



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DO ALGARVE

ÉPOCA 2021/2022

EVENTOS DESPORTIVOS

PARECER Nº 47 / 2022

Nome da Competição: V TRAIL CACHOPO SOLIDÁRIO

Organização: Junta de Freguesia de Cachopo e Militares do PIPS 185 CACHOPO da UEPS / GNR

Local da Realização: CACHOPO

Data da Realização: 20 de Novembro de 2022

PARECER TÉCNICO

Face ao regulamento apresentado e que se anexa, depois de devidamente analisado, a Associação de Atletismo do Algarve, concede o parecer favorável à realização do evento acima referido, pelo que o Organizador se obriga a realizá-lo de acordo com o estabelecido no Regulamento.

O evento reúne as condições de segurança que permitem a sua realização, sem prejuízo de vir a necessitar de parecer positivo e vinculativo da Unidade de Saúde Pública, de acordo com as orientações e restrições que possam estar vigentes à data do mesmo.

A organização do evento compromete-se igualmente a garantir a presença da assistência médica necessária, das forças de segurança e da contratação dos Seguros de Responsabilidade Civil e Desportivos obrigatórios por lei.

Data: 14 de Outubro de 2022

Direção Técnica Regional

Associação de Atletismo do Algarve

Parceiros Institucionais



www.aaalgarve.org

www.crono.aaalgarve.org



REGULAMENTO GERAL DA PROVA

ORGANIZAÇÃO

O Evento “**V TRAIL CACHOPO SOLIDÁRIO**” é uma prova de TrailRunning organizado pela Junta de Freguesia de Cachopo e Militares do PIPS 185 CACHOPO da UEPS / GNR, prova que tinha sido adiada em 2020 devido á pandemia COVID19.

A Prova “**V TRAIL CACHOPO SOLIDÁRIO** “ será realizada em troços urbanos e trilhos sinalizados, piso acidentado, estradões, obstáculos naturais, linhas de água e terrenos circundantes á Aldeia de Cachopo, maioritariamente montes e vales.

As provas são livres e abertas a todos os indivíduos, não sendo necessária licença desportiva da Federação Portuguesa de Atletismo ou outra.

1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1. IDADE PARTICIPAÇÃO DIFERENTES PROVAS

Só poderão participar na prova **Caminhada** e **Trail Curto (TC)** atletas com **idade igual ou superior a 18 anos (á data da prova) até aos 75 anos (inclusive) sendo** que nas provas **Trail Equipas (TE)** e **Trail Longo (TL)** só poderão participar atletas com **idade igual ou superior a 18 anos até aos 75 anos (inclusive).**

As inscrições de menores na Caminhada e TC poderão ser consideradas excecionalmente aceites desde que acompanhadas por um **termo de responsabilidade / declaração** assinada pelo encarregado de educação e acompanhada de uma cópia do B.I do responsável (anexo1).

Não será permitida a participação em ambas as provas com meios auxiliares de locomoção, designadamente bicicleta, skate, patins ou cadeira de rodas carrinhos de bebés ou mesmo bebés ao colo, isto porque os atletas e caminhantes irão percorrer ou caminhar em trilhos e zonas muitos sinuosos.

1.2 CONDIÇÕES FISICAS

Os participantes terão de estar conscientes das distâncias e dificuldades inerentes a uma prova deste género, corrida em trilhos, com desnível positivo e negativo das distâncias em causa e principalmente estar bem fisicamente e mentalmente, terão de conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas tais como o frio, chuva, calor.

A Organização aconselha e recomenda aos atletas a efectuarem uma avaliação medica, com a finalidade de aferir a aptidão ou inaptidão para a pratica desportiva.

1.3 DEFINIÇÃO POSSIBILIDADE AJUDA EXTERNA

Durante o evento apenas é permitida a entreatajuda dos participantes, não é permitida qualquer ajuda externa excepto em situações de emergência.

É permitido ajuda externa aos atletas nos locais dos abastecimentos, as coordenadas e locais dos abastecimentos são disponibilizadas uns dias antes do evento

1.4 COLOCAÇÃO DORSAL / OUTRAS INDICAÇÕES

O numero do atleta é pessoal e intransmissível e deverá estar devidamente colocado e visível.

O atleta que não tiver o dorsal á frente e visível poderá ser advertido, em caso de reincidência poderá sofrer uma penalização de 10minutos.

O participante é responsável pela integridade do respectivo dorsal.

Não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação.

O participante deve respeitar todas as indicações da organização e sinalética existente.

