



Nota Justificativa

Se a arqueologia e o património são produtos caracterizadores da vila de Mértola, fazendo dela um destino turístico bastante procurado, as excelentes condições que o concelho oferece para a prática de atividades de ar livre são, sem sombra de dúvida, o principal motivo para a organização do evento Trilhos de Mértola – Trail Run. Tendo como pano de fundo a vila de Mértola e integrado no Parque Natural do Vale do Guadiana, Trilhos de Mértola – Trail Run desafia os mais ativos na exploração dos seus próprios limites (re)descobrimo espaços e paisagens de beleza extrema.

Artigo 1º

Objeto

O presente regulamento tem como objetivo definir as regras de participação no evento desportivo Trilhos de Mértola - Trail Run.

Artigo 2º

Âmbito de Aplicação

O evento desportivo Trilhos de Mértola- Trail Run é organizado pelo Clube de Futebol Guadiana com a promoção da Câmara Municipal de Mértola, e destina-se a todos os cidadãos que cumpram o disposto no presente regulamento.



Artigo 3º

Condições de participação

1 – As idades de participação para cada prova são as seguintes:

- a) -Trail Ultra - serão admitidos atletas com idade igual ou superior a 18 anos;
- b) -Trail Longo - serão admitidos atletas com idade igual ou superior a 18 anos;
- c) – Caminhada - serão admitidos participantes com idade igual ou superior a 12 anos, sendo que os menores de idade terão que ser acompanhados por um responsável maior de idade mediante entrega da respetiva declaração de autorização do encarregado de educação.

Artigo 4º

Inscrição

- 1 - As inscrições devem ser efetuadas, no site www.acorrer.pt numa ligação existente para o efeito.
- 2 - O período de inscrições termina de acordo com prazo indicado no site www.acorrer.pt
- 3 - A inscrição fica regularizada após liquidação do pagamento até à sua data limite.
- 4 - Todas as inscrições sem confirmação de pagamento até ao prazo limite não serão consideradas.
- 5 - As inscrições são pessoais e intransmissíveis.
- 6 - Todos os pedidos de informação deverão ser solicitados através do telefone 968342673 ou para os emails: luisruas@cm-mertola.pt / cfguadiana@gmail.com
- 7 - A presente atividade desportiva está aberta a pessoas filiadas numa federação ou não, em representação individual ou coletiva (Clubes, Escolas, Associações Desportivas, Empresas).



Artigo 5º

Valores de inscrição

1- As inscrições devem ser concretizadas (com pagamento efetuado) até ao dia 2 de Maio de 2016:

- a) - Ultra Trail: 15,00 €;
- b) - Trail Longo: 12,00 €
- c) - Caminhada: 6,00 €

Artigo 6º

Devolução do valor de inscrição

1 - Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada por motivos imputáveis à organização.

Artigo 7º

Serviços / Material Fornecido

1 - A participação no evento desportivo inclui:

- Dorsal;
- Controlos de passagem de chegadas e tempos;
- T-shirt técnica do evento;
- Seguro;
- Abastecimentos;
- Transporte dos atletas desistentes desde os postos de abastecimento até Mértola;
- Massagem pós prova para participantes dos trails;
- Duches quentes (Pavilhão Desportivo Municipal);
- Alojamento na véspera, em regime de “solo-duro”.



Artigo 8º

Condições físicas

Todos os participantes no evento, em qualquer uma das provas, devem estar cientes das condições físicas em que se encontram, devendo gozar de boa saúde e de uma preparação física e psíquica apta a esforços longos devendo estar preparados para terrenos acidentados e condições atmosféricas adversas.

Artigo 9º

Ajuda externa

Não será permitida a ajuda de pessoas alheias à organização, excepto em situações de emergência.

Artigo 10º

Dorsal

- 1 - A identificação por número de dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado no peito/abdómen.
- 2 - O participante é responsável pela integridade do respetivo dorsal.
- 3 - Os dorsais serão entregues individualmente e os participantes deverão apresentar o documento de identificação no momento de recolha dos mesmos.
- 4 - Todos os participantes deverão ser portadores de alfinetes para o dorsal.

Artigo 11º

Regras de conduta desportiva

- 1 - Considerando que se trata de um desporto na natureza, será importante zelar por um impacto ambiental nulo, pelo que todos os atletas serão responsáveis pelo transporte de todo o seu “lixo”, depositando esses resíduos no abastecimento mais próximo ou levando-os consigo até à meta.



2 - O comportamento inadequado, como seja, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou física, poderá ser punido com advertência, desqualificação ou expulsão com proibição de inscrição em eventos posteriores.

Artigo 12º

Prova

1 - O evento desportivo Trilhos de Mértola -Trail Run integra as seguintes distâncias:

- a) - Ultra Trail - 44 Km
- b) - Trail Longo- 23 Km
- c) - Caminhada de 10 km, sem vertente competitiva.

