



## II Trail Running do Clube BTT de Aguiar.

### Regulamento

Todos os atletas inscritos devem permanecer atentos à página do facebook do Clube Btt de Aguiar <https://www.facebook.com/Clube-Btt-Aguiar-1513594922266562/?ref=ts&fref=ts>, onde serão colocados todos os avisos oportunos que sirvam de complemento a este regulamento. Se justificar a organização procederá a ajustes no presente regulamento.

1. O clube BTT de Aguiar vai realizar no próximo dia 12 de Junho de 2016, pelas 08:30 horas, um evento denominado «II TRAIL RUNNING do CLUBE BTT de AGUIAR».
  - 1.1. A prova longa terá a distância de 35 km.
  - 1.2. A prova mais curta de 15 km.
2. Condições de participação
  - 2.1. Idade participação.
    - 2.1.1. A prova percorre trilhos e caminhos rurais do concelho de Viana do Alentejo na localidade de Aguiar, com início no largo 25 de Abril e termino no Jardim da Vila de Aguiar, onde decorre as festas da Primavera.



2.1.2. A prova está aberta a todos. Os menores de 18 anos até 14 anos, devem preencher um documento que está junto ao regulamento, que deverá ser assinado pelo responsável de educação autorizando a sua participação na prova.

2.1.3. Menores de 13, inclusive devem ser acompanhados com uma pessoa adulta, preenchendo à mesma a devida autorização.

## 2.2. Regularização da inscrição.

2.2.1. A inscrição será feita através do site [www.acorrer.pt](http://www.acorrer.pt) não sendo necessário enviar comprovativo de pagamento para a organização.

## 2.3. Condições físicas:

### 2.3.1. Para participar é indispensável:

2.3.1.1. Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos encontrar-se adequadamente preparado fisicamente e mentalmente.

2.3.1.2. Ter adquirido, antes do evento, capacidades reais de autonomia em locais mais altos que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas.

2.3.1.3. Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro, chuva ou calor se se verificarem no momento da prova.



2.3.1.4. Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc;

2.3.1.5. Estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas.

## 2.4. Colocação dorsal.

2.4.1. O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado de forma bem visível.

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

2.4.3. O dorsal dispõe de números de telemóvel referentes a números de emergência e da organização.

## 2.5. Regras de conduta desportiva:

2.5.1. O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas as modalidades, serão alvo de advertência, expulsão ou desqualificação.

## 3. Programa/Horário:

3.1. «II TRAIL RUNNING do CLUBE BTT de AGUIAR», 12 de Junho de 2016 (Domingo):

3.2. 07h00m - Abertura do Secretariado e entrega dos dorsais.



- 3.3. Local - No salão de festas da Junta de Freguesia de Aguiar
- 3.4. 8h30m - Partida do Traill Running Longo e Curto
- 3.5. Entrega de prémios,
  - 3.5.1. Assim que chegarem os 3 primeiros classificados de cada prova, (feminino / masculino) / (Horários sujeitos a alterações)
- 3.6. Tempo Limite
  - 3.6.1. Os atletas podem fazer o percurso a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem o tempo limite que será de 5 horas para o Traill Running longo e 3h00min. para o Traill Running curto.
  - 3.6.2. 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.
- 3.7. Locais de abastecimento:
  - 3.7.1. Trail Running 35km Líquido/Sólido
    - 3.7.1.1. (+/- 6km) Líquido/Sólido
    - 3.7.1.2. (+/- 11km) Líquido/Sólido
    - 3.7.1.3. (+/- 20km) Líquido/Sólido
    - 3.7.1.4. (+/- 28km) Líquido/Sólido
  - 3.7.2. Trail Running 15km Líquido/Sólido
    - 3.7.2.1. (+/- 6km) Líquido/Sólido



### 3.7.2.2. (+/- 11km) Líquido/Sólido

### 3.7.3. Responsabilidade do atleta.

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

### 3.7.4. Postos de controlo:

3.7.4.1. Haverá 2 postos de controlo ao longo da prova do RR Longo

3.7.4.2. Haverá 1 posto de controlo ao longo do RR curto.

3.7.4.3. É obrigatória a passagem dos concorrentes pelos postos de apoio e controlo que se situam no seu percurso.

