



Trail d'O Chicharo da Serra 2018
Rota do Calcário

REGULAMENTO

Enquadramento:

O Trail d'O Chicharo da Serra - Rota do Calcário é organizado pela ForSerra - Associação de Desenvolvimento e Gestão de Património de Santa Catarina da Serra com sede em Santa Catarina da Serra e realiza-se integrado no 13º Festival Cultural e Gastronómico "O Chicharo da Serra" que se realiza de 22 a 26 de Novembro 2018.

Pretende-se com esta iniciativa a promoção da região, valorização da gastronomia, cultura, circuitos pedestres, provendo o convívio entre todos os participantes directos e indirectos.

1.1 Idade participação diferentes provas

Trail: Podem participar todos os indivíduos com idade igual ou superior a 16 anos.

Todos os menores de 18 anos deverão apresentar um termo de responsabilidade assinado pelo seu responsável a autorizar a sua participação no referido evento.

Todos os atletas podem inscrever-se desde que apresentem boa saúde e se encontrem com uma preparação física e psíquica apta a esforços longos, não se responsabilizando a Organização por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela sua participação.

Nota: Idade do participante no ano corrente.

Caminhada: No mesmo dia irá decorrer uma caminhada, com alguns trilhos coincidentes aos das provas, permitindo assim aos familiares e amigos dos atletas conhecer a região, e simultaneamente acompanhar as provas e apoiar os seus atletas. Na caminhada não existe idade mínima de participação, no entanto, aconselha-se que os participantes gozem de boa saúde e se encontrem com uma preparação física e psíquica apta a esforços longos e em percurso de trilhos, não se responsabilizando a Organização por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela sua participação. Todos os atletas inscritos na caminhada, com idade inferior a 16 anos terão de ser de acompanhados por um adulto. A caminhada não terá o seu percurso marcado, pelo que existirão guias e "vassoura", sendo, portanto, imperativo que os caminheiros se mantenham dentro deste mesmo "grupo".

1.2. Ajuda externa

Não será permitida ajuda de pessoas alheias à prova, durante a realização e no percurso da mesma, exceto em caso de assistência médica.

1.3. Colocação dorsal

Os Atletas deverão usar o dorsal bem visível e numa posição de fácil acesso e consulta.

Nota: Todos os participantes deverão ser portadores de alfinetes para o dorsal.



1.4. 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.

2. Prova

2.1. Apresentação das provas

O trail terá uma distância aproximada de; 15Km, outra de 25 km e a caminhada de 10Km. A concentração, partida e chegada de ambas as provas será no Complexo Desportivo da União Desportiva da Serra (UDS), onde decorrerá em simultâneo o 13º Festival Cultural e Gastronómico "O Chícharo da Serra".

2.2. Secretaria / Programa / Horário

O secretariado funcionará no Complexo Desportivo da União Desportiva da Serra nos seguintes horários:

Sexta 23 de Novembro de 2018 das 16h às 22h

Sábado dia 24 de novembro de 2018 das 06h30 às 08h30h

09h00: Partida trail K25 e K15

09h05: Partida Caminhada

Entrega de prémios:

Local: Recinto do 13º Festival Cultural e Gastronómico "O Chícharo da Serra

Todos os atletas devem proceder ao levantamento dos dorsais, no Secretariado até 30min antes do início das provas.

Os dorsais dos atletas serão entregues mediante a apresentação de documento de identificação.

2.3. Mapa/ Perfil altimétrico/ descrição percurso

Brevemente disponível

2.4. Metodologia de controlo de tempos

Os postos de controlo são pontos obrigatórios de passagem e estão localizados em locais delineados pela organização. Em cada um destes controlos estará um responsável da organização.

Durante a prova haverá "controlos-surpresa" de forma a assegurar o cumprimento integral do percurso.

