos percursos de IVTRP25K e IVTRP17K haverá classificação geral, por escalões e equipas.

Os escalões são os seguintes:

ESCALÕES	MASCULINO	FEMININO
----------	-----------	----------



18 a 19 anos (até 23Km)	F Júnior	F Júnior
20 a 22 anos	F sub 23	F sub 23
23 a 39 anos	F seniores	F seniores
40 a 44 anos	F40	F40
45 a 49 anos	F45	F45
50 a 54 anos	F50	F50
55 a 59 anos	F55	F55
Mais de 60 anos	F60	F60

5.1. Classificações

As classificações serão realizadas através de cronometragem digital individual por chip para cada participante. As classificações do IVTRP25K e IVTRP17K serão feitas individualmente em cada escalão e na geral.

A classificação coletiva determina-se em dois passos: Primeiro, e com base na classificação geral (masculinos e femininos), somam-se os lugares dos 3 primeiros classificados de cada equipa. Em caso de empate declara-se vencedora a equipa que em primeiro lugar feche a classificação coletiva.

5.2. Prémios

IVTRP25K

Troféus aos 3 primeiros da geral Masculinos e Femininos.

Troféus aos 3 primeiros de cada Escalão Masculinos.

Troféus às 3 primeiras de cada Escalão Femininos.

Troféus às 3 primeiras Equipas.

IVTRP17K

Troféus aos 3 primeiros da geral Masculinos e Femininos.

Troféus aos 3 primeiros de cada Escalão Masculinos.

Troféus às 3 primeiras de cada Escalão Femininos.

Troféus às 3 primeiras Equipas.

Distribuição de uma recordação alusiva ao evento para todos os participantes, bem como outros prémios que a organização possa vir a angariar de produtos da região.

5.3. Prazos para reclamação de classificações

Todas as reclamações devem ser feitas até às 24h seguintes ao dia da prova.



6. INFORMAÇÕES

6.1. Localização

Tanto a partida como a chegada serão realizadas no mesmo lugar: Escola Do 2º E 3º Ciclos Do Ensino Básico De Souselo, Rua St. André 4690-637, Souselo, Cinfães. Coordenadas 41.070447, -8.227800.

6.2. Segurança

Os participantes ficam obrigados a manterem-se atrás da linha de partida, na zona do aquecimento;

Só é permitido o abastecimento de água ou outros produtos aos participantes nos locais indicados pela organização, isto é, nas chamadas zonas de abastecimento;

No dorsal do participante estarão indicados três números de telefone (Bombeiros, GNR e Organização) a serem usados em caso de necessidade;

As viaturas deverão ser estacionadas nos parques de estacionamento localizados e identificados pela organização, junto da Escola Do 2º E 3º Ciclos Do Ensino Básico De Souselo.

Ao longo dos percursos existirão equipas de apoio dos Bombeiros Voluntários de Nespereira bem como voluntários que sinalizarão locais de maior perigosidade.

6.3. Cedência dos direitos de imagem

O participante, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, à Organização do evento e aos seus associados e aos patrocinadores do evento os direitos de utilização da sua imagem tal como captada nas filmagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução, sem direito, por parte do participante, a receber qualquer compensação económica.

6.4. Proteção de dados

Os dados dos atletas indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos exclusivos de processamento no evento, sendo publicados, nomeadamente, na lista de inscritos, notícias diversas e classificação. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para Hugo_fonseca1474@hotmail.com ou ruisoares_98@outlook.com.

6.5. Esclarecimento de dúvidas

Deverá ser usado o endereço de correio eletrónico: [hugo_fonseca1474@hotmail.com](mailto:Hugo_fonseca1474@hotmail.com) ou ruisoares_98@outlook.com.



6.6. Diversos

O preenchimento e envio da ficha de inscrição para as provas do IV TRAIL DO RIO PAIVA implicam que o atleta que se inscreve, tome conhecimento e aceite sem quaisquer reservas o presente Regulamento.