Todo o atleta é responsável pelo seu lixo durante a prova, deverá depositar nos locais de abastecimento ou então guardar consigo até ao final do percurso.

O acesso à zona de partida é exclusivamente feito pelo controlo 0.

1.5 POLITICA DE CANCELAMENTO DAS PROVAS

O cancelamento da prova pode ocorrer derivado a fatores externos á organização, nomeadamente:

a) Catástrofes naturais, manifestações, impossibilidade de usar as vias de circulação de trânsito, impossibilidade de usar telecomunicações, restrições do governo, nova legislação.

b) Nestes casos, a organização reserva-se no direito de 60 dias seguintes à data prevista para a realização da prova, emitir um parecer acerca das ações a serem tomadas resultantes da gravidade do cancelamento.

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das condições encontradas no dia do evento, assim como a suspensão da prova se as condições não permitirem o seu desenvolvimento em segurança.

Por motivos de força maior a prova pode ser anulada, de acordo com algum alerta que seja emitido pelas autoridades competentes.

2. PROVAS – DATA / LOCAL / HORÁRIOS

V TRAIL CACHOPO SOLIDÁRIO 20 NOVEMBRO 2022

19 Novembro 2022

18h00 – Abertura do Secretariado

20h00 – Encerramento

20 Novembro 2022

07h00 – Abertura do Secretariado

09h30 – Fecho do Secretariado

08h45 – Briefing / Controlo Zero (TL / TE)

09h00 – Inicio **Trail Longo / Trail Equipas**

09h15 – Briefing / Controlo Zero (TC)

09h30 – Início Trail Curto

09h40 – Briefing Caminhada

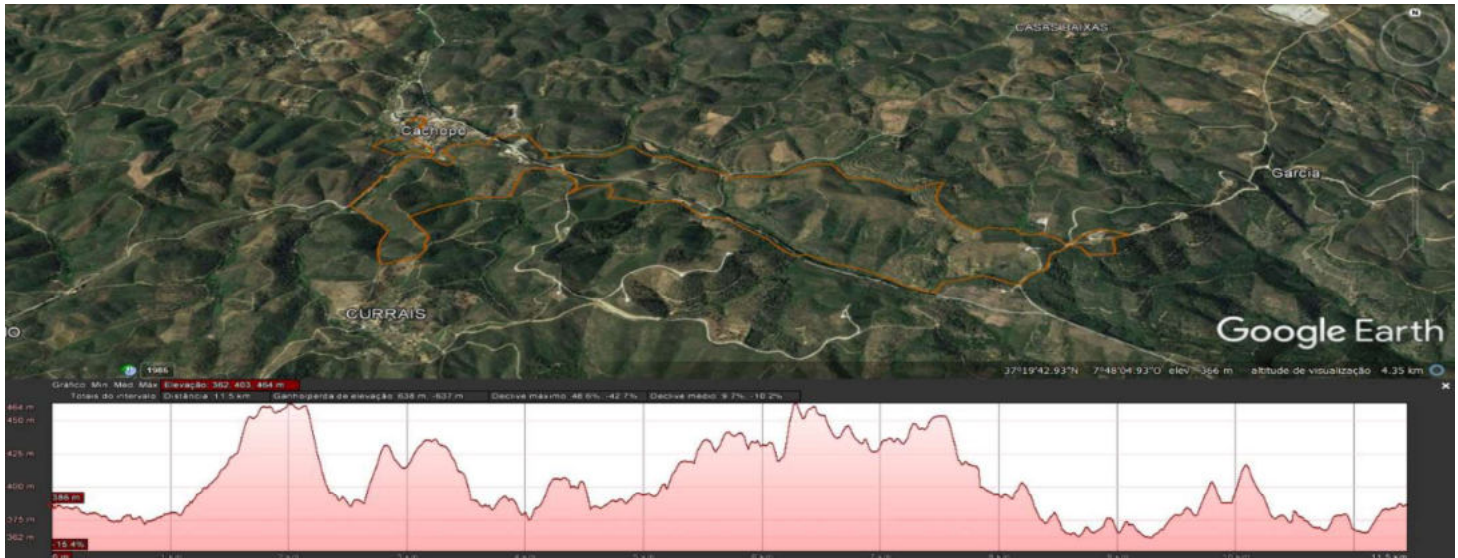
09h45 – Início Caminhada

13h00 - Inicio Almoço

14h00 – Entrega de Prémios (horários sujeito a alterações)

