REGULAMENTO

10º AFIFE RUNNING TRAIL

AVENTURA SOBRE O MAR

16 de março de 2025

CONTEÚDO

..... 1
1. O EVENTO 3
2. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO 4
A. Idade mínima para participação das diferentes provas 4
B. Condições físicas 4
C. Ajuda externa 4
D. Regras de conduta desportiva e reclamações 5
3. A PROVA 5
A. Apresentação das provas 5
B. Programa e horários 6
C. Mapa/ Perfil altimétrico/ descrição percurso 6
D. Metodologia e controlo de tempos 6
E. Barreiras horárias e tempo limite 7
F. Locais dos abastecimentos 7
G. Material obrigatório/recomendado 8
H. Penalizações/Desclassificações 8
I. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário 8
J. Responsabilidades perante o atleta/ participante 9
K. Abandono, Apoio e Emergência 9
L. Seguro desportivo 9
M. Serviços disponibilizados 10
4. INSCRIÇÕES 10
A. Valores de inscrição 11
B. Condições devolução do valor de inscrição 12
C. Material incluído com a inscrição 12
5. CATEGORIAS E PRÉMIOS 12
6. PROTEÇÃO DE DADOS 14
7. CASOS OMISSOS 14
8. DIVERSOS 14
9. INFORMAÇÕES GERAIS 14
10. NOTAS E ALTERAÇÕES 15

1. O EVENTO

O ART – Afife Running Trail é um circuito de provas competitivas de corrida de montanha, organizado pela Associação Desportiva Afifense com o NIF 501403299, com sede na Freguesia de Afife no Concelho de Viana do Castelo.

Este evento tem o apoio institucional e logístico da Câmara Municipal de Viana do Castelo e da Junta de Freguesia de Afife.

Todas as informações relativas a este evento encontram-se nos endereços:

- Cyclones sports –www.cyclonessports.com
- Facebook –www.facebook.com/trailrunningafife

O evento está aberto à participação de qualquer atleta que esteja em boas condições físicas para o esforço físico necessário.

O evento X ART - Afife Running Trail decorrerá a **16 de março de 2025**, em Afife, sendo constituído por 5 provas distintas:

- **Trail Ultra ± 46km**
- **Trail Longo ± 30km**
- **Trail Sprint ± 18km**
- **Mini Trail/Jovem ± 11km**
- **Caminhada ± 11km**
- **Crosstrail Kids**

Paralelamente, serão realizados outros eventos de carácter desportivo, social e recreativo, nomeadamente: exposições, stands comerciais e atividades para crianças.

A organização acompanha, em permanência, a evolução das condições meteorológicas podendo anular a prova ou os percursos em qualquer altura, desde que a organização entenda que não estejam reunidas as condições de segurança mínimas aos participantes.

2. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

A. Idade mínima para participação das diferentes provas

- **Trail Ultra** – a partir dos 20 anos
- **Trail Longo** – a partir dos 20 anos;
- **Trail Sprint** – a partir dos 18 anos;
- **Mini Trail/Jovem** – a partir dos 16 anos.
- **Caminhada -** aberta a todo o público. Menores de 12 anos (inclusive) terão que ir acompanhados por um adulto e após preencherem o respetivo termo de responsabilidade (estará disponível no secretariado).

B. Condições físicas

Para participar é indispensável:

- Possuir a condição física adequada às características desta prova, que junta ao mesmo tempo a quilometragem, longa duração, terreno montanhoso, grandes desníveis, exposição às condições climatéricas, etc.;
- A idade mínima está expressa no ponto A, para a participação de menores é obrigatório a entrega do Termo de Responsabilidade a solicitar por email afifensetrail@gmail.com
- Uso do Dorsal, pessoal e intransmissível, deve estar sempre visível, devendo ser colocado à frente durante todo o percurso, sob pena de penalização de dez minutos nos locais de controlo; em caso de desistência, desclassificação ou barramento horário, o atleta é obrigado e entregar o número dorsal e o chip à organização. Em caso de perda do dorsal será imposto o último tempo registado;
- Compromisso com a colocação dos lixos em locais para o efeito nos abastecimentos. O abandono de lixo pelo atleta no decorrer da prova dá direito a penalização de 20 minutos.

C. Ajuda externa

Não será permitida ajuda externa fora das zonas de abastecimento, pelo que o atleta deve estar consciente da sua condição física (ver ponto B) e gerir os problemas que surjam para uma atividade em montanha, de forma segura. Podendo recorrer em caso de urgência aos apoios.

