



## REGULAMENTO

---

### 1 – APRESENTAÇÃO:

Designação: **TRAIL DAS ANDORINHAS (5ª edição) – 11 de dezembro de 2022**

Tipo de prova: Trail Running inserida no Circuito Regional de Trail da ASSOCIAÇÃO ATLETISMO DE BRAGA.

Distâncias: Trail Longo – 28Kms | Trail Curto 17kms – Caminhada – 5Kms

### 2 – ORGANIZAÇÃO

- Evento organizado pelo GRUPO DESPORTIVO DA GOMA, em parceria com o Município da Póvoa de Lanhoso, e a Associação de Atletismo de Braga.
- Gestão de inscrições, cronometragem e classificações da SINCTIME e AABraga

### 3 – RECOMENDAÇÕES IMPORTANTES:

- É preciso ter a condição física adequada às características desta prova.
- É imprescindível beber em todos os abastecimentos e alimentar-se convenientemente.
- Devido às características tão especiais da prova, é recomendável a utilização de calçado e roupa adequada.
- O participante deverá ter em conta a necessidade de levar abastecimento líquido e sólido adicional pessoalmente.
- O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado á frente do atleta e de preferência a altura do peito, não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação.



#### 4 – INSCRIÇÕES

Os associados na Associação de Atletismo de Braga e a competir para o campeonato Regional de Trail terão **obrigatoriamente de efetuar a sua inscrição na plataforma da AABRAGA** (com respetivo desconto) através da página <https://www.aabraga.pt/pt>

Para os restantes participantes a inscrição será feita através da **SINCTIME** em: <https://sinctime.com/evento/116/>

Trail Longo – participantes com idades iguais ou superiores a 18 anos, obtida a 31 de Dezembro do presente ano.

Trail Curto – participantes com idades iguais ou superiores a 18 anos, obtida a 31 de Dezembro do presente ano.

Caminhada – participantes com idades iguais ou superiores a 14 anos, obtida a 31 de Dezembro do presente ano.

##### Valores e período de inscrição:

- TRAIL LONGO = 16€\* (associados da Associação Atletismo Braga 14€)
- TRAIL CURTO = 14€\* (associados da Associação Atletismo Braga 12€)
- CAMINHADA = 5€\*

\* Inclui OFERTA (tshirt e copo silicone para hidratação, ou ainda outra oferta que a organização venha a conseguir) alusiva ao V Trail das Andorinhas; Outras ofertas que a organização venha a conseguir junto dos patrocinadores.

**A partir de 1 de Dezembro de 2021 as inscrições sofrem um agravamento de 5€ respetivamente. A partir desta mesma data, não serão aceites alterações/trocas de distâncias, atletas e/ou equipas, assim como alteração de nome de equipa.**

Não é possível ceder a participação a um terceiro em nenhuma das provas.

As inscrições não pagas após a fase de inscrição, serão anuladas e referência Multibanco bloqueadas, tendo o atleta de realizar uma nova inscrição sob nova fase inscrição!



A organização assume a responsabilidade de entregar as ofertas do evento no secretariado nas inscrições efetuadas e pagas até 1 de Dezembro de 2021. A partir desta data, a organização aceita inscrições com agravamento do valor e sem garantias de conseguir entregar as ofertas.

#### **PREÇOS ESPECIAIS PARA GRUPOS:**

- Grupos com 10 ou mais elementos inscritos na mesma distância – Oferta de uma inscrição (devem contactar através do número 965479035 a fim de validar a respetiva oferta)

#### **4.1 – MATERIAL INCLUÍDO COM A INSCRIÇÃO:**

- Dorsal
- Oferta alusiva ao evento (mencionada acima)
- Cronometragem/classificações (somente para as provas de Trail Longo e Trail Curto)
- Seguro de acidentes pessoal
- Abastecimentos (durante e no final da prova)
- Banhos/vestiários •

#### **5 – DATA E HORA DA REALIZAÇÃO DAS PROVAS**

Trail Longo: 9:00h; Trail Curto e Caminhada 9:15h/9:30h

#### **6 – MAPA / PERFIL ALTIMÉTRICO / DESCRIÇÃO DO PERCURSO**

Serão disponibilizados na página do Facebook do evento.

#### **7 – MATERIAL ACONSELHADO**

Trail Longo: Depósito de água ou equivalente com 1 litro de capacidade, no mínimo; Telemóvel; Manta Térmica; Copo de silicone incluído no kit da participante

Trail Curto: Depósito de água ou equivalente com 0,5 litro de capacidade, no mínimo; Telemóvel; Manta Térmica; copo de silicone incluído no kit da participante



Caminhada: Telemóvel e copo de silicone incluído no kit da participante

**A ORGANIZAÇÃO NÃO DISPONIBILIZA COPOS DE PLÁSTICO OU PAPEL.**

A prova é realizada numa época em que as condições climatéricas podem ser desfavoráveis (frio e chuva), pelo facto alertamos assim os participantes que cumpram este ponto para o seu próprio bem-estar e segurança.

## **8 – MARCAÇÃO E CONTROLOS**

- O percurso estará marcado com fitas de cor anunciada 15 minutos antes da partida pelo director da prova, assim como placas de sinalização, sendo obrigatória a passagem pelos postos de control estabelecidos.
- A cronometragem será efetuada de forma eletrónica. O chip estará no situado no dorsal.
- A prova será ajuizada pela Associação de Atletismo de Braga.

## **9 – TEMPO LIMITE/BARREIRA HORÁRIA**

O tempo máximo de conclusão do Trail Longo será de 4,5 horas. Na zona de separação de percursos, os atletas do Trail que passarem após a hora estipulada antes da partida pelo director de prova, serão encaminhados para o percurso do Trail Curto, cuja classificação/cronometragem serão nesse caso contabilizadas como Trail Curto.