2.1 PERCURSOS / ALTIMETRIAS

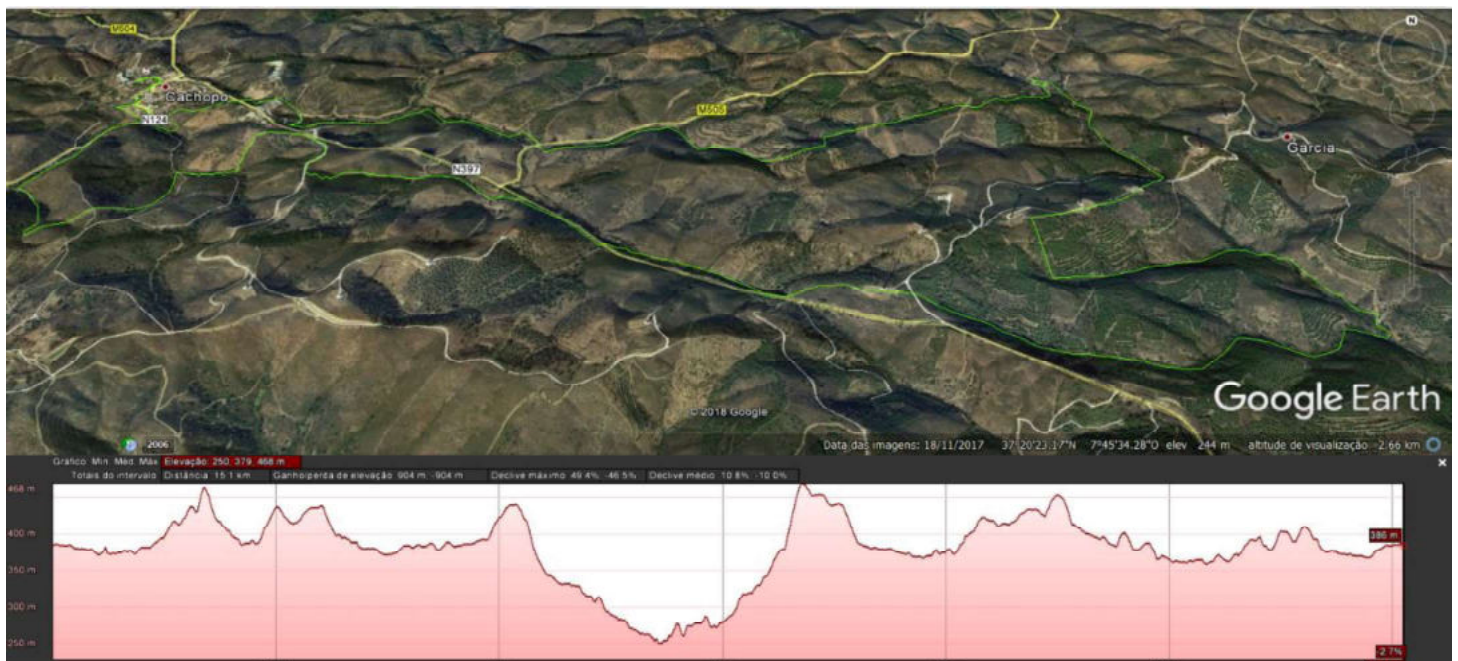
CAMINHADA 10KM com um D+500



***Cada atleta terá que levar recipiente para líquidos, não haverá copos nos abastecimentos.**
Os participantes, ao deixarem os locais de abastecimento, são responsáveis por ter a quantidade de líquidos e sólidos necessários até alcançar o próximo abastecimento.