2 - Os trail's serão realizados por percursos que englobam caminhos, trilhos, estradas florestais, estradas romanas, zonas históricas, ribeiras, escarpas, entre outros.

3 - Os primeiros quilómetros são comuns aos dois trail's. Todas as distâncias evitam estradas alcatroadas, às exceções das estradas de entrada/saída de Mértola (pontes), das aldeias por onde passam as provas e do atravessamento de algumas vias.

4 - A caminhada passará pelo Centro Histórico da Vila de Mértola desenvolvendo-se posteriormente por caminhos e trilhos numa zona florestal anexa à vila, esta será composta por duas fases:

- a) A primeira fase terá 5 km, será guiada e desenvolve-se por caminhos com piso pouco acidentado.
- b) A segunda fase será de 5 km em “andamento livre”, por trilhos de maior dificuldade que se encontram sinalizados.

5 - As marcações principais dos percursos são efetuadas com fita sinalizadora ou placas informativas.



Artigo 13º

Distância / Altimetria / Dificuldade ATRP

1-Caminhada

Partida Mértola/Chegada Mértola

Distância: 10 Km

Tipo de piso: Asfalto, calçada e trilhos de terra batida

2-Trail Longo

Partida Mértola/Chegada Mértola

Distância: 23 Km

Tipo de piso: caminhos, trilhos, estradas florestais, estradas romanas, zonas históricas, ribeiras, escarpas, entre outros.

Desníveis acumulados e Classificação ATRP: A disponibilizar em

<https://www.facebook.com/events/1557778014540320/>

3- Ultra Trail

Partida Mértola/Chegada Mértola

Distância: 44Km

Tipo de piso: caminhos, trilhos, estradas florestais, estradas romanas, zonas históricas, ribeiras, escarpas, entre outros.

Desníveis acumulados e Classificação ATRP: A disponibilizar em

<https://www.facebook.com/events/1557778014540320/>

Artigo 14º

Mapa e Perfil Altimétrico

A disponibilizar em <https://www.facebook.com/events/1557778014540320/>

Artigo 15º

Tempo limite

1 - As distâncias Trail Longo e Trail Ultra têm tempo limite para a sua conclusão, sendo que:



- a) O Trail Longo - terá um tempo limite de 5h, ou seja às 14:30h, na linha da meta. Existirá uma barreira horária no segundo posto de abastecimento (14:00h). Todos os participantes que cheguem depois desta hora terão obrigatoriamente de abandonar a corrida e aguardar por transporte da organização.
- b) O Ultra Trail - terá um tempo limite de 8:00h, ou seja às 17:00h na linha de meta. Existirá uma barreira horária no quarto abastecimento (15:30h). Todos os participantes que cheguem depois dessa hora terão obrigatoriamente de abandonar a corrida e aguardar por transporte da organização.

Artigo 16º

Programa

Sábado, 7 de Maio de 2016

19:00h - Abertura do secretariado no Pavilhão Desportivo Municipal de Mértola

22:00 - Encerramento do Secretariado

Domingo, 8 de Maio de 2016

07:30h - Abertura de secretariado na zona de partida (Pavilhão Desportivo Municipal de Mértola)

08:30h – Encerramento do secretariado

-Atividades de Animação

08:45h – Briefing para todas as provas

09:00h – Partida para o Trail Ultra

09:30h – Partida Trail Longo

09:35h – Caminhada

- Atividades de Animação

17:00h – Hora limite de chegada dos Trail's

17:15h – Cerimónia de encerramento / entrega de prémios e Sorteio (Através do número de dorsal). Poderão ser antecipados mediante a hora de chegada do último atleta.



Artigo 17º

Secretariado

Sábado, 7 de Maio de 2016

19:00 - Abertura do secretariado no Pavilhão Desportivo da Câmara Municipal de Mértola

22:00 – Encerramento do secretariado

Domingo, 8 de Maio de 2016

07:30 – Abertura do secretariado junto à Partida / Meta (Pavilhão Desportivo Municipal de Mértola)

08:30 – Encerramento do secretariado

Artigo 18º

Controlo de tempos

O controlo de tempos da prova será da responsabilidade da Associação de Atletismo de Beja.

Artigo 19º

Postos de controle

1 - Todos os participantes são obrigados a percorrer na íntegra os percursos fornecidos pela organização sob a pena de desqualificação.

2 - Os postos de controle são efectuados nos locais de abastecimento.

3 - A não passagem por um posto de controle levará à desqualificação do atleta.

Artigo 20º

Abastecimentos

1 - Ao longo das provas será fornecido abastecimento composto por sólidos e líquidos:

a) Trail Longo – 2 pontos de abastecimento - Km 8 e km 16 (aproximadamente)



b) Ultra Trail – 5 pontos de abastecimento - Km 8, km 16, km 24, km 32 e km 40 (aproximadamente).

