

ASSOCIAÇÃO TRILHO DOS CÁGADOS - VCO

REGULAMENTO

BACKYARD TRILHO DOS CÁGADOS



1. Conceito Backyard

A BACKYARD TRILHO DOS CÁGADOS é uma corrida oficial do calendário Backyard Ultra. Percurso circular de 6.706 metros com 90+ por volta

Backyard, um conceito americano criado por Lazarus Lake.

As regras são simples.

Os atletas devem completar uma volta de 6706 km no tempo máximo de 1 hora.

A cada hora há uma largada e todos têm de completar a volta em menos de uma hora. Se alguém terminar antes, pode descansar enquanto espera o início da nova volta.

Exemplo: se completares o primeiro circuito em 45 minutos, terás 15 minutos antes da próxima partida; se completares o circuito em 59 minutos, terás um intervalo de 1 minuto antes da próxima partida.

O objetivo é fazer o máximo de voltas / horas.

O vencedor é a última pessoa a completar a volta a tempo. Se ninguém conseguir completar a última volta em menos de uma hora, essa edição ficará sem vencedor.

Porquê a distância de 6.706 km?

O que Lazarus Lake pretendeu foi que, após 24 horas, estivessem completadas um total de 100 milhas (quase 161 km).

2. Apresentação

A organização BACKYARD TRILHO DOS CÁGADOS é da responsabilidade da Associação Trilho dos Cágados VCO.

Conta com o apoio da Junta de Freguesia de Vila Chã de Ourique, Câmara Municipal do Cartaxo e Associação Comunitária de Assistência Social de Vila Chã de Ourique.

ASSOCIAÇÃO TRILHO DOS CÁGADOS - VCO

REGULAMENTO

BACKYARD TRILHO DOS CÁGADOS



3. Condições de participação

3.1 Aceitação das regras e ética da corrida

A participação na BACKYARD TRILHO DOS CÁGADOS implica a aceitação expressa da conduta desportiva e do regulamento da organização.

É fundamental que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo e alertem a organização.

O comportamento inadequado ou o recurso a linguagem ofensiva de qualquer espécie será alvo de advertência, expulsão ou desclassificação.

3.2 Idade de participação

A prova é aberta ao público em geral com idade igual ou superior a 16 anos para as 3, 6, 12 voltas e ultra, que apresente boa saúde para a prática desportiva. Para participar na mesma aconselha-se que todos os participantes se encontrem com uma preparação física e psíquica apta a esforços longos. A organização não se responsabiliza por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela sua participação

A organização com os meios de socorro que dispõe tem a competência de retirar atleta de prova, caso esteja a meter em risco a sua saúde.

Respeito pela organização e outros participantes é uma conduta que todos os atletas devem ter durante a sua participação na BACKYARD TRILHO DOS CÁGADOS.

4. A PROVA

4.1 Regras

A prova inicia-se às 9H do dia 23 Maio e depois de hora a hora após a partida anterior.

ASSOCIAÇÃO TRILHO DOS CÁGADOS - VCO

REGULAMENTO

BACKYARD TRILHO DOS CÁGADOS



Haverá notificação do 3º minuto, 2º minuto, 1º minuto através do apito. A partida será dada ao tocar do sino.

Todos atletas têm de estar na zona de partida á hora, não podendo partir depois da hora, salvo por necessidade fisiológica.

É proibido qualquer ajuda durante a volta.

Qualquer desvio do percurso será resultante de desclassificação do atleta.

4.2 Dorsal

Todos os atletas devem levantar o dorsal no secretariado entre as 7.30H e as 8.30H do dia da prova (23 Maio).

Todos os atletas deverão receber no seu email o guia de atleta. O mesmo será também publicado nas redes sociais da organização e no evento.

O dorsal deverá ser usado á frente na chegada á zona de chegada e partida para melhor identificação por parte organização.

Na ausência do dorsal na volta o atleta será desclassificado

4.3 Material Obrigatório e material aconselhável

Aconselhável calçado adequado á pratica de trail visto o percurso ser maioritariamente em terra;

No período da noite luz dianteira obrigatória e aconselhável luz vermelha atrás;

Usar telemóvel sempre enquanto estiver em prova;

Troca de equipamento e calçado sempre que o atleta o queira

Proibido uso bastões

4.4 Ajuda Externa

ASSOCIAÇÃO TRILHO DOS CÁGADOS - VCO

REGULAMENTO

BACKYARD TRILHO DOS CÁGADOS



A ajuda aos atletas só é permitida dentro da zona de partida e chegada.