D. Regras de conduta desportiva e reclamações

O comportamento inadequado, como seja, o recurso a linguagem ofensiva, a agressão verbal ou física, será punido com advertência, multa, desqualificação ou expulsão com proibição de inscrição em eventos posteriores, de acordo com a gravidade do comportamento.

As possíveis reclamações sobre a prova, devem ser enviadas para o e-mail afifensetrail@gmail.com . A organização não responderá por outra forma de contacto que não seja o meio já mencionado.

3. A PROVA

A. Apresentação das provas

O **10º Afife Running Trail** será constituído por quatro provas competitivas e uma caminhada.

O **Trail Ultra**, terá início às **8h**, percorre caminhos e trilhos das freguesias de Afife, Carreço, Outeiro e Freixieiro de Soutelo na distância aproximada de **46km**. Este percurso é de carácter competitivo com desnível de **2100 D+.**

O **Trail Longo**, terá início às **8h30**, percorre caminhos e trilhos das Freguesias de Afife, Carreço, Outeiro e Freixieiro de Soutelo na distância aproximada de **30km**. Este percurso é de carácter competitivo e com desnível de **1400 D+**.

O **Trail Sprint**, terá início às **9h**, percorre caminhos e trilhos da Freguesia de Afife e Carreço, na distância aproximada de **18km**, de carácter competitivo e com desnível de **850 D+**.

O **Mini Trail/Jovem**, terá início às **9h20**, percorre caminhos e trilhos da Freguesia de Afife, na distância aproximada de **11km**, de carácter competitivo e com desnível de **500 D+**.

A **Caminhada** terá início às **9h30**, percorre caminhos e trilhos da Freguesia de Afife, na distância aproximada de **11km** e com desnível de **500 D+**.

Todas as provas iniciam e terminam do **Pavilhão Municipal David Freitas**, em Afife.

Endereço: Caminho de Paranhos, 222 – 4900 Afife
Coordenadas: 41.7764563, -8.859504

Os participantes devem estar com, pelo menos, meia hora de antecedência, devidamente equipados e aptos a participar na corrida.

A organização não atrasará as partidas por atrasos dos atletas, pelo que poderão iniciar a prova com o atraso que existir.

B. Programa e horários

O secretariado funcionará no Pavilhão Municipal David Feitas em Afife nos seguintes horários:

- **Sábado (15/03) - 13h às 20h**
- **Domingo (16/03) - 7h às 9h30**
- **16 de março 2025**

  7h - Abertura secretariado
  8h - Partida do Trail Ultra
  8h30 - Partida do Trail Longo
  9h - Partida do Trail Sprint
  9h20 - Partida do Mini Trail/Jovem
  9h30 - Partida Caminhada
  14h - Início da cerimónia de entrega de prémios
  18h - Encerramento do evento

C. Mapa/ Perfil altimétrico/ descrição percurso

A organização balizará o percurso com fitas sinalizadoras de cor laranja, placas ou outros suportes apropriados.

É imperativo seguir os caminhos balizados sem tomar atalhos. Caso deixam de ver sinalização durante aproximadamente 150 metros, os atletas deverão voltar para trás até encontrar novamente as respetivas fitas.

A informar em momento oportuno nos canais de comunicação do evento.

D. Metodologia e controlo de tempos

Chip colocado na sapatilha, entregue aquando levantamento do dorsal e o atleta deve devolver no final da prova. A não devolução do chip à organização implica o pagamento de 5,00€.

Poderá existir em certos percursos tapete de controlo ou elementos da organização para controlo de passagem/tempo.

A prova será em sistema de *open-road*, o atleta é responsável pela passagem de estradas, cumprindo as regras do código da estrada.

E. Barreiras horárias e tempo limite

Ultra Trail – 46km

Tempo Limite - 10h

Barreira Horária - Abastecimento 2 (Outeiro - 22km) - 4h30

- Abastecimento 3 (Senhora da Cabeça - 34km) - 7h

Trail Longo – 30km

Tempo Limite - 8h

Barreira Horária - Abastecimento 2 (Senhora da Cabeça - 18km) - 5h

Caso não consiga respeitar as barreiras horárias, o atleta será impedido pela organização de prosseguir a sua prova.