Os atletas que falharem qualquer um dos Postos de Controlo (PC) serão desclassificados. Somente os atletas com chip e o dorsal visível terão acesso aos postos de controlo e abastecimentos.

Os “atletas vassoura” ou o responsável de cada controle terão poder para retirar da prova qualquer atleta se o seu estado de saúde assim o aconselhar.

O atleta que se retirar deverá avisar a organização (secretariado) do seu abandono, comunicando à mesma o seu número de dorsal, através dos contactos fornecidos no mesmo.

A cronometragem será feita através de chip electrónico integrado no dorsal.

2.5. Abastecimentos

Haverá Postos de Abastecimento (PA) regulares em ambos os percursos (trail e caminhada)

Haverá abastecimentos de sólidos e líquidos e, dependendo das condições climatéricas, poderão existir postos suplementares de reforço líquido.

Cada atleta, ao deixar cada posto de abastecimento, é responsável por ter a quantidade de bebida e comida necessária para alcançar o próximo abastecimento.

Nos PA haverá copos ao serviço dos atletas, sendo que os mesmos deverão ser deixados no PA em recipientes destinados para o efeito.

2.6. Material aconselhado

- Calçado e vestuário adequados
- Alfinetes para dorsal
- Boné
- Sistema próprio para o transporte de água (porta-bidon, camelback ou outros)
- Luz frontal (haverão túneis no decorrer do percurso)
- Manta térmica - Apito
- Telemóvel

2.7. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

Os percursos poderão atravessar vias rodoviárias onde o trânsito não será cortado sendo o atleta responsável por tomar as devidas precauções na passagem de estradas.

Ao longo de todo o percurso, nas partes mais técnicas e cruzamentos, estarão membros da organização, para ajudar a garantir a segurança de todos os participantes.

No dorsal do atleta, serão indicados números de telefone a serem usados em caso necessário (Organização).

2.8. Penalizações/ desclassificações

O atleta compromete-se a respeitar as indicações dos membros da Organização colocados na zona de partida e ao longo do percurso.

Será desclassificado todo o atleta que não cumpra o presente regulamento, não complete o percurso segundo o indicado, deteriore ou suje o meio ambiente, não leve o dorsal bem visível e não respeite as indicações da organização.

Todo o atleta que utilize meios ilícitos para obter vantagem em relação a outros, será automaticamente desclassificado.

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta, sob pena de poder vir a ser desclassificado, caso não cumpra estas regras.

2.9 Sinalização

A organização balizará o percurso com fitas sinalizadoras e placas.

É imperativo seguir os caminhos balizados sem tomar atalhos. Caso deixem de ver sinalização durante aproximadamente 100 metros, os atletas deverão voltar para trás até encontrar novamente as respetivas fitas. O bom senso deverá imperar.

2.10. Requisitos e obrigações dos participantes

Para participar no Trail d'O Chicharo da Serra – Rota do Calcário, os atletas deverão reunir os seguintes requisitos:

- Ter no mínimo 18 anos para a prova de trail.
- Conhecer e aceitar as condições do presente regulamento;
- Efetuar correctamente a inscrição e pagamento em tempo útil;
- Os atletas inscritos Trail d'O Chicharo da Serra – Rota do Calcário, aceitam participar voluntariamente e sob sua própria responsabilidade na competição. Por conseguinte renunciam desde já a reclamar ou exigir da organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e de todos os demais envolvidos na organização deste evento qualquer responsabilidade além da que exceda os riscos cobertos pelo seguro da prova.
- Os participantes devem cumprir com as regras de trânsito nas povoações e estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de responder por eventuais danos resultantes do seu incumprimento.
- Os atletas devem estar conscientes da distância e das particularidades das provas e estarem suficientemente treinados para isso.
- Terem adquirido, antes da prova, uma capacidade de auto-suficiência, que permita a gestão dos problemas induzidos por este tipo de competições, nomeadamente em condições de alterações climáticas (calor, chuva, vento, frio, etc.).
- Os atletas terão de saber enfrentar problemas físicos e mentais resultantes da fadiga extrema, problemas digestivos, articulares e dores musculares, etc.
- Ter a consciência de que não é papel da organização ajudar um atleta a ultrapassar estes problemas e que tal depende principalmente da sua capacidade em adaptar-se às situações problemáticas decorrentes deste tipo de competição.