TRAIL CURTO 15Km com um D+ 890m

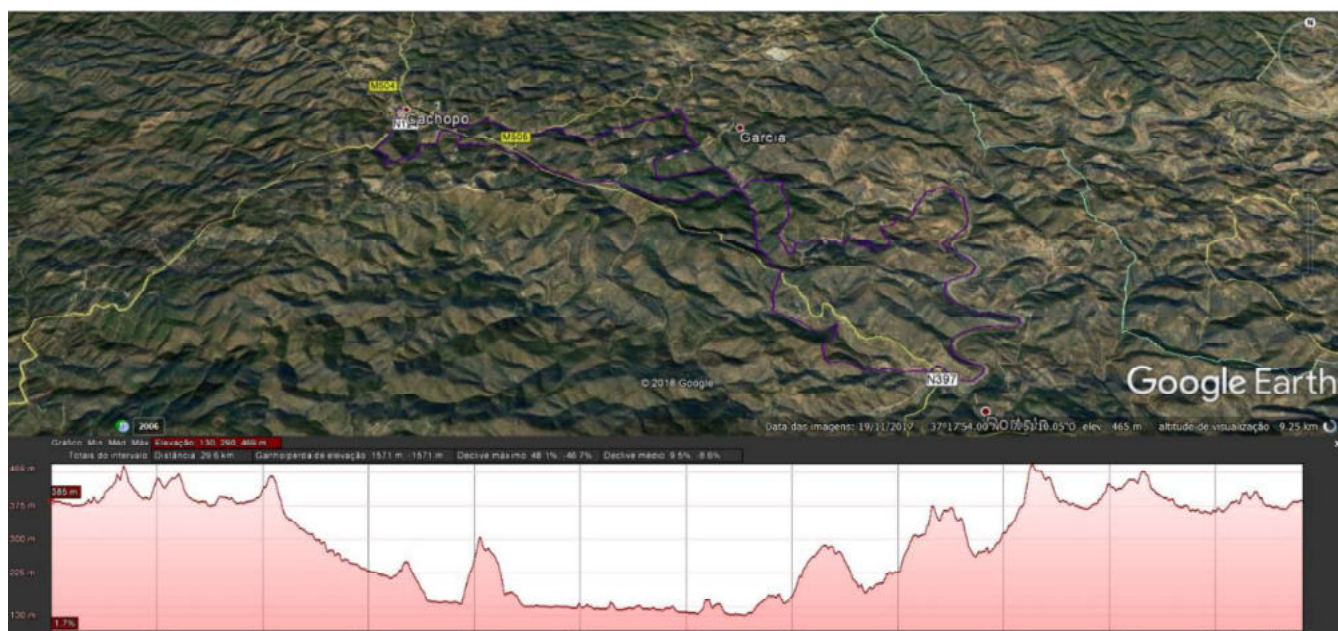
CLASSIFICAÇÃO ATRP – TC GRAU DIFICULDADE 3
PROVA CERTIFICADA ATRP
PROVA A CONTAR TACA ALENGARVE 2023



***Cada atleta terá que levar recipiente para líquidos, não haverá copos nos abastecimentos.**
Os participantes, ao deixarem os locais de abastecimento, são responsáveis por ter a quantidade de líquidos e sólidos necessários até alcançar o próximo abastecimento

TRAIL LONGO 30Km com um D+ 1550m

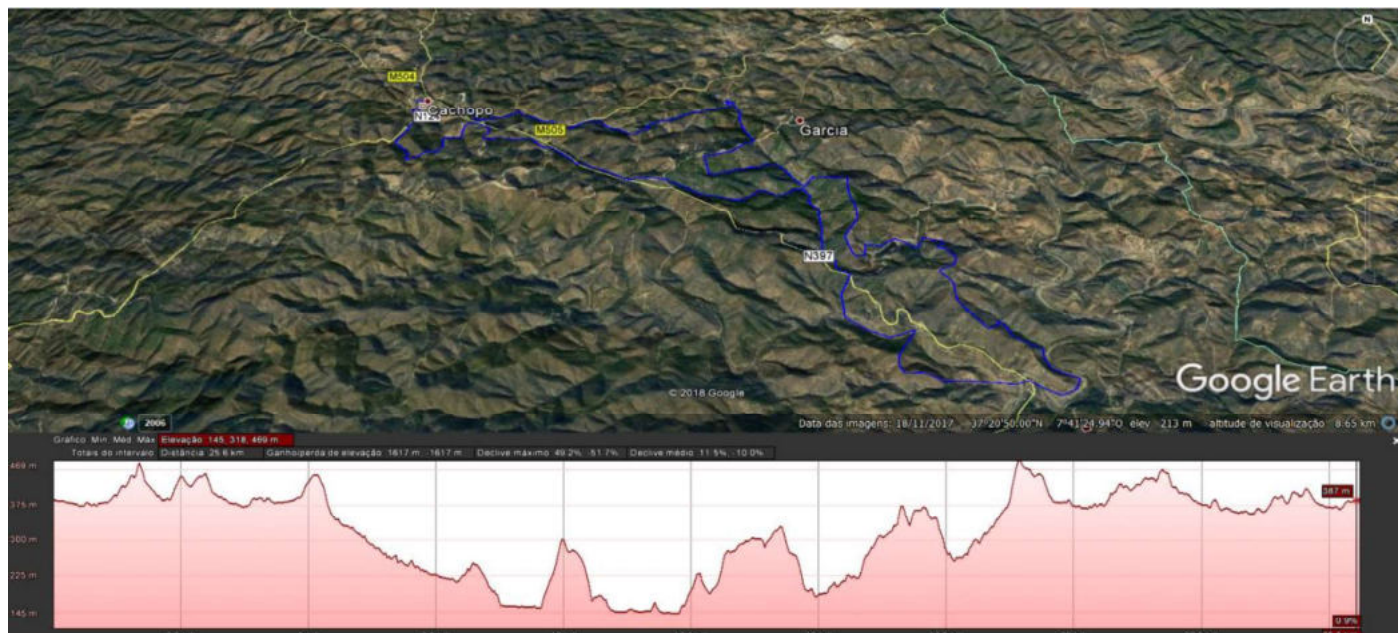
CLASSIFICAÇÃO ATRP – TL GRAU DIFICULDADE 3
PROVA CERTIFICADA ATRP
TAÇA ALENGARVE 2023



