

IV Trail Running e Caminhada do Clube BTT de Aguiar. Regulamento

Todos os atletas inscritos devem permanecer atentos à página do facebook do Clube Btt de Aguiar <https://www.facebook.com/Clube-Btt-Aguiar-1513594922266562/?ref=ts&fref=ts>, onde serão colocados todos os avisos oportunos que sirvam de complemento a este regulamento. Se justificar a organização procederá a ajustes no presente regulamento.

- O clube BTT de Aguiar vai realizar no próximo dia 10 de Junho de 2018, pelas 08:00 horas, um evento denominado «IV TRAIL RUNNING e Caminhada do CLUBE BTT de AGUIAR».
 - A prova longa terá a distância de 30 km.
 - A prova mais curta de 17 km.
 - A caminhada terá a distância de 12 km
- Condições de participação
 - Idade participação.
 - A prova percorre trilhos e caminhos rurais do concelho de Viana do Alentejo na localidade de Aguiar, com início e termino no Jardim da Vila de Aguiar, onde decorre as festas da Primavera.
 - A prova está aberta a todos. Os menores de 18 anos até 14 anos, devem preencher um documento que está junto ao regulamento, que deverá ser assinado pelo responsável de educação autorizando a sua participação na prova.
 - Menores de 13, inclusive devem ser acompanhados com

uma pessoa adulta, preenchendo à mesma a devida autorização.

- Regularização da inscrição.
- A inscrição será feita através do site www.acorrer.pt não sendo necessário enviar comprovativo de pagamento para a organização.
- Condições físicas:
- Para participar é indispensável:
 - Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos encontrar-se adequadamente preparado fisicamente e mentalmente.
 - Ter adquirido, antes do evento, capacidades reais de autonomia em locais mais altos que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas.
 - Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro, chuva ou calor se se verificarem no momento da prova.
 - Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc;
 - Estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas.
- Colocação dorsal.
 - O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado de forma bem visível.
 - Não é permitida qualquer alteração do dorsal

sob pena de desclassificação.

- O dorsal dispõe de números de telemóvel referentes a números de emergência e da organização.
- A caminhada não tem dorsal
- Regras de 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.
- Programa/Horário:
 - «IV TRAIL RUNNING e a Caminhada do CLUBE BTT de AGUIAR», a realizar dia 10 de Junho de 2018 (Domingo):
 - 07h00m - Abertura do Secretariado e entrega dos dorsais.
 - Local - No salão de festas da Junta de Freguesia de Aguiar
 - 8h00m - Partida do Traill Running Longo e Curto, 09h00m partida para a caminhada
 - Entrega de prémios,
 - Assim que chegarem os 3 primeiros classificados de cada prova do Trail running, (feminino / masculino) / (Horários sujeitos a alterações)
 - Tempo Limite
 - Os atletas podem fazer o percurso a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem o tempo limite que será de 5 horas para o Traill Running longo e 3h00min. para o Traill

Running curto.

- 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.

- Locais de abastecimento:
 - Trail Running 30km Líquido/Sólido
 - (+/- 6km) Líquido/Sólido
 - (+/- 11km) Líquido/Sólido
 - (+/- 20km) Líquido/Sólido
 - (+/- 28km) Líquido/Sólido
 - Trail Running 17km Líquido/Sólido
 - (+/- 6km) Líquido/Sólido
 - (+/- 11km) Líquido/Sólido

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

- Postos de controlo:
 - Haverá 2 postos de controlo ao longo da prova do RR Longo
 - Haverá 1 posto de controlo ao longo do RR curto.
 - É obrigatória a passagem dos concorrentes pelos postos de apoio e controlo que se situam no seu percurso.

- Material obrigatório

- Telemóvel; Reservatório de líquidos.
- Todos os participantes nas provas 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:
 - Calçado e vestuário adequados para a prática de Raid Running;
 - Boné;
 - Protetor solar;
 - Mochila;
 - alimentos energéticos.
- Penalizações / desclassificações:
 - Será penalizado ou desclassificado todo aquele que:
 - Não complete a totalidade do percurso (desclassificado);
 - Deteriore ou suje o meio por onde passe (desclassificado);
 - Não leve o dorsal bem visível (penalização de 2 min.);
 - Alteração do dorsal (desclassificado);
 - Ignore as indicações da organização (penalização de 2 min.);
 - Tenha alguma conduta antidesportiva (desclassificado);
- Seguro desportivo
 - Seguro desportivo de acordo com a lei em vigor.
- Processo inscrição / Valores
 - As inscrições terão que ser efetuadas online no site: ACORRER.PT
 - Os valores da inscrição é de 9€ qq. Que seja o percurso
 - A caminhada tem inscrição grátis e será feita também no site , [HYPERLINK "http://www.acorrer.pt/"](http://www.acorrer.pt/) [HYPERLINK "http://www.acorrer.pt/"](http://www.acorrer.pt/) [HYPERLINK "http://www.acorrer.pt/"](http://www.acorrer.pt/)

["http://www.acorrer.pt/"](http://www.acorrer.pt/) HYPERLINK
["http://www.acorrer.pt/"](http://www.acorrer.pt/) HYPERLINK
["http://www.acorrer.pt/"](http://www.acorrer.pt/) HYPERLINK
["http://www.acorrer.pt/"](http://www.acorrer.pt/) HYPERLINK
["http://www.acorrer.pt/"](http://www.acorrer.pt/) WWW.acorrer.pt

- Material incluído com a inscrição / Devoluções de valores
- Dorsal; - Seguro de acidentes pessoais; - Abastecimentos; - Banhos; - Outros brindes que a organização consiga angariar.
- Devolução do valor da inscrição.
 - Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada previamente por motivos imputáveis à Organização.
 - As inscrições são pessoais e intransmissíveis. Os dorsais serão entregues Individualmente ou a responsável de equipa para levantamento coletivo, deverão apresentar o CC/BI no momento de recolha dos mesmos.
- Prémios
 - Os 3 primeiros classificados, Masculino/Feminino dos dois percursos do Trail Running.
- Marcação do percurso:
 - A marcação principal será constituída por fita pendurada em elementos naturais à altura dos olhos.
 - A cor da fita será anunciada no momento da Partida.
 - Para além da fita sinalizadora serão utilizadas outras sinaléticas como setas impressas, cal a cortar as estradas e informações diversas para além de indicações por colaboradores da Organização em atravessamento de estradas e outros locais.
 - Os concorrentes obrigam-se a percorrer todo o trilho sinalizado o mais perto possível das marcações não devendo

atalhar nos pontos em que eventualmente tal seja possível.

- O não acatamento desta norma pode levar à desclassificação se no entender da organização da prova tal for feito com a intenção de diminuir a distância percorrida ou de diminuir as naturais dificuldades técnicas do percurso.
- No caso de um concorrente percorrer alguma parte do percurso sem sinalização deverá voltar atrás pelo caminho que seguiu e procurar o caminho sinalizado.

- Responsabilidade ambiental e de imagem:

7.

- Ambiente.

- 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.

- 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.

- Casos omissos:

- Os casos omissos deste regulamento, serão

resolvidos pela Organização, de cujas decisões não haverá recurso.

- Diversos:
 - Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados.
 - A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições encontradas no dia do evento, assim como à suspensão da prova se as condições não permitirem o seu desenvolvimento em segurança.

Nota: Este regulamento ainda pode ser alterado de modo a que fique mais completa a informação.