Cada atleta poderá ter a ajuda que desejar nesse espaço, dada a partida para a volta não poderá mais ser auxiliado até á sua chegada novamente á área.

O atleta poderá ter no máximo 2 pessoas podendo a organização diminuir a 1 pessoa no início devido ao número atletas para o espaço.

4.5 Cronometragem e Classificação

Nas 3, 6, 12 Voltas os vencedores - Masculinos e Femininos - serão os 3 mais rápidos no conjunto das voltas;

Na ultra o vencedor – Masculino e Feminino - será o que concluir o maior número de voltas.

4.6 Seguro

A organização terá o seguro obrigatório para este tipo de prova, conforme o decreto-lei nº 10/2009 de 12 Janeiro.

As franquias do seguro será da responsabilidade do atleta.

A participação á seguradora deverá ser efectuada o mais rápido possível no prazo máximo de 8 dias após a prova

5. Inscrições

5.1 Procedimento das inscrições

As inscrições para BACKYARD TRILHO DOS CÁGADOS serão efetuadas através da plataforma on-line no site **acorrer.pt**

ASSOCIAÇÃO TRILHO DOS CÁGADOS - VCO

REGULAMENTO

BACKYARD TRILHO DOS CÁGADOS



Inscrições limitadas a 50 vagas por modalidade de voltas

O envio da fatura deverá ter de ser solicitado por email - trilhodoscagados@sapo.pt - à organização que depois envia ao atleta.

Cancelamento, troca dorsais ou número voltas só é permitido até ao termo das inscrições e tem de ser tratado pelo titular da inscrição.

Após o termo das inscrições o cancelamento ficará em crédito para ano seguinte.

5.2 Valores de inscrição

Nº de voltas	Preço	Vagas
3 voltas – 20 KM	12€	50 vagas
6 voltas – 40 KM	15€	50 vagas
12 voltas – 80 KM	25€	50 vagas
Ultra (sem limite KM)	50€	50 vagas

5.3 Kit do atleta

Ofertas incluídas na inscrição:

- T-shirt (para as 3, 6 e 12 voltas)
- T-shirt + Sweat shirt (Ultra's)
- Dorsal
- Abastecimentos
- Banhos
- Seguro de Acidentes Pessoais
- Seguro de Responsabilidade Civil

ASSOCIAÇÃO TRILHO DOS CÁGADOS - VCO

REGULAMENTO

BACKYARD TRILHO DOS CÁGADOS



6. Prémios e Horários de entrega prémios

6.1 PRÉMIOS MONETÁRIOS para ULTRA

6.1.1 VENCEDOR(A) DA PROVA	500€
6.1.2 VENCEDOR MASCULINO DA PROVA COM RECORD NACIONAL	500€
6.1.3 VENCEDORA FEMININO DA PROVA COM RECORD NACIONAL	500€

Em caso de empate no número de voltas, o vencedor é o atleta que fez a volta mais rápida na última volta.

6.2 Haverá prémio (troféu da prova) para os 3 primeiros – masculinos e femininos – das 3, 6, 12 voltas e ultra

A hora estimada para a entrega de prémios será:

- 3 Voltas - 13h15
- 6 Voltas - 16h15
- 12 Voltas - 22h15
- Ultra – quando terminarem

7. Direitos de imagem

Todos os atletas que finalizarem a sua inscrição estão a aceitar a filmagem, reportagem e fotografia da sua prova, cedendo os direitos á organização de usar a sua imagem para a publicação de eventos futuros da organização.

ASSOCIAÇÃO TRILHO DOS CÁGADOS - VCO

REGULAMENTO

BACKYARD TRILHO DOS CÁGADOS



8. Outras Informações

Reclamações: Todas as reclamações deverão ser apresentadas pelo atleta que se ache lesado por escrito antes do termo da prova

Interpretação do regulamento BACKYARD TRILHO DOS CÁGADOS: Todas as dúvidas sobre a interpretação do regulamento e todos casos relacionados com a prova serão analisados pela organização do evento.

Bem-estar dos atletas: Salvaguardando a possibilidade de a prova durar vários dias, a organização tem no local de partida e chegadas instalações sanitárias para duche e espaço para toda a bagagem dos atletas.

Desistência: Sempre que um atleta decide abandonar a prova deve informar a organização (nº de contacto estará no dorsal), e caso seja preciso a assistência a organização tomará as devidas medidas a fim de tudo correr pelo melhor

9. Nota final

A organização não se responsabiliza por qualquer acidente ocorrido durante a prova.
Todos os participantes são responsáveis pela sua segurança.

Situações omissas serão decididas pela organização