



# REGULAMENTO

# TRAIL ÁGUAS DE ALVELOS

05-03-2023

## **1) Apresentação/Organização**

**1.1)** O Trail Águias de Alvelos é organizado pela Secção de Atletismo e Trail Running da Associação Recreativa e Cultural Águias de Alvelos, com sede na Rua Sra. Das Dores, 742 – 4755-018 Alvelos - Barcelos, no dia **05 de Março de 2023** sendo constituído por duas provas competitivas - o Trail Longo e o Trail Curto, assim como uma caminhada, sem carácter competitivo.

**1.2)** Este evento pretende dinamizar a prática desportiva na região nomeadamente o Trail Running, trazendo à freguesia de Alvelos, atletas de todo o País.

**1.3)** Além do apoio de diversas empresas da região, contamos igualmente com apoios institucionais da Junta de Freguesia de Alvelos e Câmara Municipal de Barcelos.

**1.4)** O Trail Águias de Alvelos é uma Prova de Trail Running, realizada em trilhos sinalizados, em piso acidentado, pedreiras, estradões e obstáculos naturais, por terrenos montanhosos circundantes da freguesia de Alvelos.

## **2) Condição Física**

É necessário ter a condição física adequada às características desta prova de alguma dureza, com alta quilometragem, longa duração, terreno montanhoso, grandes desníveis, exposição ao sol, frio, chuva, etc.

É imprescindível beber em todos os abastecimentos e alimentar-se convenientemente.

Devido às características da prova é recomendável a utilização de calçado e roupa adequada, boné, óculos e creme solar (que deve aplicar sempre que considerar necessário).

O participante deverá ter em conta a necessidade de levar abastecimento líquido e sólido adicional.

## **3) Idade de Participação nas Provas**

Idade mínima de participação no Trail Longo: 18 Anos

Idade mínima de participação no Trail Curto: 18 Anos

Idade mínima da caminhada: 16 Anos

## **4) Colocação do dorsal**

**4.1)** O dorsal é pessoal e intransmissível. O dorsal do atleta deve estar em local facilmente visível aos elementos da organização e demais entidades que apoiam e/ou colaboram com a mesma.

**4.2)** Em caso de desistência, ou resgate de emergência, o(s) atletas(s) deverá(ão) entregar o(s) dorsal(is) à organização, nos abastecimentos, controlos intermédios ou no secretariado da prova, comunicando dessa forma a sua desistência.

No final da prova o dorsal será devolvido ao atleta.

## 5) Informação sobre passagem em locais com tráfego rodoviário

Sendo impossível realizar o corte de tráfego rodoviário em algumas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito nas estradas de uso público, devendo ainda respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

## 6) PROGRAMA/HORÁRIO

### **Sabado – dia 4 de março de 2023**

15h00 – Abertura do secretariado e entrega de dorsais (edifício Sede da Junta de Freguesia de Alvelos)

18h00 – Encerramento do Secretariado

### **Domingo – dia 5 de março de 2023**

07h00 – Abertura do secretariado (Adro da Igreja Paroquial de Alvelos, junto à meta)

08h30 – Encerramento do secretariado

09h00 – Partida Trail longo;

09h30 – Partida Trail Curto;

09h35 – Partida Caminhada

11h00 – Chegada prevista dos primeiros atletas.

11h45 – Início de cerimónia de entrega de Prémios

14h00 – Encerramento do Trail Águias de Alvelos

Nota: Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de um documento de identificação e do comprovativo de pagamento.

O chip é entregue no ato de levantamento do dorsal. O chip será entregue logo após cortar a linha de meta (a sua não-devolução implica o pagamento de 10€ à organização).

Em caso de não participação/ desistência deve devolver o chip à organização (a sua não-devolução implica o pagamento de 10€ à organização).

O **Trail Longo** tem início às 09h00m, percorre caminhos e trilhos circundantes da freguesia de Alvelos, com distância aproximada de 25\* km, com início e fim no Adro da Igreja Paroquial de Alvelos.

O **Trail Curto** tem início às 09h30m, percorre caminhos e trilhos circundantes da freguesia de Alvelos, com distância aproximada de 15\* km, com início e fim no Adro da Igreja Paroquial de Alvelos.

A **Caminhada** tem início às 09h35m, percorre caminhos e trilhos circundantes da freguesia de Alvelos, com distância aproximada de 10\* km, com início e fim no Adro da Igreja Paroquial de Alvelos.

\*Sujeito a alterações

## 7) – Inscrições

Para a participação na prova, o atleta deverá ter a sua inscrição previamente regularizada nos prazos estabelecidos e aceitar todas as normas constantes do presente regulamento.

