

REGULAMENTO

1º TRAIL PIEDADE DA SERRA

Dia 17 de Agosto

9h00

1. Condições de participação

O 1º TRAIL PIEDADE DA SERRA é um evento de *Trail Running*, que percorre trilhos e caminhos no concelho de Sintra com a distancia aproximada de 23km.

Qualquer participante ao inscrever-se está a concordar e a aceitar na íntegra o presente Regulamento.

1.1. Idade mínima de participação

Para participar no 1º Trail Piedade da Serra os participantes deverão ter pelo menos 18 anos de idade.

1.2. Inscrição regularizada

As inscrições deverão ser realizadas de acordo com os prazos previstos através do link disponível no website do evento(www.acorrer.pt). As inscrições só serão validadas após a confirmação de pagamento.

No momento do levantamento do dorsal, os participantes deverão apresentar documento de identificação.

1.3. Condições físicas

É indispensável que os participantes do 1º Trail Piedade da Serra aceitem e cumpram os seguintes requisitos referentes à sua condição física:

- Estarem conscientes das distâncias e dificuldades específicas da prova em que vão participar;
- Estarem suficientemente treinados, fisicamente e mentalmente, para concluírem a prova;
- Estarem conscientes que a sua segurança depende da capacidade em se adaptarem aos problemas que surjam, pois não cabe à Organização ajudar o atleta a gerir os seus problemas;
- Terem adquirido, antes da prova, uma capacidade real de autonomia no terreno que permita a gestão dos problemas induzidos por este tipo de prova, nomeadamente:
 - conseguir enfrentar sem ajuda externa alterações de condições ambientais e climatéricas (vento, frio, calor, chuva, nevoeiro, etc.);
 - Saber gerir problemas físicos ou mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, entre outros;
 - Ter a capacidade de autonomia entre 3 (três) postos de abastecimento, quer em termos de alimentação e hidratação, quer em termos de equipamento e segurança.

1.4. Ajuda externa

Aos participantes é permitido receber ajuda externa durante a prova apenas e somente nos postos de controlo/abastecimento previamente definidos pela Organização e desde que não haja interferência com outro atleta.

É estritamente proibida toda a restante ajuda externa, com exceção de situações de carácter físico/médico a avaliar à posteriori pela Organização.

O incumprimento deste ponto implica a desclassificação do atleta.

1.5. Colocação Dorsal

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve estar permanentemente visível durante toda a prova. O atleta deverá ser portador de alfinetes ou fixadores e responsável pela fixação do seu dorsal.

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.

1.6. Regras de conduta desportiva

Os participantes devem ajudar qualquer pessoa em perigo e alertar o posto de controlo mais próximo ou contactarem a Organização.

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.

A Organização analisará esse protesto prontamente e será dada uma resposta.

2. Prova

2.1. Apresentação da prova / Organização

A prova 1.ª Trail Piedade da Serra tem como objetivo proporcionar aos atletas novas experiências e sensações em trilhos. Este evento irá decorrer no dia 17 de Agosto de 2019, organizado pela comissão de festas da Piedade da Serra

O 1.ª Trail Piedade Da Serra terá aproximadamente 23km, com cerca de 500mts de altimetria e será limitado a 200 participantes.

A Organização reserva-se ainda no direito de aumentar ou reduzir o número de vagas por razões de segurança ou por qualquer outro motivo relacionado com o funcionamento da prova. Todas as alterações serão anunciadas com a devida antecedência na página Facebook do evento.

A prova tem início e término no recinto de festas da Piedade da Serra. É considerada uma prova de carácter competitivo, uma vez que existem classificações e prémios, sendo adequada a atletas mais experientes devido às condicionantes técnicas, altimétricas e de quilometragem

da prova. A prova tem um grau de dificuldade 4 numa escala de 1 a 5.

2.2. Programa/Horário

A prova terá lugar no Sábado 17 de Agosto de 2019

07:30 | Abertura do Secretariado

8h45 | Encerramento do Secretariado

08h30 | Animação/Aquecimento

09h00 | Partida do 1º Trail Piedade da Serra

2.3. Tempo Limite

O 1º Trail Piedade da Serra é um evento com tempo limite de execução .

As barreiras horárias são calculadas para permitir aos participantes alcançar a linha de meta no tempo limite imposto, incluindo os tempos de paragem para descanso e abastecimento.