***Cada atleta terá que levar recipiente para líquidos, não haverá copos nos abastecimentos.**
Os participantes, ao deixarem os locais de abastecimento, são responsáveis por terem a quantidade de líquidos e sólidos necessários até alcançar o próximo abastecimento.

TRAIL EQUIPAS (4 ELEMENTOS) 20KM com um D+ 1500

CLASSIFICAÇÃO ATRP – GRAU DIFICULDADE 3



***Cada atleta terá que levar recipiente para líquidos, não haverá copos nos abastecimentos.**

Os participantes, ao deixarem os locais de abastecimento, são responsáveis por terem a quantidade de líquidos e sólidos necessários até alcançar o próximo abastecimento.

2.2 DESCRIÇÃO PERCURSO / SINALIZAÇÕES

Todos os percursos, **TC / TL / TRAIL EQUIPAS / CAMINHADA** irão ter membros da organização nas zonas mais técnicas e cruzamentos a fim de garantir a segurança de todos os participantes.

Os participantes devem estar atentos ao fato de poder existir circulação de viaturas, pessoas ou animais, devendo ser cumprido o Código da estrada.

No Dorsal estarão indicados números de telefone a serem utilizados em caso de emergência.

Todo o itinerário será identificado com fitas sinalizadoras e outras sinaléticas tais como setas impressas, cal e informações diversas relativas ao percurso.

Devem, obrigatoriamente, percorrer todo o trilho sinalizado. Os atletas que forem vistos fora das marcações serão desclassificados. A utilização de atalhos ou a saída do circuito num ponto e a entrada noutro ponto distinto terá como consequência a desclassificação do participante ou da equipa.

No caso, de um participante percorrer alguma parte do percurso sem sinalização deverá voltar atrás pelo caminho que seguiu e procurar o caminho sinalizado.

A organização não se responsabiliza pelas condições do piso ou pelos defeitos e obstáculos apresentados no trajeto, tentando escolher sempre as melhores vias possíveis, de modo a não colocar em risco os participantes.

Os atletas deverão respeitar a natureza, pelo que é extremamente proibido deixar lixo no chão, irão existir pontos onde deverão coloca-lo, a Natureza agradece.

Em caso de desistência o atleta deve aguardar junto dos locais de abastecimento ou telefonar para um dos números de emergência que se encontram no dorsal, não abandonar o trilho.

2.3 INICIO DAS PROVAS/ ACESSO ÀS ZONAS DE PARTIDA

TODAS AS PROVAS: A Partida e Chegada, será na Aldeia de Cachopo no Largo junto dos Bombeiros.

A entrada para os blocos de partida será iniciada 15 minutos antes da partida (controlo zero).

2.4 TEMPO LIMITE PROVAS



5 HORAS



7 HORAS



6 HORAS

- Se a organização entender que um atleta deve ser excluído da prova devido ao seu estado de saúde, aquele deverá acatar tal decisão, de modo a garantir o seu bem-estar.

2.5 CONTROLO E CRONOMETRAGEM

A cronometragem de ambas as provas TC / TL / TE (masculina e feminina) será efectuada através de tempo controlado eletronicamente por sistemas informáticos (por chip incluído no dorsal) e publicados tão rápido quanto possível.

Oportunamente todas as classificações irão ser publicadas na pagina <https://www.crono.aalgarve.org/>

Existirá controlo de passagens em postos previamente estabelecidos.

A não passagem dos participantes por um dos postos de controlo implica a sua desclassificação.

