



O Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance e de Trail Ultra Endurance XL realiza-se no dia 07 de junho 2024, no evento Oh Meu Deus® Ultra Trail. A competição é coorganizada pela FPA, Federação Portuguesa de Atletismo, pela ATRP, Associação de Trail Running de Portugal e pela Horizontes Turismo Desportivo e Associação Interior Convida, com os apoios institucionais da Câmara Municipal de Seia e da União das Freguesias de Seia, São Romão e Lapa dos Dinheiros.

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 Endurance e de Trail Ultra Endurance XL. O ranking de acesso é o publicado a 01 JUN 2024.

1.2. Condições Físicas:

É indispensável que os participantes no Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance e de Trail Ultra Endurance XL 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 que serão definidas pela organização.

Os postos de controlo / abastecimento são áreas reservadas em exclusivo aos atletas.

Com ajuda externa: Trail Ultra Endurance	Localização
Abastecimento N.º 01	Km 18,5: Sandomil
Abastecimento N.º 02	Km 27,5: Sazes da Beira
Abastecimento N.º 03	Km 40,5: Cabeça
Abastecimento N.º 04	Km 58,4: Alvoco da Serra
Abastecimento N.º 05	Km 65,7: Torre
Abastecimento N.º 06	Km 76,1: Loriga
Abastecimento N.º 07	Km 89,7: Lapa dos Dinheiros

Com ajuda externa: Trail Ultra Endurance XL	Localização
Abastecimento N.º 01	Km 18,5: Sandomil
Abastecimento N.º 02	Km 27,5: Sazes da Beira
Abastecimento N.º 03	Km 54,2: Vide
Abastecimento N.º 04	Km 69,3: Gondufo
Abastecimento N.º 05	Km 87,3: Sobral de São Miguel
Abastecimento N.º 06	Km 105,3: Teixeira
Abastecimento N.º 07	Km 117,6: Alvoco da Serra
Abastecimento N.º 08	Km 124,4: Torre
Abastecimento N.º 09	Km 135,2: Loriga
Abastecimento N.º 10	Km 148,5: Lapa dos Dinheiros

NOTA: a ajuda externa fora dos locais indicados para o efeito leva à desclassificação do atleta.

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 Endurance e de Trail Ultra Endurance XL, que decorre património natural da Serra da Estrela, é um evento que promove e privilegia, acima de tudo, o fair-play, o contacto com a Natureza e os hábitos de vida saudável.

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 **50,00 Euros**, o qual será devolvido se o mesmo tiver provimento. O Júri (ver ponto 5) analisará e tomará uma decisão.

2. A prova

O Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance e de Trail Ultra Endurance XL realiza-se nos trilhos do evento Oh Meu Deus® Ultra Trail e atribui os títulos nacionais da categoria / distância. A competição percorre o património natural da Serra da Estrela, com uma amplitude geográfica que cobre quase todo o Parque Natural, sendo coorganizada pela ATRP, Associação de Trail Running de Portugal, em articulação com a Federação Portuguesa de Atletismo e a Horizontes Turismo Desportivo e Associação Interior Convida, com os apoios institucionais da Câmara Municipal de Seia e da União das Freguesias de Seia, São Romão e Lapa dos Dinheiros.

A competição **Trail Ultra Endurance** terá uma distância de aproximadamente 100,0 km e 5900D+, e a competição **Trail Ultra Endurance XL** terá uma distância de aproximadamente 160,0 km e 8990D+.

2.1. Limite Horário e Barreiras:

O tempo limite para a conclusão do Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance

é de **26h00**.

Barreira Horária	Km 40,5: Cabeça
Abastecimento N.º 03	com 10h30 de Prova (às 08h30 , do dia 08 JUN 24).
Barreira Horária	Km 65,7: Torre
Abastecimento N.º 05	com 17h00 de Prova (às 15h00 , do dia 08 JUN 24).
Barreira Horária	Km 76,1: Loriga
Abastecimento N.º 06	com 20h00 de Prova (às 18h00 , do dia 08 JUN 24).
Barreira Horária	Km 89,7: Lapa dos Pinheiros
Abastecimento N.º 07	com 23h30 de Prova (às 21h30 , do dia 08 JUN 24).

O tempo limite para a conclusão do Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance XL é de **44h00**.