F. Locais dos abastecimentos

Os abastecimentos líquidos não serão fornecidos através de garrafas nem de copos plásticos. Cada atleta é responsável por levar consigo o(s) recipiente(s) que julgue mais adequado(s) para a sua hidratação (preferencialmente servindo também para bebidas quentes).

A organização define como área específica para o auxílio ao atleta por parte de acompanhantes ou elementos da equipa, a zona de saída dos abastecimentos; devem posicionar-se de forma a não prejudicar o normal desenrolar da prova.

Só nesta zona é permitida a ajuda externa, sendo que, a ajuda praticada em qualquer outro local, será considerada irregular, incorrendo na sanção prevista no regulamento; nestas áreas o/a atleta pode receber alimentação ou trocar de equipamento; o atleta é obrigado a manter o equipamento obrigatório, podendo deixar/trocar outro equipamento não obrigatório; só é permitida permanência nessas áreas a 1 acompanhante ou elemento da equipa por atleta.

Cada atleta, ao deixar os postos de abastecimento, é responsável por ter a quantidade de bebida e comida necessária para alcançar o próximo abastecimento.

A informar em momento oportuno nos canais de comunicação do evento.

G. Material obrigatório/recomendado

Material Obrigatório	Trail Ultra 46km	Trail Longo 30km	Trail Sprint 18km	Mini Trail/Jovem 11km	Caminhada
Recipiente para líquidos	X	X	X	X	X
Apito	X	X	X	X	-
Telemóvel operacional	X	X	X	X	-
Manta de sobrevivência	X	X	X	X	-
Dorsal visível	X	X	X	X	-

Material Recomendado	Trail Ultra 46km	Trail Longo 30km	Trail Sprint 18km	Mini Trail/Jovem 11km	Caminhada
Corta-vento/ Impermeável	X	X	X	X	X
Telemóvel operacional	-	-	-	-	X

Para todas as distâncias a organização aconselha o uso de calçado confortável e apropriado para o efeito.

H. Penalizações/Desclassificações

- **Penalizações:**
  - Falta de material obrigatório: 15 minutos por item
  - Sem o dorsal bem visível: 15 minutos
  - Receber ajuda externa, fora das áreas definidas: 30 minutos
- **Desclassificações:**
  - Não cumpra a totalidade do percurso
  - Não prestar assistência a um atleta necessitado
  - Praticar conduta anti desportiva
  - Retirar sinalização do percurso
  - Falhar um ou mais postos de controlo
  - Perda de dorsal e/ou chip
  - Atirar/deixar lixo no percurso

I. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário

Apesar de estar montado um dispositivo de segurança distribuído por todo o percurso, o atleta deve ter atenção redobrada em zonas de tráfego rodoviário.

J. Responsabilidades perante o atleta/ participante

O participante assume, por livre e espontânea vontade, os riscos e suas consequências decorrentes da participação na prova, sejam eles danos morais, físicos, materiais ou de qualquer natureza.

Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos da responsabilidade.

A inscrição nas provas implicará a total aceitação do presente regulamento.

K. Abandono, Apoio e Emergência

Os abandonos devem ser feitos somente nos postos de controlo/abastecimentos, exceto nos casos em que o atleta se encontre imobilizado e não consiga alcançar um posto de controlo, devendo nestes casos ativar a operação de socorro entrando em contacto com a organização.

Haverá equipas de apoio, socorro/emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem, da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Viana do Castelo, mais uma equipa de resgate e salvamento e equipa médica em viatura própria para prestar os cuidados aos participantes.

O número de contacto da organização e da equipa de socorro/emergência estará impresso no dorsal e deverá ser igualmente gravado no telemóvel do atleta.

A organização não se responsabiliza pela condição física dos atletas, por qualquer acidente ou outro dano sofrido antes, durante ou após a realização da prova, para além daqueles que se encontrem cobertos pelo seguro da prova.

L. Seguro desportivo

A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei para a realização deste tipo de provas. O prémio do seguro está incluído no valor da inscrição, pelo que todos os participantes terão após validação da sua inscrição um seguro de acidentes pessoais durante a prova, conforme legislação em vigor da Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto (Dec. Lei 10/2009), com capitais mínimos obrigatórios.

A organização contratualiza os seguros obrigatórios, conforme o Decreto-Lei n.º 10/2009 de 12 de janeiro, para este tipo de prova, estando o seu prémio incluído no valor da inscrição.

O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas.