2.11. Seguro desportivo

A organização contratualizará um seguro de responsabilidade civil e ainda um de acidentes pessoais para cada atleta, conforme o Decreto-Lei n.º 10/2009 de 12 de Janeiro. Em breve serão disponibilizadas as coberturas e apólice contratada, sendo que a mesma preverá no mínimo as coberturas exigidas por lei.

Os atletas deverão fornecer no ato da inscrição, os dados necessários para a efectivação do seguro de acidentes pessoais (nome completo, data de nascimento e número de contribuinte), sob pena de este não ser concretizado.

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição

As inscrições serão geridas pela RECORDE PESSOAL, mas a inscrição será feita na Plataforma da PROZIS, devendo ser realizadas dentro dos prazos constantes no presente regulamento e através de um formulário para o efeito, em www.recordepessoal.pt ou www.prozis.com/trailchicharodaserra



- A inscrição estará regularizada após pagamento de referência Multibanco gerada no ato de inscrição.
- A consulta do status de inscrição deverá ser feita no portal do evento em: www.recordepessoal.pt ou www.prozis.com/trailchicharodaserra
- As inscrições têm início a 09 de Setembro de 2018 e encerram a 20 de Novembro de 2018 (23h59).
- Os atletas são responsáveis por verificar se todos os seus dados se encontram correctos nas listas de inscrição entretanto publicadas.
- Qualquer alteração da inscrição deverá ser realizada até à data limite de 20 de Novembro de 2018 (23h59).
- O ato de inscrição pressupõe a total aceitação das disposições regulamentares do presente documento.

O valor da inscrição para o trail inclui:

- **Senha de refeição a ser utilizada / descontada no recinto de restauração do 13º Festival Cultural e Gastronómico “O Chícharo da Serra” no valor de 5€ (não acumulável e apenas válida no dia 24 de novembro);**
- **Duas (2) pulseiras de entrada no recinto do evento do Festival (valor de 1€ cada);**
- **T-shirt Técnica;**
- Seguro de Acidentes Pessoais e Responsabilidade Civil;
- Dorsal;
- Cronometragem com Chip no dorsal;
- Abastecimentos sólidos e líquidos;
- Duche (água quente);
- Marcação do percurso;
- Transporte para a chegada, no caso de o atleta abandonar a prova ou ser impedido pela organização de a continuar pelos motivos referidos.
- Brindes que a organização venha a angariar;
- Massagem no final da prova;

O valor da inscrição para a caminhada inclui:

- **Senha de refeição a ser utilizada / descontada no recinto de restauração do 13º Festival Cultural e Gastronómico “O Chícharo da Serra” no valor de 5€ (não acumulável e apenas válida no dia 24 de novembro);**
- **Uma (1) pulseira de entrada no recinto do evento do Festival (valor de 1€ cada);**
- Seguro de Acidentes Pessoais e Responsabilidade Civil;
- Dorsal;
- Abastecimentos sólidos e líquidos;
- Duche (água quente);
- Transporte para a chegada, no caso de o atleta abandonar a prova ou ser impedido pela organização de a continuar pelos motivos referidos.
- Brindes que a organização venha a angariar;
- Massagem no final da prova.



O preenchimento e envio do formulário de inscrição na prova correspondem, por si só, a uma declaração de aptidão física e psicológica por parte do atleta.
Não haverá inscrições no dia da prova, salvo indicação por parte da organização (todavia poderá não haver brindes/t-shirt/kit atleta)

3.2. Valores e períodos de inscrição

Trail 15 km e 25km

Inscrições até 18 de Novembro de 2018 (às 23h59)

16€

Sendo que os Atletas federados/filiados na ADAL, ATRP ou outro seguro válido, tem desconto de 1€ sendo que deverão no ato do levantamento do dorsal apresentar a respectiva licença como comprovativo.