2.6 ABASTECIMENTOS

-Recipiente para consumo de líquidos (não existirão copos nos postos de abastecimento)

- Abastecimento 6km Líquidos e Sólidos
- Abastecimento 9km Líquidos e Sólidos
- Abastecimento Meta



- Recipiente para consumo de líquidos (não existirão copos nos postos de abastecimento)

- Abastecimento 6km Líquidos e Sólidos
- Abastecimento 12km Líquidos e Sólidos
- Abastecimento 17km Líquidos e Sólidos
- Abastecimento 22km Líquidos e Sólidos
- Abastecimento Meta



- Recipiente para consumo de líquidos (não existirão copos nos postos de abastecimento)

- Abastecimento 6km Líquidos e Sólidos
- Abastecimento 11km Líquidos e Sólidos
- Abastecimento 15Km Líquidos e Sólidos
- Abastecimento Meta



- Recipiente para consumo de líquidos (não existirão copos nos postos de abastecimento)

- Abastecimento aos 6Km Líquidos e Sólidos
- Abastecimento na Meta.



2.7 MATERIAL OBRIGATÓRIO / VERIFICAÇÕES DE MATERIAL

- MATERIAL OBRIGATÓRIO TRAIL CURTO / TRAIL LONGO / TRAIL EQUIPAS

Durante a competição, todos os atletas têm de se fazer acompanhar da totalidade do material obrigatório. Em qualquer momento durante a prova, os elementos da organização, juízes e responsáveis de pontos de controlo podem verificar o mesmo. O atleta terá de permitir que estes controlos sejam efetuados sem contestar, sob pena de ser excluído da prova, de acordo com a lista de penalizações enumeradas no [artigo 2.8](#)

Material obrigatório tem como objetivo principal garantir a segurança dos participantes, por isso cada um dos atletas em prova deverá, para **sua própria segurança**, levar sempre consigo:

- Recipiente para transportar água no mínimo 0.5L (Camelback, Bidon ou Garrafa de água)
- Dorsal (pessoal, intransmissível e visível)
- Telemovel com carga
- Apito
- Manta termica

MATERIAL CAMINHADA RECOMENDADO

- Recipiente para transportar água no mínimo 0.5L (Camelback, Bidon ou Garrafa de água)
- Dorsal (pessoal, intransmissível e visível)
- Telemovel com carga
- Apito

* Organização poderá se entender alterar que o material que seja recomendável passar a material obrigatório mediante as condições atmosféricas. (os atletas serão informados antecipadamente) .

O material obrigatório será verificado antes da partida de cada prova. O atleta que não seja portador do material acima indicado será impedido de participar na prova.

2.8 DESCLASSIFICAÇÕES / PENALIZAÇÕES

Os Atletas que não cumprirem as normas constantes no regulamento serão impedidos de participar se a infração respeita a procedimentos prévios á Partida e desclassificados se a infração respeitar a atos que ocorram durante a prova.

As penalizações a aplicar serão decididas pela organização em função da gravidade da infração. Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados.

Se a organização entender que um atleta deve ser excluído da prova devido ao seu estado de saúde aquele deverá acatar tal decisão, de modo a garantir o seu bem-estar.

Penalizações:

- Não leve o seu dorsal bem visível (10 minutos)
- Perda do Dorsal (30 minutos)

Desclassificações:

- Atletas que não cumpram a totalidade do percurso
- Deteriore ou suje o meio ambiente
- Ignore as indicações de algum responsável da Organização
- Tenha alguma conduta Antidesportiva
- Receba qualquer assistência vinda do exterior fora dos postos de abastecimento
- Organização poderá desclassificar Atleta que não tenha material obrigatorio

2.9 DESISTÊNCIAS

O Atleta em caso de abandono deverá fazê-lo preferencialmente num posto de abastecimento ou posto de controlo, comunicando de imediato com alguém da Organização.

Na impossibilidade de o fazer deverá contactar a organização através dos números de emergência que se encontram no Dorsal, sendo recolhido o seu dorsal e entregue no Secretariado.

Na prova **TRAIL EQUIPAS** caso algum elemento da equipa desista os restantes poderão continuar a prova, no entanto não serão classificados.

2.8 SEGURO DESPORTIVO

Todos os atletas participantes nesta edição estarão cobertos de seguro desportivo conforme lei em vigor .

O organizador subscreve um seguro de responsabilidade civil e de acidentes pessoais, de acordo com o exigido por LEI. Em caso de acidente, o participante deverá, em primeiro lugar, contatar a organização, a qual providenciará o seu encaminhamento para a instituição médica mais adequada ao seu estado de saúde. Todo e qualquer documento de despesa relacionado com um sinistro já participado, será previamente liquidado pelo respetivo sinistrado e os seus originais enviados à seguradora para posterior reembolso. A organização não assumirá participação de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro (tempo máximo de 24 horas.)