### 3.8. Material obrigatório

3.8.1. Telemóvel; Reservatório de líquidos.

3.8.2. Todos os participantes nas provas deverão ter em atenção que, pela dureza da prova e dificuldades acrescidas pelas condições atmosféricas que se poderão verificar, é recomendado/aconselhável que se façam acompanhar do seguinte material:

3.8.2.1. Calçado e vestuário adequados para a prática de Raid Running;

3.8.2.2. Boné;

3.8.2.3. Protetor solar;

3.8.2.4. Mochila;

3.8.2.5. alimentos energéticos.

### 3.9. Penalizações / desclassificações:

3.9.1. Será penalizado ou desclassificado todo aquele que:



- 3.9.1.1. Não complete a totalidade do percurso (desclassificado);
- 3.9.1.2. Deteriore ou suje o meio por onde passe (desclassificado);
- 3.9.1.3. Não leve o dorsal bem visível (penalização de 2 min.);
  
- 3.9.1.4. Alteração do dorsal (desclassificado);
- 3.9.1.5. Ignore as indicações da organização (penalização de 2 min.);
- 3.9.1.6. Tenha alguma conduta antidesportiva (desclassificado);

### 3.10. Seguro desportivo

- 3.10.1. Seguro desportivo de acordo com a lei em vigor.

### 3.11. Processo inscrição / Valores

- 3.11.1. As inscrições terão que ser efetuadas online no site: ACORRER.PT
- 3.11.2. Os valores da inscrição é de 9€ qq. Que seja o percuso

### 3.12. Material incluído com a inscrição / Devoluções de valores

- 3.12.1. Dorsal; - Seguro de acidentes pessoais; - Abastecimentos; - Banhos; - Prémio Finisher; - Outros brindes que a organização consiga angariar.
  
- 3.12.2. Devolução do valor da inscrição.
  - 3.12.2.1. Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada previamente por motivos imputáveis à Organização.
  - 3.12.2.2. As inscrições são pessoais e intransmissíveis. Os dorsais serão entregues Individualmente ou a responsável de equipa para levantamento coletivo, deverão apresentar o CC/BI no momento de recolha dos mesmos.



#### 4. Prémios

4.1. Os 3 primeiros classificados, Masculino/Feminino dos dois percursos.

#### 5. Marcação do percurso:

5.1. A marcação principal será constituída por fita pendurada em elementos naturais à altura dos olhos.

5.2. A cor da fita será anunciada no momento da Partida.

5.3. Para além da fita sinalizadora serão utilizadas outras sinaléticas como setas impressas, cal a cortar as estradas e informações diversas para além de indicações por colaboradores da Organização em atravessamento de estradas e outros locais.

5.4. Os concorrentes obrigam-se a percorrer todo o trilho sinalizado o mais perto possível das marcações não devendo atalhar nos pontos em que eventualmente tal seja possível.

5.5. O não acatamento desta norma pode levar à desclassificação se no entender da organização da prova tal for feito com a intenção de diminuir a distância percorrida ou de diminuir as naturais dificuldades técnicas do percurso.

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

#### 6. Responsabilidade ambiental e de imagem:



## 6.1. Ambiente.

6.1.1. 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.

## 6.2. Direitos de imagem:

6.2.1. 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.

## 7. Casos omissos:

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



## 8. Diversos:

- 8.1. Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados.
- 8.2. A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições encontradas no dia do evento, assim como à suspensão da prova se as condições não permitirem o seu desenvolvimento em segurança.

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

O CLUBE BTT DE AGUIAR