Barreira Horária	Km 54,2: Vide
Abastecimento N.º 03	com 11h30 de Prova (às 22h30 , do dia 07 JUN 24).
Barreira Horária	Km 87,3: Sobral de São Miguel
Abastecimento N.º 05	com 22h30 de Prova (às 08h30 , do dia 08 JUN 24).
Barreira Horária	Km 117,6: Alvoco da Serra
Abastecimento N.º 07	com 30h00 de Prova (às 17h00 , do dia 08 JUN 24).
Barreira Horária	Km 124,4: Torre
Abastecimento	com 33h00 de Prova (às 20h00 , do dia 08 JUN 24).

N.º 08	
Barreira Horária	Km 135,2: Loriga
Abastecimento	com 36h00 de Prova (às 23h00 , do dia 08 JUN 24).
N.º 09	
Barreira Horária	Km 148,5: Lapa dos Pinheiros
Abastecimento	com 41h30 de Prova (às 04h30 , do dia 09 JUN 24).
N.º 10	

2.2. Horários e Programa:

O Secretariado funcionará no Parque Municipal de Seia.

<https://maps.app.goo.gl/Z36TANRytBL14XiG8>

- Quinta-feira, dia 06 JUN, das 16h00 às 20h00;
- Sexta-feira, dia 07 JUN, das 09h00 às 10h30, Campeonato N. Trail Ultra Endurance XL;
- Sexta-feira, dia 07 JUN, das 10h30 às 21h30, Campeonato N. Trail Ultra Endurance.

Programa:

Dia 06 de junho (quinta-feira):

16h00 às 20h00: Secretariado - levantamento de dorsais, no Parque Municipal de Seia.

Dia 07 de junho (sexta-feira):

09h00 às 10h30: Secretariado - levantamento de dorsais, em exclusivo para o Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance XL, no Parque Municipal de Seia.

10h45: Briefing Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance XL;

11h00: Partida do Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance XL;

10h30 às 21h30: Secretariado - levantamento de dorsais, em exclusivo para o Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance, no Parque Municipal de Seia.

21h45: Briefing Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance;

22h00: Partida do Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance;

Dia 08 de junho (sábado):

21h00: Cerimónia de entrega de prémios do Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance;

Dia 09 de junho (domingo):

10h30: Cerimónia de entrega de prémios Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance XL;

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.

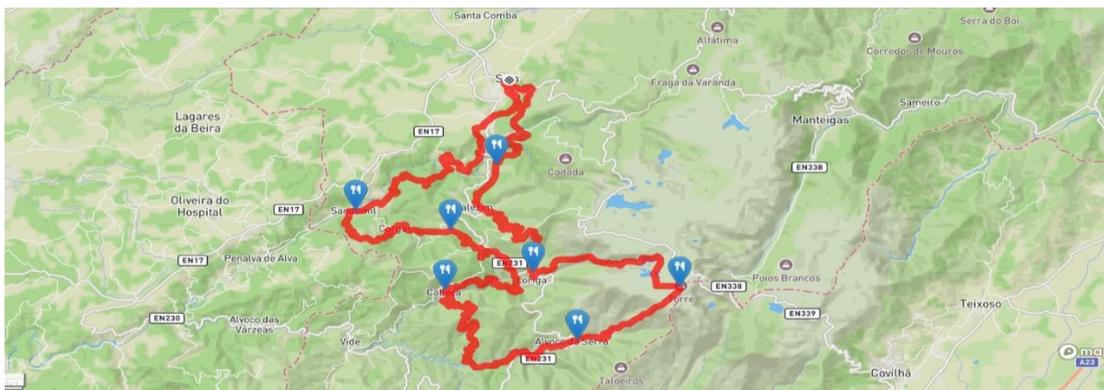


Fig. 01 - Mapa do Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance

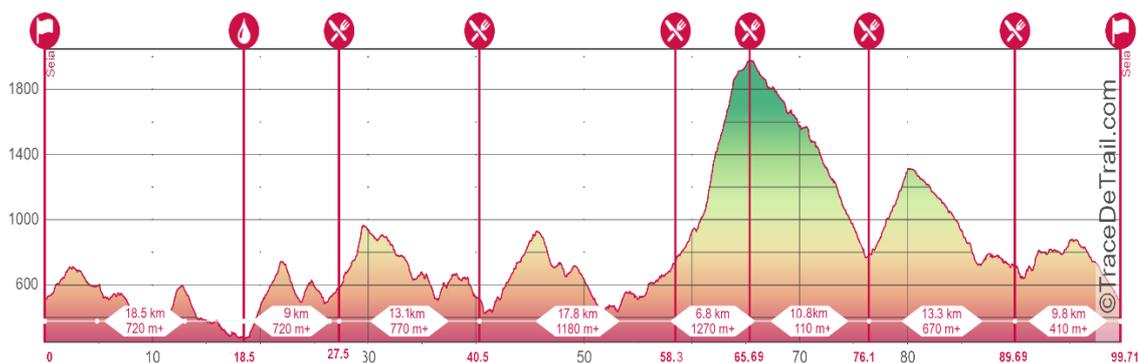


Fig. 02 - Perfil altimétrico do Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance

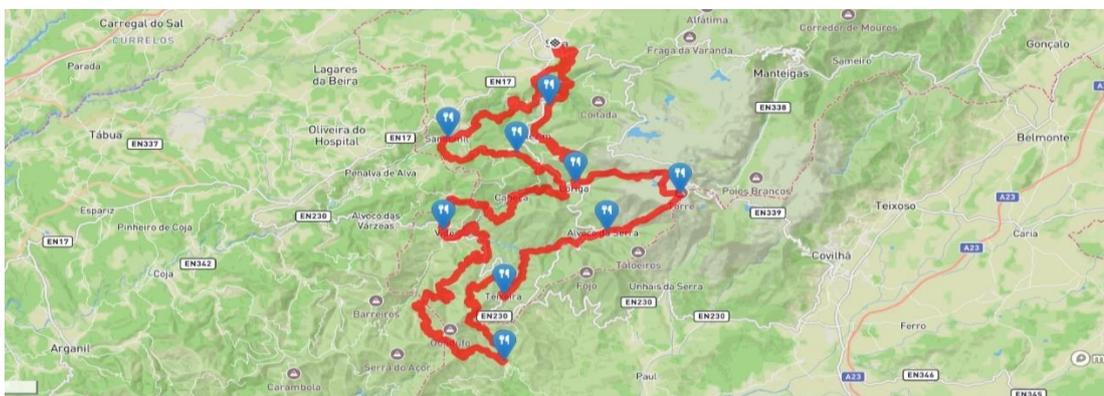


Fig. 03 - Mapa do Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance XL

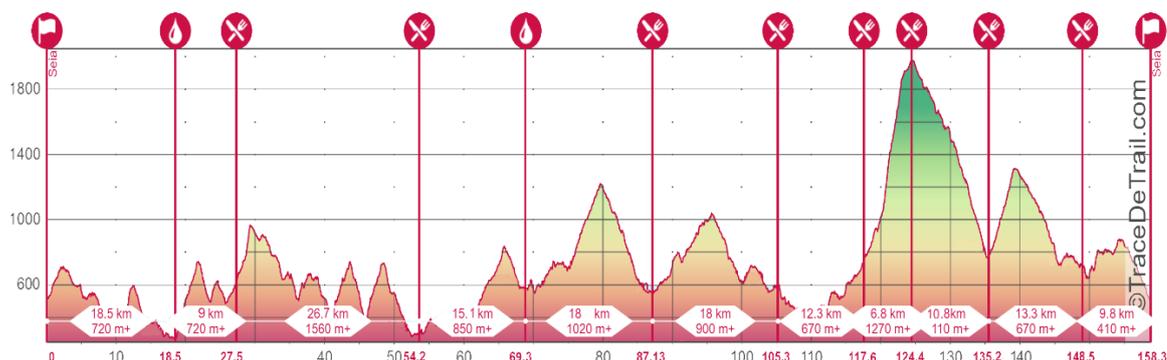


Fig. 04 - Perfil altimétrico do Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance XL

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 fintas 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.

Aconselhamos a levar o Track GPX no relógio e/ou telemóvel.

2.6. Metodologia de controlo de tempos:

Será utilizado um sistema de controle de tempos eletrónico com recurso a um chip colocado no dorsal. O controle zero é feito automaticamente pela passagem no tapete durante a partida.

2.7. Abastecimentos:

A competição desenrola-se de forma semiautónoma, contando com cinco postos de abastecimentos. Todos os abastecimentos serão líquidos e sólidos. A localização prevista é a seguinte:

Abastecimento	Localização
Abastecimento N.º 01	Km 19: Sandomil
	https://maps.app.goo.gl/cmMFzi4KWXrQKZer8
	Km 28: Sazes da Beira

Abastecimento N.º 02	https://maps.app.goo.gl/mLhyAHmCcByU98qQ7
Abastecimento N.º 03	Km 41: Cabeça https://maps.app.goo.gl/RzkTAMaQ3Vz469baA
Abastecimento N.º 04	Km 59: Alvoco da Serra https://maps.app.goo.gl/DZryfkWNEHErYvFAZ
Abastecimento N.º 05	Km 66: Torre https://maps.app.goo.gl/NjGkfUUAvy4DuPU16
Abastecimento N.º 06	Km 77: Loriga https://maps.app.goo.gl/mkoevGsEx6HcQPtH9
Abastecimento N.º 07	Km 90: Lapa dos Dinheiros https://maps.app.goo.gl/F927GJ5ZKR94yyGw7

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.