Ao se inscreverem, todos os participantes declaram estar de acordo com o seguinte termo de responsabilidade:

Li e estou de acordo com o Regulamento do “ V TRAIL CACHOPO SOLIDARIO”

Estou ciente do meu estado de saúde e de estar física e psicologicamente capacitado para participar.

Assumo que me absterei de participar na prova se as minhas condições de saúde se alterarem após a inscrição. Ao participar no evento, autorizo gratuitamente e de forma incondicional, que a organização e os seus parceiros do evento utilizem e minha imagem.

3 . METODOS DE INSCRIÇÕES

3.1 PROCESSO DE INSCRIÇÃO

As inscrições foram efectuadas online no site <https://www.prozis.com/pt/pt/events/default/homepage>, em 2020, transitaram para o presente ano 2022, tendo sido informados os participantes inscritos por via e-mail e pelas redes sociais, ao qual foi questionada se pretendiam ficar com inscrição valida ou receber o reembolso do valor da sua inscrição.

As restantes inscrições serão efetuadas na plataforma da Associação de Atletismo do Algarve no site <https://www.crono.aalgarve.org>.

Os pagamentos irão ser efetuados através de referencia multibanco, gerada no ato da inscrição, o recibo do multibanco serve como prova de pagamento.

A referência multibanco estará ativa, somente, durante 48Horas após gerada a inscrição.

A organização reserva-se ao direito de aceitar inscrições após atingido o limite ou a data de inscrição.

Para levantamento do dorsal poderá ser solicitado a identificação do atleta e o comprovativo de pagamento.

O participante, ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, à organização do evento, seus associados e patrocinadores da prova 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 atleta, a receber qualquer compensação económica. Não serão aceites inscrições após o fecho das mesmas.

3.2 VALOR DAS INSCRIÇÕES

4 INSCRIÇÕES ATÉ DIA 14 DE NOVEMBRO DE 2022

Caminhada sem t-shirt – 8€

Caminhada com t-shirt – 13€

Trail Curto – 13€

Trail Longo – 15€

Trail Equipas 4 elementos – 50€

Almoço (atleta ou acompanhante) - 7€ (Porco no Espeto + Acompanhamento + 1Bebida)

➤ **2 €** do valor da inscrição em todas as provas revertem para uma instituição de cariz social ** (2400 € Valor angariado em 2020, reverteu para o militar da UEPS Guarda Cantigas que sofreu um acidente de viação com graves consequências)

➤ **Não haverá inscrições no próprio dia e após o prazo das inscrições**

➤ **Haverá limite Inscrições**

➤ **TRAIL LONGO – 200**

➤ **TRAIL CURTO – 500**

➤ **TRAIL EQUIPAS – 10**

➤ **CAMINHADA - 260**

3.3 MATERIAL INCLUÍDO COM A INSCRIÇÃO

- **CAMINHADA** está incluído:

1. Dorsal ;
2. Seguro de acidentes pessoais;
3. Abastecimentos;
4. Banhos;
5. Brinde Finisher
6. Alojamento em piso duro na noite anterior
(contactar organização antecipadamente)

- Em todas as modalidades **TC - TL - TE** está incluído:

1. Dorsal ;
2. Seguro de acidentes pessoais;
3. Abastecimentos;
4. Banhos;
5. Brinde alusivo ao evento;
6. Brinde Finisher
7. Controlo de tempos;
8. Alojamento em piso duro na noite anterior
(contactar organização antecipadamente)

4.2 CONDIÇÕES E ALTERAÇÃO DE INSCRIÇÃO

Não haverá direito à devolução do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada previamente por motivos imputáveis à organização. Em caso de incêndio, catástrofe natural ou se as forças de segurança ou socorro determinarem medidas excepcionais devido a fenómenos naturais que obriguem à interrupção ou cancelamento da prova, não haverá direito à devolução do valor da inscrição.

As inscrições são pessoais e intransmissíveis. Até ao dia 13 de novembro a organização permite a mudança dos dados da inscrição para outro concorrente se solicitado por concorrente com inscrição confirmada. No caso de haver ainda vagas poderá ser permitida a mudança de distância da prova.