Para serem autorizados a continuar em prova os participantes devem chegar e sair do Posto de Controlo/Abastecimento Intermédio (PCI) antes do seu encerramento, caso contrário serão impedidos de prosseguir e consequentemente serão desclassificados.

Qualquer participante excluído da prova e que deseje continuar, só pode fazê-lo entregando o dorsal, prosseguindo à sua própria responsabilidade e em completa autonomia.

Por razões de força maior (meteorológicas e/ou segurança), a organização reserva-se no direito de alterar as barreiras horárias.

- Tempo Limite PCI: 02:00h no posto de controlo/ abastecimento (Km a definir pela organização. Os participantes serão atempadamente informados do mesmo)

2.4. Metodologia Controlo de Tempos

Será utilizado um sistema eletrónico de controlo de tempos com código de barras no dorsal.

2.5. Postos de Abastecimento e Controlo

Os postos de abastecimento estarão identificados e irão disponibilizar aos participantes comida e bebida para ser consumida no local. Cada participante deverá certificar-se, ao deixar cada posto de abastecimento, que tem a autonomia necessária para alcançar o próximo abastecimento.

Irão existir 3 pontos de água e um abastecimento à base de sólidos e líquidos:

1º Abastecimento de águas ao km 6 (aproximadamente);

2º Abastecimento águas e sólidos km 12 (aproximadamente);

3º Abastecimento águas ao km 18 (aproximadamente).

Os postos de controlo são pontos obrigatórios de passagem e estão localizados em locais delineados pela Organização. Em cada um destes controlos estará um responsável da Organização.

Durante a prova poderão existir “controlos surpresa” de forma a assegurar o cumprimento integral do percurso.

Na eventualidade de um acidente ou lesão em que o participante não consiga alcançar o posto de controlo mais próximo deve entrar em contacto com a Organização.

O número de contacto da Organização, para efeitos de emergência, estará impresso no

peitoral e deverá ser antecipadamente gravado no telemóvel pelo participante. Haverá primeiros socorros estrategicamente colocados no terreno.

É fundamental que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo, alertem o posto de controlo mais próximo e/ou contactem a Organização.

A Organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo/abastecimento sem aviso prévio, em caso de condições climatéricas adversas e/ou segurança.

2.6. Material Obrigatório / Verificação de Material

Durante a competição todos os participantes têm de se fazer acompanhar pela totalidade do material obrigatório. Para além deste, aconselha-se os atletas a utilizarem vestuário adequado à prática da modalidade, cópia de documento de identificação, boné ou “buff” e protetor solar. Por questões de segurança, é recomendável aos participantes que façam a verificação do seu material, no intuito de se certificarem que está em perfeitas condições para a realização da prova.

Material Obrigatório:

- Dorsal (visível durante a totalidade da prova)
- Depósito de água ou equivalente de 500ml (mínimo)
- Telemóvel operacional (com saldo e bateria suficientes)
- Apito

2.7. Informações sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

Nas zonas de atravessamento de vias com tráfego rodoviário, haverá controladores da Organização identificados para auxílio dos atletas nestas zonas, no entanto, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito nas localidades e estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas.

2.8. Penalizações / Desclassificações

A Direção da Prova e os Controladores são responsáveis pela aplicação das regras e regulamento que regem a prova, pelo que estão autorizados a aplicar as penalizações e desclassificações apresentadas seguidamente:

Desclassificação

- Não prestar assistência a um participante que esteja a necessitar de ajuda;
- Abandonar a prova sem avisar a Organização;
- Partilhar o dorsal com outra pessoa, durante parte ou na totalidade do percurso;
- Dorsal não visível, durante parte ou na totalidade do percurso;
- Utilizar caminhos que não são os sinalizados para a prova, atalhando intencionalmente o percurso;
- Utilizar transporte não autorizado (boleia);
- Falta gravosa ao respeito para com a Organização ou outros participantes (agressão ou insulto);
- Retirar sinalização do percurso;

- Desobedecer às medidas de segurança indicadas pela Organização e entidades associadas;
- Exceder o tempo limite nos Postos de Controlo Intermédio (PCI);
- Falhar 1 (um) ou mais Postos de Controlo;
- Perda do dorsal;
- Atirar lixo para o chão e/ou danificar o meio envolvente;
- Receber ajuda externa fora das áreas definidas pela Organização;

A Direção de Prova baseada no seu próprio julgamento tem poderes para desclassificar e/ou penalizar qualquer atleta que perturbe o normal funcionamento do evento.