Abastecimento	Localização
Abastecimento N.º 01	Km 19: Sandomil https://maps.app.goo.gl/cmMFzi4KWXrQKZer8
Abastecimento N.º 02	Km 28: Sazes da Beira https://maps.app.goo.gl/mLhyAHmCcByU98qQ7
Abastecimento N.º 03	Km 55: Vide https://maps.app.goo.gl/dPbqHETEgHTK2mZCA
Abastecimento N.º 04	Km 65: Gondufo https://maps.app.goo.gl/v4iDrnv1ifM3BoqjZ
Abastecimento N.º 05	Km 88: Sobral de São Miguel https://maps.app.goo.gl/xXPb39yjMhjs7cENA
Abastecimento N.º 06	Km 106: Teixeira https://maps.app.goo.gl/nHcwWdTCChH31pmqx6
Abastecimento N.º 07	Km 119: Alvoco da Serra https://maps.app.goo.gl/DZryfkWNEHErYvFAZ

Abastecimento N.º 08	Km 125: Torre https://maps.app.goo.gl/NjGkfUUAvy4DuPU16
Abastecimento N.º 09	Km 136: Loriga https://maps.app.goo.gl/mkoevGsEx6HcQPtH9
Abastecimento N.º 10	Km 149: Lapa dos Dinheiros https://maps.app.goo.gl/F927GJ5ZKR94yyGw7

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.

2.8. Equipamento 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:

Equipamento obrigatório

- Documento de identificação com foto (para levantamento dos dorsais);
- Depósito de água com capacidade mínima de 1 litro;
- Casaco impermeável;
- Reserva de alimentos;
- Frontal e recarga ou baterias;
- Luz vermelha pisca-pisca colocada na parte posterior durante a noite;
- Telemóvel operacional e ligado;
- Copo e Bowl (prato e talher);
- Manta térmica;
- Apito.

NOTA 01: No controle do material obrigatório o atleta é responsável por retirar os itens da mochila, ou equivalente, e mostrar à equipa dos Delegados Técnicos.

NOTA 02: A organização não disponibiliza nos abastecimentos, copos, talheres ou pratos nos abastecimentos, nem alfinetes ou porta dorsais.

Equipamento aconselhado

- Calçado apropriado à prática desportiva da modalidade;
- Ligadura ou banda elástica;
- Luvas, gorro, boné ou Buff;
- Bastões.

2.9. Penalizações/desclassificações:

Serão motivo de penalização os atletas que:

- Não apresentarem, nem transportarem durante a totalidade do percurso, o equipamento obrigatório (**02h00**, 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;
- Ajuda externa fora dos locais indicados para o efeito.

2.10. Responsabilidade perante o atleta / participante:

Os participantes inscritos no Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance e de Trail Ultra Endurance XL 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 não procederá à contratação de seguro desportivo para os atletas em disputa do título nacional, já que esta é reservada a atletas federados, cabendo aos próprios assegurar os pressupostos para a sua filiação, que são os de ter o exame médico desportivo e seguro desportivo válidos para a época em curso. Em caso de acidente devem acionar o seguro desportivo pessoal.

3. Inscrições

3.1. Processo de inscrição:

As inscrições serão efetuadas em <https://stopandgo.net/events/oh-meu-deus-2024>

NOTA: No processo de inscrição, o certificado médico deverá ser inserido na plataforma: <https://horizontes.pt/certificado-medico/>

3.2. Valores e datas de inscrição:

O valor da inscrição no Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance e de Trail Ultra Endurance XL: <https://stopandgo.net/events/oh-meu-deus-2024/prices>

A lista de atletas e clubes com ranking será publicada em <https://my.atrp.pt/> no do 06 JUN 2024.

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. Categorias e Prémios:

A cerimónia da entrega de prémios do Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance terá lugar às **21h00** de sábado, dia 08, e a cerimónia da entrega de prémios do Campeonato Nacional de Trail Ultra Endurance XL terá lugar às **10h30** de domingo, dia 09.

Os prémios só serão entregues aos premiados ou a quem os represente no ato.

4. Marketing 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.

5. Júri

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

6. 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 <https://my.atrp.pt/>

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

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

