



2º PROVA RESISTÊNCIA

TERRANTÊZ TRAIL TEAM

A organização da 2º Prova de Resistência Terrantêz Trail Team agradece, desde já, a tua participação nesta primeira edição.

Faremos todos os possíveis para que este seja um dia de boas memórias para todos os que vão participar, atletas ou voluntários.

A prova de resistência é uma prova de corrida com a duração de 3 horas, num percurso de 3,5k, percorrendo trilhos e caminhos do Polje de Minde/Mira D'Aire, pertencendo ao Parque Natural da Serra de Aires e Candeeiros.

Qualquer dúvida não hesites em nos contactar via e-mail:

terranteztrailteam@gmail.com

Secretariado

O secretariado da prova funcionará no Pavilhão Ana Sonça, em Minde e terá o seguinte horário de funcionamento:

- Dia 29 Agosto (Sábado) das 13:30 às 16:30 horas.

Todos os participantes devem levantar o seu dorsal no dia e horário previsto.

Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de um documento de identificação e de quatro alfinetes ou porta dorsal;

- O levantamento do dorsal será feito pessoalmente ou pelo responsável da equipa

*Possibilidade de entrega de dorsal mais cedo, contactar organização.

<https://maps.app.goo.gl/QJeYauyQiuE4ufVU6>

Partidas

No dia 29 de Agosto, a 2ª Prova de Resistência Terrantêz Trail Team tem início às 17:00 horas, a partida será em simultâneo para todas as categorias (individual e duplas).

Deves estar presente para o controle zero “0” (15 min antes da hora da partida) e entrar na respetiva caixa de partida.

Os atletas deverão aproximar-se da zona das partidas escutando atentamente as instruções dadas pelo speaker através do sistema de som do evento.

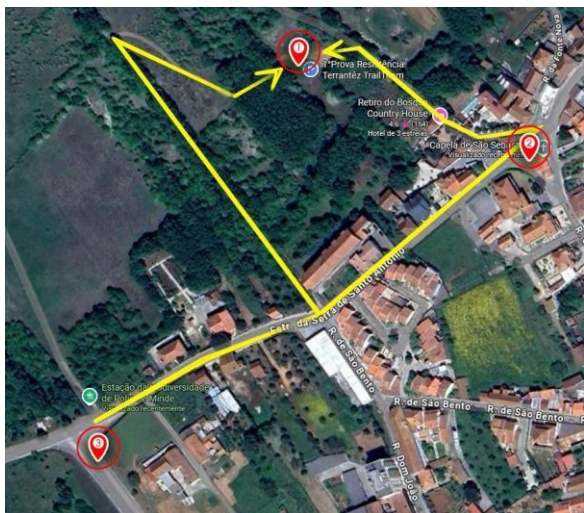
A Caminhada terá início logo de seguida a partida da Resistência. A caminhada terá um reforço líquidos e sólidos ao km 6 e igualmente no final dos 10 kms.

Recinto e início da prova

- 39,5165160, -8,6930680 <https://maps.app.goo.gl/S8KapHr8r1sL261E9>

Zonas Estacionamento

- Mercado de Minde <https://maps.app.goo.gl/MncK3KVVwmB6kthZA>
- Zona industrial Minde <https://maps.app.goo.gl/kmcXkVCFYrwS4wyU8>



- 1 – Recinto Prova/ Início Prova
- 2 – Local de carrinhas de transporte para banhos
- 3 – Zona Estacionamento – Zona Industrial
- 4 – Zona Estacionamento – Mercado de Minde
- 5 – Secretariado/ Pódios/ Jantares

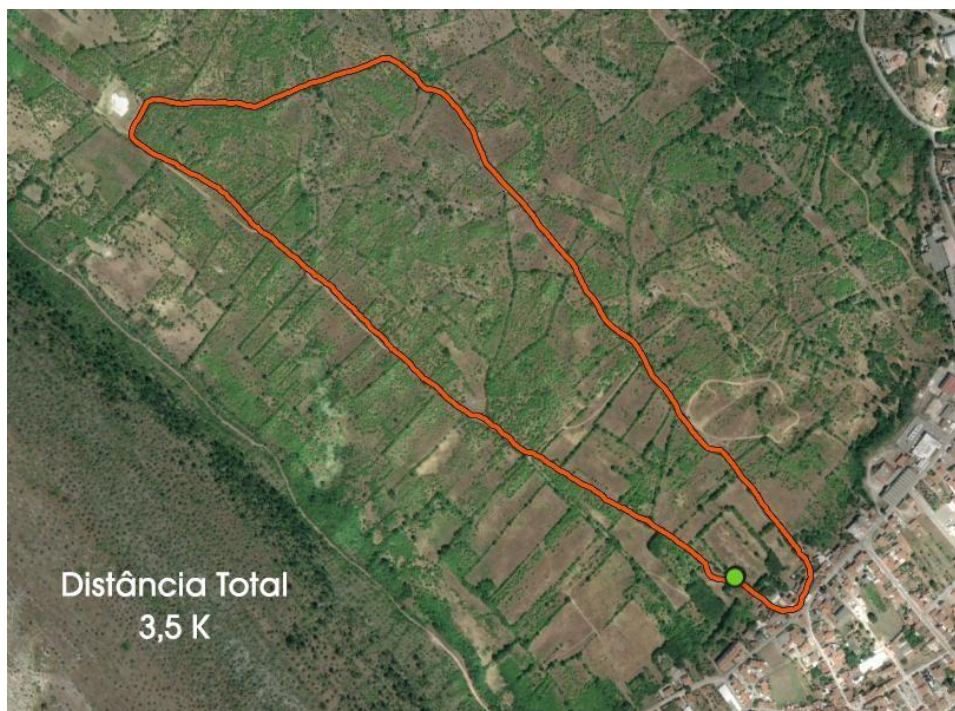
 Acessos Prova;

Material Recomendado

- Vestuário e calçado apropriado para corrida em estradões e trilhos;
- Frontal;
- Telemóvel;
- Copo para abastecimento;
- Apito
- Manta térmica

Característica da Prova

A prova decorre no Polje Minde/Mira D'Aire, sendo um percurso circular de 3,5, com cerca de 20 desnível positivo. <https://strava.app.link/cYhtwZyN7Vb>



O controlo de voltas será feito eletronicamente através de um chip no dorsal de cada participante.

