



Regulamento da II Edição do Trail do Capitão



1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1. IDADE PARTICIPAÇÃO DIFERENTES PROVAS

A II edição do Trail do Capitão é uma prova que percorre trilhos e caminhos das freguesias de Rebordosa, Vandoma e Baltar do concelho de Paredes. As duas provas de carácter competitivo: Trail de 20km e Mini-Trail de 10 km (a correr ou a andar) estão abertas a maiores de idade (18 anos).

1.2. INSCRIÇÃO REGULARIZADA

O ato da inscrição pressupõe a aceitação das regras aqui estabelecidas. A inscrição será feita através do site de inscrições: www.prozis.com/pt/pt/evento/ii-trail-do-capitao, não sendo necessário enviar comprovativo de pagamento para a organização. Aquando do levantamento do dorsal é necessário levar o documento de identificação referente à inscrição. A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do praticante, inclusive para efeitos de seguro.

1.3. CONDIÇÕES FÍSICAS

Para participar, é essencial:

- Estar consciente e preparado para a extensão e especificidade da prova;
- Ter adquirido, antes da corrida, uma verdadeira capacidade de autonomia pessoal nas montanhas, para gerenciar os problemas causados por este tipo de evento, incluindo problemas físicos ou mentais decorrentes de fadiga, problemas digestivos, dores musculares ou articulares, ferimentos leves, que possam ocorrer;

Estar plenamente consciente de que o papel da organização não é ajudar o corredor a gerir os seus problemas, e que para uma prova realizada em segurança, depende diretamente da habilidade do atleta a se antecipar e/ou adaptar a problemas encontrados;

- **Prova feita em semi-suficiência.**

1.4. DEFINIÇÃO POSSIBILIDADE AJUDA EXTERNA

Os atletas não podem receber ajuda externa fora dos locais dos abastecimentos sob pena de desclassificação.

1.5. COLOCAÇÃO DORSAL

Será atribuído um dorsal ao atleta que terá de ser colocado em local visível, devendo ser mostrado aos elementos da organização sempre que tal for solicitado. A não colocação do dorsal ou o seu extravio durante a prova implica a pena de desclassificação.

Os atletas deverão ser portadores de alfinetes ou outro tipo de suportes para fixar o respetivo dorsal.

1.6. REGRAS CONDUTA DESPORTIVA

O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas as modalidades, serão alvo de advertência, expulsão ou desqualificação.

2. PROVA

2.1. APRESENTAÇÃO DA PROVA (S) / ORGANIZAÇÃO

O **Grupo Desportivo da Portela** é a entidade organizadora da II edição do evento **Trail do Capitão**, que decorrerá dia 25 de janeiro de 2020, em Rebordosa, independentemente das condições climatéricas do dia, desde que a organização entenda que não ofereçam risco aos participantes.

A II edição do Trail do Capitão tem como parceiros estratégicos a Câmara Municipal de Paredes, a Junta de Freguesia de Rebordosa e a ATAD - Amigos do Trail Associação Desportiva e conta como o apoio dos Bombeiros Voluntários de Rebordosa.

A II edição do Trail do Capitão será constituída por duas provas competitivas:

- O **Trail do Capitão** terá uma distância de 20 km e um desnível positivo de aproximadamente 900m D+.
- O **Mini-Trail do Capitão** terá uma distância de 10 km e um desnível positivo de aproximadamente 350m D+ e poderá ser feito a correr ou caminhar.

A organização reserva o direito de alterar as distâncias se assim o entender, sendo que essas alterações nunca excederão os 10%.

2.2. MAPA / PERFIL ALTIMÉTRICO / DESCRIÇÃO DO PERCURSO

A informação do perfil altimétrico e descrição percurso será disponibilizada oportunamente em <https://www.facebook.com/trailcapitao/>.

2.3. PROGRAMA / HORÁRIO

Sábado dia 25 de janeiro

10.00H – Abertura do secretariado (Pavilhão Gimnodesportivo Manuel Moreira Neto)

10.30H – Capitão kids

15.30H – Encerramento do secretariado

16.00H – Partida das provas Competitivas (20 e 10KM)

17.00H – Hora prevista para a chegada dos primeiros atletas dos 10 km

18.00H – Hora prevista para a chegada dos primeiros atletas dos 20 km

19.00H – Cerimónia de entrega de prémios

2.4. TEMPO LIMITE

O tempo limite para a II edição do Trail do Capitão é de 5 horas.

Ultrapassando o tempo de passagem limite os atletas serão barrados pelos "vassouras", pois nem a organização nem os serviços de assistência podem garantir a sua segurança, podendo “os corredores vassouras” levantarem as fitas de marcação do percurso após o tempo limite. Se a organização entender afastar um atleta devido ao seu estado de saúde este assim o deve fazer, de modo a garantir o seu bem-estar.