Os participantes do Trail Longo que não passarem num determinado ponto do percurso até determinada hora anunciada pela organização (após a conclusão de 2/3 do percurso) serão aconselhados a abandonar a prova, pois nem a organização, nem os serviços de assistência podem garantir a sua cobertura. Assim, os “Corredores Vassoura” ou o responsável de cada controle terão poder para retirar da prova qualquer corredor se o seu tempo na corrida ou se o seu estado de saúde assim aconselhar.

O corredor que se retirar da prova deverá avisar a organização.

No Trail Curto o tempo de conclusão será de 3 horas;

## **10 – ABASTECIMENTOS**

Trail Longo - Abastecimento Líquido aos 5kms, líquido e sólidos aos 10kms e 20kms;



Trail Curto - Abastecimento Líquido aos 5kms, líquido e sólidos aos 10kms;

(pontos que podem ser revistos, mas que estarão assinalados no dorsal no dia da prova)

## 11 – CLASSIFICAÇÕES, CATEGORIAS E PRÉMIOS

### 11.1 – Definição do local e hora de entrega de prémios

A cerimónia de entrega de prémios será realizada junto à zona de meta, com previsão para as 13h30h – 14h. A cerimónia protocolar será efetuada 15 minutos após o 3ª atleta referente a cada escalão terminar a prova, e quando as condições para tal estiverem reunidas.

Nas provas Trail Longo e Trail Curto, existirão os seguintes escalões/categorias, relativas a cada prova.

#### **Masculinos:**

Geral Masculina – Troféu (1º, 2º e 3º)

MSeniores (até 39 anos) – Troféu (1º, 2º e 3º)

M40 (40 a 49 anos) – Troféu (1º, 2º e 3º)

M50 (50 a 59 anos) – Troféu (1º, 2º e 3º)

M60 (+ de 60 anos, inclusive) – Troféu (1º, 2º e 3º)

#### **Femininos:**

Geral Feminina – Troféu (1º, 2º e 3º)

FSeniores (até 39 anos) – Troféu (1º, 2º e 3º)

F40 (40 a 49 anos) – Troféu (1º, 2º e 3º)

F50 (50 a 59 anos) – Troféu (1º, 2º e 3º)

F60 (+ de 60 anos, inclusive) – Troféu (1º, 2º e 3º)

#### **Equipes:**

3 primeiras equipas - (Trail e Trail Curto) – Troféu (1º, 2º e 3º)

Nota: Para efeitos de classificação e pontuação dos atletas nos escalões será considerado o ano de nascimento do atleta, ou seja considera-se a idade que o atleta terá a 31 de



Dezembro da corrente época competitiva. (Ex: Um atleta que faz 40 anos em 31 de Dezembro, será classificado no escalão M40).

**Classificação por Equipas:** contam os tempos dos 3 melhores atletas na classificação geral, (não há distinção de sexo ou idade).

**Equipa mais representada:** Prémio para a equipe com mais elementos inscritos em prova.

**Pedidos de Correção:** Os resultados provisórios da classificação geral de cada prova, serão publicados pela organização no seu site ou página, e será dado um prazo de 24h após a sua publicação, para que os participantes dirijam à Organização, os seus pedidos de correção. Deverão fazer a sua reclamação, através do envio de um e-mail para o endereço [info@sinctime.pt](mailto:info@sinctime.pt)

## RESPONSABILIDADE

- Todos os participantes serão cobertos por seguro de acidentes pessoais.
- Os participantes serão responsáveis de todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais ou de saúde a si mesmos e/ou a terceiros.
- A organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência, roubo, assim como dos objetos e valores de cada participante.
- A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova se as condições meteorológicas assim o obrigarem, ou devido a força maior.
- Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar as regras de viação nos cruzamentos da estrada.

## 12 - DIREITOS DE IMAGEM

O participante, ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem captada nas filmagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.



### **13 - CANCELAMENTO DO EVENTO**

O cancelamento do evento pode ocorrer derivado a fatores externos à organização: catástrofes naturais, greves, manifestações, impossibilidade de usar as vias de circulação de trânsito, impossibilidade de usar telecomunicações, restrições do governo, nova legislação. Nestes casos a organização reserva-se no direito de nos 30 dias seguintes à data prevista para a realização do evento emitir um parecer acerca das ações a serem tomadas resultantes da gravidade do cancelamento.

A organização reserva-se ao direito modificar o presente regulamento, sem aviso prévio, desde que a alteração respeite os princípios pelos quais se rege este evento. Do mesmo modo, que organização tem o direito de tomar decisões acerca de parâmetros não mencionados/omitidos deste regulamento.

### **14 – RESPONSABILIDADE E AMBIENTE**

Todos os atos no evento deverão ser norteados por um completo fair-play, assumido pela organização e os concorrentes, pelo fato de aceitarem este regulamento ao inscrever-se, assumindo respeito pelo desafio, entreajuda e respeito pelos outros concorrentes, organizadores e colaboradores; respeito pelo ambiente natural em que decorrem procurando um impacto ambiental nulo.

Qualquer atitude anti-desportiva, de desrespeito aos organizadores, voluntários, público, demais competidores, natureza (depositar lixo voluntariamente no meio ambiente), será punida rigorosamente com a desclassificação do atleta, sem direito a recursos ou apelações de qualquer espécie.

### **15 – OUTROS**

Este regulamento ainda pode ser alterado, cuja objetividade centra-se na atualização da informação.