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, juntamente com o impresso de participação de sinistro com o respetivo número da apólice, carimbado e assinado pela empresa (tomador do seguro). Por vezes e, dada a urgência/gravidade de alguns acidentes, torna-se impossível diligenciar o preenchimento da participação no ato do sinistro. Nestas circunstâncias, a participação do sinistro poderá ser tratada após concluídos os primeiros socorros ao participante.

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 despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

M. Serviços disponibilizados

No Pavilhão Municipal David Freitas terá ao dispor:

- Bar
- Banho água quente
- Stands comerciais

4. INSCRIÇÕES

O ato de inscrição pressupõe a total aceitação das regras aqui estabelecidas.

As inscrições abrem a 1 de dezembro de 2024 e encerram a 9 de março de 2025.

As mesmas devem ser feitas na plataforma da CyclonesSports (http://www.cyclonessports.com).

Será emitida uma referência multibanco, pelo que deve efetuar o pagamento do valor indicado no prazo estipulado.

Os pedidos de inscrição individuais e por equipa devem ser feitos de acordo com os prazos indicados.

A inscrição será aceite por ordem de chegada. Os pedidos de inscrição só serão considerados após pagamento.

A veracidade e conformidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante.

A organização não se vê no direito de devolver o dinheiro da inscrição dos atletas já confirmados e que, mesmo antecipadamente, saibam que não vão comparecer no dia do evento.

Após confirmação de pagamento, é atribuído um número de dorsal ao atleta. O dorsal é pessoal e intransmissível.

O levantamento do dorsal pode depender da exibição do comprovativo de pagamento da inscrição correspondente.

A. Valores de inscrição

Trail Ultra 46km	**30 euros**
Trail Longo 30km	**24 euros**
Trail Sprint 18km	**18 euros**
Mini Trail/Jovem 11km	**12 euros**
Caminhada	**10 euros**

Equipas com número de inscrições igual ou superior a 10 elementos, terão direito a um desconto de 10% no total do valor das inscrições.

O Afife Running Trail valoriza o desempenho dos atletas, e por esse motivo, um atleta pode beneficiar de um desconto ou isenção do valor de inscrição, consoante o seu índice ITRA.

Distância	**Masculino**			**Feminino**		
	ITRA PERFORMANCE INDEX					
Trail Ultra - 46km	700	750	800	550	600	650
Trail Longo - 30km	700	750	800	550	600	650
Trail Sprint - 18km	700	750	800	550	600	650
DESCONTO	**25%**	**50%**	**100%**	**25%**	**50%**	**100%**

Para beneficiar do desconto, o atleta tem de enviar um email para afifensetrail@gmail.com com os seus dados e o link pessoal da conta ITRA.

Apenas atletas e/ou equipas com a situação regularizada relativa a edições anteriores, terão acesso aos descontos em vigor.

Número de vagas disponíveis:

- **Trail Ultra – 100 vagas**
- **Trail Longo – 150 vagas**
- **Trail Sprint – 250 vagas**
- **Mini Trail/Jovem – 200 vagas**
- **Caminhada – 200 vagas**

NOTA: Todas as inscrições efetuadas na última semana antes da prova poderão não ter o dorsal personalizado e/ou oferta, podendo ser cobrado um valor suplementar no próprio dia e não ter o brinde de participação.

B. Condições devolução do valor de inscrição

Em caso de desistência, por qualquer razão, até **16 de fevereiro 2025**, a mesma deve ser comunicada à organização, através do email, solicitando o seu reembolso. Sendo que será sempre cobrado uma taxa de 25% para despesas administrativas.

Após essa data e até ao dia da prova a desistência só poderá corresponder, condicionalmente, a uma transferência para a prova de 2026.

C. Material incluído com a inscrição

Dorsal, seguro de acidentes pessoal, oferta alusiva ao evento, abastecimentos sólidos e líquidos durante o percurso e no final, medalha *finisher*, e outras ofertas que a organização poderá vir a conseguir.

5. CATEGORIAS E PRÉMIOS

Para efeitos de classificação e pontuação ATRP, os escalões serão conforme o regulamento geral de competições.

Masculinos	Femininos	Idades
M Juvenil	F Juvenil	16 a 17 anos (até 15km)
M Júnior	F Júnior	18 a 19 anos (até 25km)
M Sub23	F Sub23	20 a 22 anos
M Sénior	F Sénior	23 a 34 anos
M35	F35	35 a 39 anos
M40	F40	40 a 44 anos
M45	F45	45 a 49 anos
M50	F50	50 a 54 anos
M55	F55	55 a 59 anos
M60	F60	60 a 64 anos
M65	F65	65 a 69 anos
M70	F70	Mais de 70 anos

Definição data, local e hora entrega prémios:

- 13h (ou a partir do momento em que existem elementos para a realização de todos os pódios gerais e de escalão de uma determinada distância).