4 CATEGORIAS E ESCALÕES / PREMIOS

4.1 – CATEGORIAS E ESCALÕES



CATEGORIAS ESCALÕES		
IDADES	MASCULINO	FEMININO
<23 ANOS	SUB 23	SUB 23
23 – 39 ANOS	SENIORES	SENIORES
40 – 44 ANOS	M40	F40
45 – 49 ANOS	M45	F45
50 – 54 ANOS	M50	F50
55 – 59 ANOS	M55	F55
60 ANOS OU >	M60	F60

- Nota: para efeito de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerada a idade que o atleta terá a 31 de Outubro 2023.

Ex: um atleta que faz 40 anos entre 01 de Novembro 2022 e 31 de Outubro 2023 será classificado no escalão M40.

➤ **CLASSIFICAÇÃO GERAL PARA AS EQUIPAS (TE)**

- Três primeiros classificados masculinos
- Três primeiros classificados femininos
- Três primeiros classificados mistos



TRAIL EQUIPAS

Constituição : 4 elementos independente do género .

Esta prova tem com objetivo principal inculcar o espirito de equipa e entre ajuda no decorrer dos 20km.

O percurso é executado por todos os elementos da equipa e a sua passagem nos pontos de controlo terá que ser efetuado em equipa, todos juntos, se isso não suceder poderá implicar a sua desclassificação. Caso algum elemento da equipa desista os restantes poderão continuar a prova, no entanto não serão classificados.

O tempo de prova encerra quando o último atleta da equipa cortar a meta.

4.2 PRÉMIOS

Os 3 primeiros classificados da geral e de cada escalão Masculino / Feminino têm direito a prémios concedidos pela organização.

Serão atribuídos prémios também para as 3 primeiras equipas TC / TL.

A classificação por equipas será pelo sistema de pontos, a equipa com menor número de pontos será a vencedora (Exemplo de pontos a atribuir: 1º Class.– 1 Ponto; 2ºClass.- 2 Pts). Para a Classificação por equipas contam os 3 primeiros atletas de cada equipa a terminar. Em caso de empate pontual, a equipa com o atleta melhor classificado vence.

Premios Trail Equipas 3 primeiras classificadas nas geral.

Prémio para a **Equipa mais Numerosa** (em ambas as provas Caminhada, TC,TL,TE).

5 DISPOSIÇÕES FINAIS

A organização reserva-se o direito de alteração do presente regulamento em benefício do bom funcionamento da prova, sendo os atletas avisados de tal alteração na [pagina oficial de Facebook](#) do evento ou, nos casos que assim se justifique, no próprio dia do mesmo.

Por motivos de segurança, incêndio ou qualquer outro motivo de força maior, a organização reserva-se o direito de modificar o traçado ou a distância a ser percorrida.

A organização decidirá sobre todos os assuntos relacionados com o evento e que não foram objeto de regulamentação ou sobre más interpretações do presente regulamento. Das decisões da organização não caberá recurso.

5.1 PLANO SEGURANÇA

A organização definiu um plano de segurança que irá estar ativo no dia do evento, que prevê a presença de meios de socorro para garantir a segurança de todos os participantes.

6 INFORMAÇÕES / APOIO AOS PARTICIPANTES

6.1 ALOJAMENTO

A organização disponibilizará alojamento (piso duro) para os atletas pernovernarem, na noite anterior à Prova, na Freguesia de Cachopo. Para tal deverá ser contactada a organização antecipadamente através do e-mail trail2comp@gmail.com ou pelo contato telefónico (917350857 / 934723242)

6.2 HOTELARIA E RESTAURAÇÃO

Para utilização dos serviços das unidades hoteleiras da zona, procurar no site do Município de Tavira <http://www.cm-tavira.pt>

Onde Comer Cachopo (Ligar a Reservar):

- Restaurante [A Charrua](#)

Rua Padre Júlio Alves de Oliveira, nº 44 Cachopo

Telemóvel: 918 465 789 Descanso: Não encerra

Tipo de Cozinha: Cozinha Regional

- Restaurante [Retiro dos Caçadores](#)
Rua Padre Júlio Alves de Oliveira, nº 64 Cachopo
Telefone: 289 844 174 Descanso: Não encerra
Tipo de Cozinha: Cozinha Regional

7 DIVERSOS

A organização irá dispor de plataformas para dar suporte às dúvidas dos participantes, designadamente através da página do Facebook [Trail Cachopo Solidário](#), no site das inscrições e no email inscricoes.trailcachopo@gmail.com.

Contactos telefónicos:

917350857 / 934723242

8 LOCALIZAÇÃO EVENTO

Coordenadas do local do evento 37º 20.025` N e 007º 49.147` W.

Cachopo - Tavira – Faro

Mapa De Evento



Organização

Trail Cachopo Solidário