



REGULAMENTO

1 – APRESENTAÇÃO:

Designação: **TRAIL DAS ANDORINHAS (6ª edição) – 10 de dezembro de 2023**

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

Distâncias: Trail Longo - 26Kms

Trail Curto 18kms

Caminhada - 5Kms

Trail Kids

- Benjamins A m/f 2014 e 2016 - 1000m
- Benjamins B m/f 2012 e 2013 - 1000m
- Iniciados m/f 2008 e 2009 - 2500m
- Juvenis m/f 2006 e 2007 - 2500m

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 no site da **SINCTIME**

Trail Kids - participantes com idades iguais ou superiores a 7 anos, obtida a 31 de Dezembro do presente ano.

Trail Longo – participantes com idades iguais ou superiores a **20 anos**, obtida a 31 de Dezembro do presente ano. **(conforme regulamento Nacional)**

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€*
- TRAIL KIDS = GRATUÍTO

* Inclui OFERTA (tshirt, porta-dorsal, ou ainda outra oferta que a organização venha a conseguir) alusiva ao VI Trail das Andorinhas; Trail Kids apenas medalha.

A partir de 1 de Dezembro de 2022 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 da mesma equipe inscritos na mesma distância – Oferta de uma inscrição (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 Kids 9:30h

Trail Longo: 10:15h;

Trail Curto e Caminhada 10:30h

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 calçado adequado a caminhar em trilhos.

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 5 horas. Na zona de separaçãode 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 4 horas;

10 – ABASTECIMENTOS

Trail Longo - Abastecimento Líquido aos 5,5kms, líquido e sólidos aos 10kms e 16,5kms;

Trail Curto - Abastecimento Líquido aos 5,5kms, líquido e sólidos aos 11kms;

(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 14h. A cerimónia protocolar será efetuada 15 minutos após o 3º atleta referente a cada escalão terminar a prova, e quando as condições para tal estiverem reunidas.

Trail kids

Masculinos:

Benjamins A 2014 e 2016 - 1000m - Troféu (1º, 2º e 3º)
Benjamins B 2012 e 2013 - 1000m - Troféu (1º, 2º e 3º)
Iniciados 2008 e 2009 - 2500m - Troféu (1º, 2º e 3º)
Juvénis 2006 e 2007 - 2500m - Troféu (1º, 2º e 3º)

Femininos:

Benjamins A 2014 e 2016 - 1000m - Troféu (1º, 2º e 3º)
Benjamins B 2012 e 2013 - 1000m - Troféu (1º, 2º e 3º)
Iniciados 2008 e 2009 - 2500m - Troféu (1º, 2º e 3º)
Juvénis 2006 e 2007 - 2500m - Troféu (1º, 2º e 3º)

Trail Longo e Trail Curto, existirão os seguintes escalões, relativas a cada prova.

Masculinos:

Geral Masculina - Troféu (1º, 2º e 3º)
SUB23 (até 22 anos) - 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)
SUB23 (até 22 anos) - 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 equipa 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

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.

Povoa Lanhoso 10-10-2023 (Revisão 0)