No caso da participação em duplas, o atleta em descanso só pode iniciar a sua volta quando o seu companheiro de equipa cruzar a meta e chegar à área definida como “Zona de Duplas”.

Para classificação, contam todos os participantes (Individual e duplas) que pelo menos tenham cumprido 2h00m00s de prova, abaixo desse tempo (de 0h00m00s a 1h59m59s), serão caracterizados como “abandonos” e não serão considerados “Finishers”.

Abastecimento

A prova contará com 1 abastecimento durante as 3 horas da resistência, com sólidos e líquidos, localizado junto à meta.

NOTA: A organização não disponibiliza copos no abastecimento.

Dorsal

A utilização do dorsal é obrigatória durante as 3 horas do evento. (No caso das duplas que estiverem em descanso, terão de se manter com o dorsal colocado).

O teu dorsal tem impresso os números de emergência para os quais deves imperativamente ligar em caso de real necessidade.

NOTA: A organização não disponibiliza alfinetes para prender o dorsal.

Marcações

O percurso que os atletas têm que percorrer encontrar-se-á marcado com fitas amarelas (Câmara de Alcanena).

Banhos

Os banhos irão funcionar no pavilhão gimnodesportivo de Minde.

<https://maps.app.goo.gl/whqMu6zHtNAbghLx9>

Nota: A organização garante o transporte para os banhos, ida e volta, com duas carrinhas a fazer a viagem repetidamente, pegando e largando os participantes junto à Capela de São Sebastião.

<https://maps.app.goo.gl/9nuPuF4AH6CK2SFJ9>

Em Caso de Emergência

Os voluntários distribuídos ao longo do percurso têm instruções para proceder da seguinte forma:

Caso obtenha informação de que existe uma pessoa que necessita ser socorrida deve:

- Reunir informação acerca de:

- Gravidade

- Tipo de lesão

- Local onde se encontra a vítima

- Idade

– N.º de dorsal (se for atleta)

• Comunicar por telemóvel para o responsável de emergência:

917037768 – Paulo Caetano

– Caso não atenda contactar a direção de prova

– Caso não atendam contactar 112

• Aguardar pela chegada dos meios de auxílio (Bombeiros)

Dirigindo-os ao local.

Pódios

Local, data e hora de entrega de prémios

Pavilhão Ana Sonça, Minde 29

Agosto – às 21:00 horas

<https://maps.app.goo.gl/QJeYauyQiuE4ufVU6>

Os atletas devem dirigir-se para junto do pódio assim que forem chamados, sendo que a cerimônia será sempre o mais breve quanto possível.

Categorias e Prémios

Definição de Classificações

Classificação Geral Individual Masculina (3 primeiros lugares)

Classificação Geral Individual Feminina (3 primeiros lugares)

Classificação Individual Masculina Sub23 (3 primeiros lugares)

Classificação Individual Feminina Sub23 (3 primeiros lugares)

Classificação Individual Masculina Sénior 23-39 (3 primeiros lugares)

Classificação Individual Feminina Sénior 23-39 (3 primeiros lugares)

Classificação Individual Masculina 40-49 (3 primeiros lugares)

Classificação Individual Feminina 40-49 (3 primeiros lugares)

Classificação Individual Masculina 50-59 (3 primeiros lugares)

Classificação Individual Feminina 50-59 (3 primeiros lugares)

Classificação Individual Masculina +60 (3 primeiros lugares)

Classificação Individual Feminina+60 (3 primeiros lugares)

Classificação Geral Duplas Masculinas (3 primeiros lugares)

Classificação Geral Duplas Feminina (3 primeiros lugares)

Classificação Geral Duplas Mista (3 Primeiros lugares)

Prémio para a volta mais Rápida

O atleta de cada categoria (Individual e Dupla), que completar a volta do percurso em menor tempo, terá um prémio reservado pela organização.

Refeição

Abertura dos jantares a partir das 21:00 horas. Os

jantares serão no Pavilhão Ana Sonça, Minde.

<https://maps.app.goo.gl/QJeYauyQiuE4ufVU6>

Contactos

Bombeiros Voluntários de Minde – 249 840 122

GNR Alcanena – 249 882 385

Organização – 916624415 / 919795705 / 917037768 / 911124635

NOTA

É TOTALMENTE PROIBIDO FUMAR FORA DA ÁREA DEFINIDA COMO “ZONA FUMADOR”, NO RECINTO DA PROVA.

Sendo uma zona de mato, pertencendo ao parque natural da serra de Aires e Candeeiros, é totalmente proibido fumar fora da área marcada e identificada como “zona de fumador”, no recinto da prova, de modo a prevenir e evitar qualquer risco.

Agradecemos desde já a compreensão de todos, atletas e público.