Haverá prémios/troféus para os três primeiros colocados dos seguintes escalões:

- **Ultra Trail (46km):**
    - MGERAL/FGERAL
    - MSUB23/FSUB23 – (20 - 22 anos)
    - MSEN/FSEN – (23 - 39 anos)
    - M40/F40 – (40 - 49 anos)
    - M50/F50 – (50 – 59 anos)
    - M60/F60 – 60 anos ou mais.
- **Trail Longo (30km):**
    - MGERAL/FGERAL
    - MSUB3/FSUB23 – (20 - 22 anos)
    - MSEN/FSEN – (23 - 39 anos)
    - M40/F40 – (40 - 49 anos)
    - M50/F50 – (50 – 59 anos)
    - M60/F60 – 60 anos ou mais.
- **Trail Sprint (18km):**
    - MGERAL/FGERAL
    - MSUB23/FSUB23 – (18 - 22 anos)
    - MSEN/FSEN – (23 - 39 anos)
    - M40/F40 – (40 - 49 anos)
    - M50/F50 – (50 – 59 anos)
    - M60/F60 – 60 anos ou mais.
- **Trail Mini/Jovem (11km):**
    - MGERAL/FGERAL
    - M JUVENIL / F JUVENIL- (16 a 17 anos)
    - M JÚNIOR/F JÚNIOR – (18 a 19 anos)
- **Caminhada** não tem classificação.

Prémios:

- **Para as Provas de Trail Ultra, Trail Longo e Trail Sprint, haverá Troféus para as três melhores equipas. Será contabilizado o tempo dos três primeiros atletas (de cada equipa) a entrar em meta, independentemente do sexo ou escalão.**
- **Prémio para a equipa mais numerosa no acumulado de todas as distâncias.**

6. PROTEÇÃO DE DADOS

Os dados dos participantes 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 afifensetrail@gmail.com .

7. DIREITOS DE IMAGEM

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, autorização por parte do participante, 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 os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber compensação económica.

8. CASOS OMISSOS

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

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 meteorológicas ou motivos de força maior assim o obrigarem.

Os eventuais protestos devem ser apresentados à organização até uma hora após a publicação da sua classificação provisória.

10. INFORMAÇÕES GERAIS

- Como chegar:

A1 direção Porto, depois seguir na A28 direção Viana do Castelo e saída em Viana do Castelo ou Vila Praia de Âncora e depois seguir na N13 em direção a Afife.

- Contactos:

E-mail: afifensetrail@gmail.com

Telemóvel: +351 969359465 (Marinha Pires);

- Para outras informações através do correio eletrónico: afifensetrail@gmail.com .

11. NOTAS E ALTERAÇÕES

Este regulamento poderá sofrer alterações até 15 dias antes da realização do mesmo. Este regulamento é baseado nas premissas recomendadas pela ATRP.

Afife, 24 de fevereiro de 2024

TERMO DE RESPONSABILIDADE - DECLARAÇÃO

Participantes Menores de 18 Anos

(A preencher pelo encarregado de educação/tutor)

Eu,(nome) _____,

Residente em _____,

Código postal e Localidade _____,

Portador/a do C.C. nº_____,

declaro que autorizo o meu/minha filho/tutelado/ (nome) _____

_____,

nascido/a em ____ / ____ / ____ , portador/a do B.I./C.C. nº_____,

a participar na prova (referir distância)_____,

do **10º AFIFE RUNNING TRAIL**, e que sou conhecedor do regulamento da prova, do material obrigatório e adequado para a participaçãoe das caraterísticas do percurso, e assumo a especial obrigação de me assegurar, previamente, de que o meu educando não tem quaisquer contraindicações de saúde ou outras, para a prática da atividade de corrida em montanha, em particular para a participação na prova na qual está inscrito no âmbito do evento, que decorre na Freguesia de Afife, concelho de Viana do Castelo.

(Data e Local), _____

_____

(Assinatura como no CC)

NOTAS: Preencher o documento com letra legível

- Assinatura igual à do Cartão de cidadão
- Apresentar documento comprovativo de identidade do declarante ou cópia