As inscrições terão abertura a 05/12/2022.

Os pedidos de inscrição devem ser feitos de acordo com os prazos indicados (data limite 26/02/2023) e através do formulário específico, que estará disponível no site <http://cyclonessports.com/>

As inscrições serão aceites por ordem de chegada e serão consideradas validadas após pagamento.

A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro.

O número limite de participantes nas provas é de 250 em cada uma delas, assim como na caminhada.

### 7,1) Inscrições por equipas:

Serão aceites inscrições por equipas, em formulário próprio disponibilizado a pedido à organização, através de e-mail para: [alvelosatletismo@gmail.com](mailto:alvelosatletismo@gmail.com) onde serão aplicadas as seguintes regras de desconto sobre o valor total das inscrições:

Até 9 atletas	0% desconto
10 a 19 atletas	10% desconto
20 a 25 atletas	15% desconto
+ 25 atletas	20% desconto

A partir de 28 de fevereiro de 2023 não serão aceites alterações/trocas de distâncias, escalão, atletas e/ou equipas, assim como alteração de nome de equipa.

A organização reserva-se ao direito de não devolver o dinheiro da inscrição dos atletas já confirmados, mesmo que estes antecipadamente saibam que não vão comparecer no dia do evento.

Em caso de doença/lesão, devidamente comprovada com documentação clínica apresentada até um mês antes da prova (data 05/02/2023) , será devolvido o valor total da inscrição. Até 15 dias antes da prova, nos casos de desistência pelos motivos anteriormente mencionados, o valor da inscrição transitará para a edição seguinte do Trail de Alvelos (data 19/02/2023). Depois desta data, não serão aceites pedidos de devolução.

Em caso de alterações do percurso ou cancelamento da prova no dia da mesma, seja por questões de ordem meteorológica adversa, ou outros motivos que a organização julgue decisivos, o valor da inscrição não será devolvido, mas a inscrição transitará para a edição seguinte.

### Inscrição:

- a) Aceda a página: <http://cyclonessports.com/> insira os seus dados corretamente e siga todos os passos até ao pagamento da inscrição.
- b) Conserve consigo o comprovativo de inscrição até ao dia da atividade.

### 8) Taxas de Inscrição

Prova / Data Inscrição	09/02/2023	28/02/2023
<b>Trail Longo (25 Km)</b>	<b>15,00 €</b>	<b>17,50 €</b>
<b>Trail Curto (15 Km)</b>	<b>12,50 €</b>	<b>15,00 €</b>
<b>Caminhada (10 km)</b>	<b>7,50 €</b>	<b>10,00 €</b>

O valor de inscrição inclui dorsal, seguro de acidentes pessoal, cronometragem (excepto caminhada), abastecimentos durante e após a prova, e outras ofertas que a organização venha a conseguir.

Atleta federado na Federação Portuguesa de Atletismo (F.P.A) terá um desconto de 1€ na inscrição.

### 9) Marcação e Controlos

O percurso estará marcado com fitas de cor viva com a inscrição “Secção de Atletismo | Trail Running Águas de Alvelos”, sendo obrigatória a passagem pelos controlos estabelecidos. Existirão referências quilométricas em alguns controlos.

### 10) Abastecimentos

Informa-se que nos abastecimentos os líquidos não serão fornecidos através de garrafas nem de copos plásticos. Cada atleta deve levar consigo o(s) recipiente(s) que julguem mais adequados para a sua hidratação.

Na chegada haverá um reforço com sólidos e líquidos, bifana bebida e café.

**Trail Longo (25km)** - Haverá dois abastecimentos intermédios na prova de 25 Km: a anunciar posteriormente.

**Trail Curto (15km)** - Haverá dois abastecimentos intermédios na prova de 15 Km: a anunciar posteriormente.

**Caminhada (10km)** - Haverá um abastecimento intermédios na prova de 10 Km: a anunciar posteriormente.

## 11) Barreira Horária (Trail Longo)

Existirá uma barreira Horária na distancia do Trail Longo (25Km) ao Km 20, com o tempo limite de passagem de 3h30. Após esta Barreira Horária, todos os atletas devem ser recolhidos neste devidamente sinalizado.

## 12) Classificações

### 12.1) Classificações – TRAIL LONGO e TRAIL CURTO

Haverá classificação geral, tendo direito a prémio os 3 primeiros atletas masculinos e femininos de cada prova.

Os prémios da classificação geral acumulam com o dos escalões.

Por escalão, terão direito a prémio os 3 primeiros classificados de cada escalão.