Se o atleta não seguir as indicações da organização fica à sua inteira responsabilidade.

2.5. METODOLOGIA DE CONTROLE DE TEMPOS

O controlo de tempos será feito com recurso a chip.

2.6. POSTOS DE CONTROLE

A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo os atletas respeitá-lo ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos. A organização terá durante o percurso postos de controlo onde os atletas terão de parar a fim de ser registado o controlo no seu dorsal. Os atletas devem respeitar a ordem de chegada ao controlo.

2.7. LOCAIS DOS ABASTECIMENTOS

A informação sobre os locais de abastecimento será disponibilizada oportunamente em <https://www.facebook.com/trailcapitao/>.

2.8. MATERIAL OBRIGATÓRIO/ VERIFICAÇÕES DE MATERIAL

É OBRIGATÓRIO O USO LUZ FRONTAL OU LANTERNA E ACONSELHÁVEL LEVAR COPO OU SEMELHANTE PARA ABASTECIMENTO DE ÁGUA UMA VEZ QUE NÃO HAVERÁ GARRAFAS NEM COPOS NOS ABASTECIMENTOS.

Aconselhamos também todos os atletas que se façam acompanhar de telemóvel e apito.

2.9. INFORMAÇÃO SOBRE PASSAGEM DE LOCAIS COM TRÁFEGO RODOVIÁRIO

A organização terá um sistema de segurança ao longo de todo o percurso, contudo, dado que será impossível realizar corte de tráfego rodoviário nalgumas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito nas estradas de uso público, devendo ainda respeitar o meio envolvente ao percurso, tendo consciência de que o percurso pode atravessar propriedade privada sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

2.10. PENALIZAÇÕES/ DESCLASSIFICAÇÕES

Será desclassificado o atleta que:

- Não cumpra o percurso estipulado;
- Não siga as indicações de elementos da organização ou colaboradores;
- Tenha alguma conduta antidesportiva;
- Tenha alguma conduta poluidora do meio ambiente;
- Não cumpra com o tempo limite de chegada de 5 horas.

2.11. RESPONSABILIDADES PERANTE O ATLETA/ PARTICIPANTE

O participante assume, por livre e espontânea vontade, os riscos e suas consequências decorrentes da participação na prova, sejam eles danos morais, físicos, materiais ou de

qualquer natureza. Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos da responsabilidade.

A inscrição nas provas implicará total aceitação do presente regulamento.

2.12. SEGURO DESPORTIVO

A organização contratualiza os seguros obrigatórios, conforme o Decreto-Lei n.º 10/2009 de 12 de janeiro, para este tipo de prova, estando o seu prémio incluído no valor da inscrição.

O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas.

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

3. INSCRIÇÕES

3.1. PROCESSO INSCRIÇÃO (LOCAL, PÁGINA WEB, TRANSF. BANCÁRIA)

As inscrições terão de ser efetuadas na plataforma de inscrições www.prozis.com/pt/pt/evento/ii-trail-do-capitao. Após ser feita a inscrição os atletas terão de regularizar o pagamento no prazo máximo de 3 dias, após estes dias a inscrição será anulada, sendo necessário fazer novamente a inscrição.

3.2. VALORES E PERÍODOS DE INSCRIÇÃO

As inscrições da II edição do Trail do Capitão abrem dia 21 de outubro de 2019 às 00h00.

Teremos ao dispor 400 inscrições para o Trail do Capitão e 600 inscrições para o Mini-Trail do Capitão.

1ª FASE (Do dia 21 de outubro 2019 até ao dia 31 de dezembro 2019)

Trail 20 km – 11,00€

Mini-Trail 10 km – 9,00€

Caminhada 10 km – 9,00 €

2ª FASE (Do dia 1 de janeiro 2020 até ao dia 19 de janeiro 2019)

Trail 20 km – 13,00€

Mini-Trail 10 km – 11,00€

Caminhada 10 km – 11,00 €

As inscrições encerram dia 19 de janeiro às 24h, caso não esgotem até esse dia.

3.3. CONDIÇÕES DE VOLUÇÃO DO VALOR DE INSCRIÇÃO

Em momento nenhum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista da prova, a qualquer tempo. Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser efetuadas no prazo máximo de 15 dias de antecedência à realização da prova. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos/motivos.