2.9. Responsabilidade perante o atleta / participante

Os participantes inscritos no 1º Trail Piedade Da Serra aceitam participar voluntariamente e sob a sua própria responsabilidade na competição.

A Organização compromete-se a desenvolver todos os esforços por forma a salvaguardar qualquer incidente.

A Organização não se responsabiliza por qualquer situação que não esteja prevista neste Regulamento.

2.10. Seguro Desportivo

A Organização subscreve um Seguro de Responsabilidade Civil e de Acidentes Pessoais de acordo com a lei em vigor durante a vigência do evento.

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.

O participante poderá ainda contactar o 112, neste caso responsabiliza-se pelas despesas que os atos médicos e de transporte acarretarem.

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

As condições da Apólice serão divulgadas oportunamente.

2.11 Inscrições

Processo de Inscrição

Somente as inscrições realizadas na página web www.acorrer.pt serão aceites.

Cada participante deve preencher corretamente o formulário e pagar o valor da mesma, sendo o participante responsável pela veracidade dos seus dados.

Após confirmação do pagamento, o nome do atleta vigorará na Lista de Inscritos. O pagamento da taxa de inscrição implica uma reserva de lugar, pessoal e intransmissível.

Valores e período de inscrição

O período de inscrições de correrá entre até ao dia 12 de Agosto de 2019.

O valor de cada inscrição será de 15€

Material incluído com a inscrição:

- Seguro de Acidentes Pessoais e Responsabilidade Civil;
- Dorsal com código de barras;
- Abastecimentos Líquidos e Sólidos ;
- Duche com Água Quente
- No final será entregue a cada participante uma bifana no pão e uma bebida .

Devolução do valor da inscrição

Não haverá direito a devolução do valor da inscrição. Se um participante tiver comprovadamente um impedimento para fazer a prova, desde que o motivo esteja associado a um acidente ou a uma doença diagnosticada após a inscrição na prova e apresentar um atestado médico que comprove esta situação poderá requerer que a sua inscrição tenha efeito no evento a realizar no ano seguinte, caso se verifique a realização do mesmo.

Se o evento for cancelado por razões alheias à vontade da Organização, não haverá direito a reembolso do valor da inscrição.

3. Escalões, prémios monetários e troféus

3.1 Escalões

Masculino

- 1º. Escalão: Dos 18 aos 29 anos de idade;
- 2º. Escalão: dos 30 aos 39 anos de idade;
- 3º. Escalão: dos 40 aos 49 anos de idade;
- 4º. Escalão: 50 ou mais anos de idade.

Feminino

- 1º. Escalão: Dos 18 aos 29 anos de idade;
- 2º. Escalão: dos 30 aos 39 anos de idade;
- 3º. Escalão: dos 40 aos 49 anos de idade;
- 4º. Escalão: 50 ou mais anos de idade.

3.2 Prémios monetários e troféus

Serão premiados 2 (dois) participantes com o valor de 50,00€ (cinquenta Euros):

O 1º. Atleta masculino e a 1ª. Atleta feminina a chegar à meta e que não tenham sido desclassificados.

Haverá troféus para os 3 primeiros classificados de cada escalão, masculinos e femininos

4. Direitos de Imagem e Publicidade

A entidade organizadora reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do evento

“1º Trail Piedade da Serra “e dos registos audiovisuais e/ou fotográficos, assim como registos jornalísticos do evento.

Qualquer projeto ou suportes publicitários produzidos para publicação devem obter o prévio consentimento da Organização.

A aceitação do presente Regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza utilizar a sua imagem para a difusão da prova, em todas as suas formas de comunicação (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, cartazes, meios de comunicação social, etc.) e que estas possam ser utilizadas de forma intemporal em qualquer ação publicitária, com o único fim de promoção e divulgação do evento. Cede também todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do participante/atleta, a receber qualquer compensação económica.

5. Outros

A Organização decidirá sobre todos os assuntos relacionados com o evento e que não foram objeto de regulamentação ou sobre más interpretações do presente regulamento.