Nas provas de Trail Longo (25km) e Trail Curto (15km) os escalões são os seguintes:

	Seniores*	V40	V50
Masculinos	18-39 Anos*	40-49 Anos*	+ 50 Anos*
Femininos	18-39 Anos*	40-49 Anos*	+ 50 Anos*

\*Prevalece a data efetiva do atleta no dia do evento.

**A classificação coletiva** determina-se com base na classificação geral absoluta (sem distinção de escalão ou sexo), somam-se os lugares dos 3 melhores classificados de cada equipa.

Exemplo:

Equipa A: 5o + 6o + 7o = 18 => 1o lugar

Equipa B: 3o + 4o + 12o = 19 => 2o lugar

Equipa C: 1o + 2o + 17o =20 => 3o lugar

## 13) Prémios

A cerimónia de entrega de prémios terá início 11h45h. Se houver atletas ainda em prova com direito a prémio ser-lhes-á entregue posteriormente.

O atleta premiado que não esteja presente para receber o prémio terá 30 dias para o reclamar junto da organização.

NOTA: São atribuídos Prémios apenas segundo a alinea a) do artigo 12.1 deste regulamento.

## 14) Desclassificações

Ficará desclassificado todo aquele que:

- a) não cumpra o presente regulamento;
- b) não complete a totalidade do percurso;
- c) deteriore ou suje o meio por onde passe;
- d) não leve o seu dorsal bem visível;
- e) ignore as indicações da organização;
- f) tenha algum tipo de conduta antidesportiva.
- g) o atleta que não apresente material obrigatório em eventual controlo (ver nº16)
- h) o atleta que não cumpra a Barreira Horária (ver nº 11)

A organização reserva-se ao direito de impedir, em futuras edições, as inscrições de participantes que denotem algum dos comportamentos acima descritos nas alíneas f) e g).

### 15) Secretariado

O secretariado funcionará no edifício Sede da Junta de Freguesia de Alvelos no dia 04 de março de 2023 das 15h00 às 18h00h, e no dia do evento das 07h às 08h30, junto à meta no Adro da Igreja Paroquial de Alvelos.

Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de um documento de identificação e do comprovativo de pagamento.

O chip é entregue no ato de levantamento do dorsal. O chip será entregue logo após cortar a linha de meta (a sua não-devolução implica o pagamento de 10€ à organização).

Em caso de não participação/ desistência deve devolver o chip à organização (a sua não-devolução implica o pagamento de 10€ à organização).

### 16) Material recomendado

Todos os participantes nas provas do Trail Águias de Alvelos deverão ter em atenção que, pela dureza da prova e dificuldades acrescidas pelas condições atmosféricas que se poderão verificar, é recomendado/aconselhável que se façam acompanhar do seguinte material:

- Manta de sobrevivência – **obrigatório;**
- Apito - – **obrigatório;**
- Copo ou recipiente – **obrigatório;**
- Corta-vento;
- Telemóvel Funcional ; - **obrigatório;**
- Frontal;

- Reservatório de pelo menos 0,5 litros de líquidos.

## **17) DIREITOS DE IMAGEM**

A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza aos organizadores da prova a gravação total ou parcial da sua participação na mesma, pressupõe também a sua concordância para que a organização possa utilizar a imagem do atleta para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, internet, cartazes, meios de comunicação social, etc.) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parte do atleta, a receber qualquer compensação económica.

## **18) Responsabilidade ambiental**

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.

## **19) Responsabilidade Perante o Atleta**

A inscrição na prova implicará total aceitação do presente regulamento.

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.

A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente, de negligência, ou de roubo de objetos e/ou valores, de cada participante.

Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de responsabilidade resultante dos atos acima descritos.

## **20) Seguro**

Todos os participantes com inscrição regularizada são abrangidos por Seguro desportivo de acordo com a lei em vigor.

## **21) Diversos**

Todos os atletas inscritos devem permanecer atentos às redes sociais associadas ao evento e à organização assim como ao seu e-mail, onde serão colocados à disposição todos os avisos oportunos que sirvam de complemento a este regulamento.

Se se justificar a organização procederá a ajustes no presente regulamento.



## **22) Apoio e Emergência**

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem.

## **23) Regras de conduta desportiva**

O comportamento inadequado, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou de qualquer outra espécie, serão alvo de advertência, multa, desqualificação e/ou expulsão, sendo comunicado às autoridades qualquer ato merecedor de tal.

Como será impossível realizar corte de tráfego rodoviário nalgumas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito na cidade e estradas de uso público, devendo ainda respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

## **24) Normas COVID-19**

A Organização irá tomar todas as medidas, em conformidade com as regras aplicadas no momento do evento pela DGS.

## **25) Casos Omissos**

Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos pela comissão organizadora, de cujas decisões não haverá recurso.