2 - Existirá um posto de abastecimento adicional na zona de meta com sólidos e líquidos.

Artigo 21º

Material obrigatório

1 - Os participantes, durante a prova, são obrigados a ser portadores do seguinte material:

- Reservatório para líquidos;
- Telemóvel;
- Apito (fornecido pela organização).

Artigo 22º

Passagem de locais com tráfego rodoviário

1 - Existem locais com tráfego rodoviário, pelo que todos os atletas deverão cumprir as regras de circulação rodoviária para peões.

2 - Nas estradas com mais movimento, existirão membros da organização em pontos estratégicos para facilitar a passagem dos atletas.

Artigo 23º

Penalizações / desclassificações

1 - O não cumprimento do disposto no presente regulamento poderá levar à penalização dos participantes e em casos limite à sua desqualificação.

2 - As penalizações serão decididas pela equipa técnica da prova em função da gravidade da transgressão.



Artigo 24º

Responsabilidades perante o participante

- 1 - A inscrição na prova implica a total aceitação do presente regulamento.
- 2 - Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais, ou de qualquer outra natureza, a si mesmos e/ou a terceiros.
- 3 - A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente ou negligência por parte do participante ou roubo de objetos e/ou valores pertencentes a cada participante.

Artigo 25º

Seguro desportivo

- 1 - Todos os participantes no evento beneficiarão de um seguro desportivo, da responsabilidade da organização.
- 2 - As condições da apólice do seguro de acidentes pessoais são as do seguro desportivo obrigatório em vigor, conforme o Decreto-Lei n.º 10/2009 de 12 de Janeiro, aplicável a todos os participantes.

Artigo 26º

Prémios

Os prémios a atribuir são:

1-Trail's

- a) - Prémio Simbólico para os três primeiros classificados da geral;
- b) – Prémio Simbólico para os três primeiros classificados por escalão etário masculino e feminino;
- c) - Viagem turística pelo Rio Guadiana no Barco Vendaval para a Equipa com mais participantes;



- d) - Viagem (para duas pessoas) aos Açores ou Madeira a sortear entre os primeiros 80 participantes com pagamento efetuado e que terminarem a prova;
- e) Viagem (para duas pessoas) aos Açores ou Madeira a sortear entre os atletas que terminarem a prova (excluindo o premiado no sorteio anterior);
- f) Sorteio de produtos turísticos/locais a realizar entre os participantes que terminarem a prova;
- g) Atribuição do “Prémio Azar”- prémio surpresa.

2-Caminhada

Sorteio de produtos turísticos/locais a realizar entre os participantes que terminarem a prova.

Artigo 27º

Categorias etárias

Faixa etária	Masculino	Feminino
18 - 29 anos	MSeniores	FSeniores
30 - 39 anos	M30	F30
40 - 44 anos	M40	F40
45 - 49 anos	M45	F45
50 - 54 anos	M50	F50
Mais de 55 anos	M55	F55

Artigo 28º

Reclamação de classificações

1 - Os atletas poderão fazer reclamação das classificações, após publicação das mesmas, num prazo de 5 dias úteis.



Artigo 29º

Direitos de Imagem

- 1 - Ao inscrever-se os concorrentes renunciam aos direitos de imagem durante todos os atos do evento nomeadamente a prova e as cerimónias protocolares.
- 2 - Durante a prova existirão técnicos de imagem que irão documentar o evento.

Artigo 30º

Alterações

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias para melhorar as provas ou sob influência das condições encontradas no dia do evento, assim como à suspensão do mesmo se não existirem condições que permitam a sua realização em segurança.

Artigo 31º

Casos Omissos

Os casos omissos serão resolvidos pela organização.

Informação útil

- **Evento**

Toda a informação referente a este evento será disponibilizada no site www.cm-mertola.pt e <https://www.facebook.com/events/1557778014540320/>

- **Como chegar**

Os meios para se chegar à Vila de Mértola são através de viatura própria ou através de autocarro (rede expressos).

Horário dos autocarros em www.rede-expressos.pt

- **Onde ficar**

A organização disponibiliza pernoita em solo duro, no pavilhão municipal, para os participantes. Os interessados deverão trazer colchão e saco de cama.

Para uma pernoita mais comoda são vários os hotéis, pensões e turismos rurais onde ficar.

No site www.visitmertola.pt , no marcador “Onde ficar?” encontra toda a informação.

- **Locais a visitar**

A Vila de Mértola possui um vasto património histórico e por isso é um excelente ponto de visita.

No site www.visitmertola.pt , está disponível informação acerca de todos os locais de interesse no concelho.

Desejamos-lhe umas boas passadas.