Caminhada

Até 18 de Novembro de 2018 (às 23h59)

10€ - Caminhada

13€ - Caminhada c/ T-shirt Técnica

3.3. Condições devolução do valor de inscrição

Em caso de desistência ou não comparência no evento não haverá direito à devolução do valor de inscrição.

3.4. Serviços disponibilizados

Os atletas terão direito a banhos quentes e massagens no final da prova.

4. Categorias e Prémios

4.1. Definição data, local e hora entrega prémios

A entrega dos prémios será efetuada no local de chegada em horário a comunicar posteriormente.

- Prémio à equipa com mais elementos inscritos nos Trails e na caminhada;
- Prémio aos 3 primeiros classificados da geral e de cada escalão (masc/fem) do Trail.
- Prémio de meta volante ao primeiro atleta masculino e à primeira atleta feminina a transpô-la independentemente distância, no entanto os atletas terão de terminar a sua prova.
- Troféus para as 3 primeiras equipas de ambas distância, Trail Longo e Trail Curto. Contando assim os 4 melhores atletas classificados. Classificação feita pelo somatório da classificação geral absoluta de cada distância.
- A caminhada não será cronometrada, não tendo por isso classificações.

4.2. Definição das categorias etárias / sexo individuais e equipas

TRAIL 15 km e 25 km

Masculino:

S M (sénior masculino de 18 a 39 anos)

M 40 (masculino de 40 a 44 anos)

M 45 (masculino de 45 a 50 anos)



M 50 (masculino de 50 a 59 anos)
M 60 (masculino com mais de 60 anos)

Feminino:

S F (sénior feminino de 18 a 39 anos)
F 40 (feminino de 40 a 44 anos)
F 45 (feminino de 45 a 50 anos)
F 50 (feminino de 50 a 59 anos)
F 60 (feminino com mais de 60 anos)

Nota: Idade do participante no ano corrente.

CAMINHADA: Sem Escalões

Nota: Todos os atletas inscritos com idade inferior a 18 anos, serão contabilizados nas categorias etárias S M/F 18 a 39 anos

4.3. Prazos para reclamação de classificações

Data limite para reclamação: 25 de Novembro de 2018.

5. Informações

5.1. Como chegar

A1 – Auto-estrada do Norte

- Saída em Fátima, na saída a rotunda norte. Sair na 4a saída em direção a Leiria e após 5Km encontra indicações para o complexo desportivo.

IC9

- Saída na saída de Pedrome/Fátima e seguindo em direcção a Fátima, após percorrer 800mts encontra indicações para o complexo desportivo.

Coordenadas Gps:

Latitude: 39º 40' 5.83 "N Longitude: -8º 40'56.46"O

<http://goo.gl/maps/RQwGL>

5.2. Onde ficar

Locais onde poderá pernoitar, serão divulgados via Facebook.

6. Outros

Os eventuais protestos devem ser apresentados à organização até uma hora após a publicação da sua classificação provisória. Os protestos devem ser escritos e assinados pelo próprio. Da deliberação tomada pela direcção da prova sobre o protesto, não haverá recurso às decisões tomadas;

Os casos omissos ou duvidosos deste regulamento serão resolvidos pela direcção da prova;

Nota: A organização poderá alterar o presente regulamento a qualquer altura e sem aviso prévio.



Organização Setembro 2018

Organização

Retificado a 11.10.2018 - horários partidas dos provas.

Retificado a 25.10.2018 - prémios

Retificado a 05.11.2018 - aditamento inscrições de atletas menores de 18 anos

Retificado a 19.11.2018 - alteração da data limite de inscrições