3.4. MATERIAL INCLuíDO COM A INSCRIÇÃO

- Participação na prova (dorsal)
- Seguro de acidentes pessoal
- Reforço alimentar e líquido em cada PA's
- Banhos de água quente no final da prova
- 1 Bifana + 1 Sopa + 1 Bebida
- Eventuais brindes que a organização venha a angariar junto de patrocinadores e entidades locais.
- Lembrança *finisher* para todos os participantes que terminarem a prova
- Prémios por escalões e por equipas

3.5. SECRETARIADO DA PROVA/ HORÁRIOS E LOCAIS

O secretariado funcionará junto às Piscinas de Rebordosa com o seguinte horário:

- **Sábado dia 25 janeiro**, das 10.00H às 15.30H

4. CATEGORIAS E PREMIOIS

4.1. DEFINIÇÃO DATA, LOCAL E HORA ENTREGA PRÉMIOS

- Sábado, 25 de janeiro – 19.00H – Pavilhão Gimnodesportivo Manuel Moreira Neto

4.2. DEFINIÇÃO DAS CATEGORIAS ETÁRIAS/SEXO INDIVIDUAIS E EQUIPAS

As categorias etárias serão definidas automaticamente em função dos dados disponibilizados pelos participantes no ato da inscrição, e tendo como referência a idade que o atleta terá a 31 de dezembro 2020.

- ESCALÕES ETÁRIOS 20KM

Masculinos/ Femininos	Anos
Seniores M/F	18 aos 39

M/F 40	40 aos 49
M/F 50	>= 50

- **ESCALÕES ETÁRIOS 10 KM**

Masculinos/ Femininos	Anos
Seniores M/F	18 aos 39
M/F 40	40 aos 49
M/F 50	>= 50

A classificação por equipas será atribuída em função dos 3 melhores tempos da geral (TC20Km e MTC 10Km)

5. INFORMAÇÕES

5.1. COMO CHEGAR

MORADA: Praça da Comunidade, 4585-845 Rebordosa

GPS: 41.2071263, -8.4246348

5.2. 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.

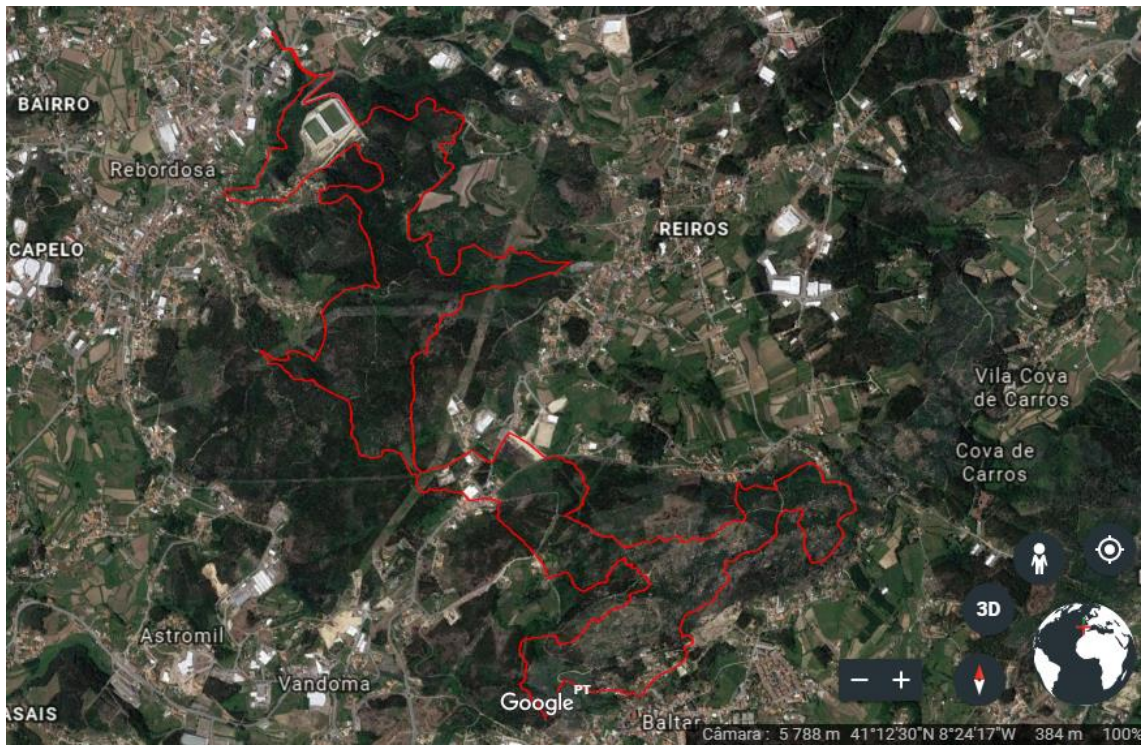
5.3. MODIFICAÇÕES

Estas regras podem ser editadas, alteradas ou melhoradas a qualquer momento pela entidade organizadora, sem aviso prévio. O facto de realizar a sua inscrição implica a aceitação do presente regulamento.

5.4. 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.

TRAIL DO CAPITÃO 20 KM



TRAIL DO CAPITÃO 10 KM

