



2º TRAIL DA PRIMAVERA

REGULAMENTO

Descrição / Organização

1. O 2º TRAIL DA PRIMAVERA é um evento de natureza desportiva, e ao mesmo tempo comemorativo do Dia Internacional da Mulher:
Evento com componente Solidária:

1.1- O valor das refeições revertem a favor da Associação de Bem Estar das ademas

2. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

A participação nas duas distâncias do Trail (Curto / Longo e na Caminhada) está aberta a todos os interessados, sem distinção de nacionalidade ou sexo, desde que reúnam as condições físicas necessárias, estejam devidamente inscritos dentro do prazo, de acordo com o regulamento em vigor.

Para a segurança de todos, não será permitida a participação de atletas em bicicletas, acompanhados por animais, skates, patins, carrinhos de bebés e/ou cadeira de rodas, apenas está permitido atletas em bicicleta pertencentes à Organização que servirão de guias ou fecho em determinados pontos dos percursos.

3. ORGANIZAÇÃO

Os Kotas, como associação organizadora de eventos desportivos, define os seguintes objectivos para o 2º TRAIL DA PRIMAVERA:

- Promover, estimular e incentivar a prática desportiva “Atletismo”, desporto não poluente, saudável e como instrumento desportivo;
- Promover a igualdade de género e incentivar os jovens a praticar este tipo de desporto;
- Promover as potencialidades da região, considerada por muitos uma das melhores zonas a nível nacional para a prática desportiva;
- Promover os produtos e tradições regionais, evitando que costumes centenários caiam em esquecimento;

A organização e promoção deste evento é da responsabilidade d'Os Kotas.

Os Kotas colaboram em parceria com a [As.A.S. \(Associação de Atletismo do Distrito de Setúbal\)](#), que valida o evento com as autoridades competentes, o inscreve no Calendário de Provas para 2018





2º TRAIL DA PRIMAVERA

3.1. Data e local do Evento

O evento realiza-se no dia 18 de Março de 2018 (domingo), com início às 9:00 horas com partida e chegada em frente à Associação de Bem Estar das Ademas

3.2. Percursos

O evento é composto por dois percursos a decorrer em simultâneo, trail curto de 15km; trail longo de 25km de carácter competitivo

A caminhada de 10km é de carácter de lazer:

Ambos decorrerão pelas serras da zona, trilhos e estradões das Freguesias de S. Francisco da Serra, União das Freguesias de Santiago do Cacém, Santa Cruz e S. Bartolomeu da Serra percurso rural devidamente sinalizado, com fitas / setas e marcações com cal.

3.3. Duração

O trail curto e a caminhada de 10km terão uma duração máxima de 02:30 horas terminando às 11:30 horas. (percurso comum)

O trail Longo de 25km terão uma duração máxima de 04:00 horas terminando às 13:00 horas.

3.4. Competição

A Competição é aberta à participação de atletas federados e não federados, em representação de clubes ou individualmente.

3.5. Escalões etário de competição

TRAIL CURTO e LONGO – (15 e 25KM)

Escalão Ano de nascimento / Idade – Masculinos e Femininos

TRAIL CURTO E LONGO (15 e 25 KM)		
Masculino	18 - 23 Anos	Sub 23
Masculino	23 - 39 Anos	Séniiores
Masculino	40 - 44 Anos	M40
Masculino	45 - 49 Anos	M45





2º TRAIL DA PRIMAVERA

Masculino	50 - 54 Anos	M50
Masculino	55 - 59 Anos	M55
Masculino	60 E mais	M60

TRAIL CURTO E LONGO (15 e 25 KM)		
Feminino	18 - 23 Anos	Sub 23
Masculino	23 - 39 Anos	séniiores
Masculino	40 - 44 Anos	M40
Masculino	45 - 49 Anos	M45
Masculino	50 - 59 Anos	M50
Masculino	60 E mais	M60

CAMINHADA

- Escalão, Único Participação
- Não aconselhável a menores de 10 anos

4. INSCRIÇÕES E PRAZOS

As inscrições para o trail curto /Longo e Caminhada terminam a 13 de Março de 2018, incluindo os pagamentos por TB.

As inscrições são através do site www.acorrer.pt





2º TRAIL DA PRIMAVERA

5. VALORES

TRAIL LONGO	12,5€
TRAIL CURTO	10€
CAMINHADA	6€
ALMOÇO	7€
ACOMPANHANTE	9€

5.1 Consideram-se válidas as inscrições após pagamento e constatadas na lista de confirmados

6. LIMITES DE INSCRIÇÕES

Limite de inscrições para o trail e caminhada: 200 participantes;

As inscrições terminam a 13 de Março de 2018, incluindo o pagamento ou quando atingir os limites definidos.

6.1 Classificações

Será elaborada classificação e posterior divulgação no website www.acorrer.pt e <http://www.oskotas.org> ou no Facebook, de acordo com os escalões definidos.

Para a classificação colectiva, cada equipa terá que participar com um mínimo de 4 atletas

Serão desclassificados todos os atletas que não se apresentem à chamada no início da prova, que recebam apoio durante a mesma, que alterem o percurso em seu benefício, que prejudiquem o normal desenvolvimento da prova demonstrando falta de ética desportiva, ou não mantenham o dorsal visível durante a prova de forma a facilitar o controlo ao longo da mesma.

Serão atribuídos troféus:

Aos 3 primeiros classificados de cada Escalão;

Aos 3 primeiros da classificação da geral, Masculinos e Femininos;





2º TRAIL DA PRIMAVERA

Às 3 Primeiras equipas

- Uma equipa é constituída por um mínimo de 4 atletas.
- Será considerada a ordem de chegada dos 3 primeiros atletas.
- Não há prémios monetários.

7. IDADES

No trail curto e longo só é permitida a participação a atletas com idade superior ou igual a 18 anos.

Na caminhada não existe limite de idade, apenas sugerimos a não participação a menores de 10 anos.

8. KIT DO ATLETA

O kit do Atleta para o trail curto e longo é composto por doce tradicional da região, dorsal e brindes diversos angariados até à data do evento.

Para a caminhada é composto por doce tradicional da região brindes diversos angariados até à data do evento.

8.1. Local para entrega do kit Associação de Bem Estar das Ademas

O kit do atleta poderá ser levantado de véspera ou no dia da prova, de acordo com o programa do secretariado, mediante o comprovativo da sua inscrição, 2º TRAIL DA PRIMAVERA.

9. DORSAL DA PROVA

A utilização do dorsal é obrigatória no Trail curto e longo.

O dorsal deve ser colocado na parte frontal da t-shirt ou num cinto próprio, sendo pessoal e intransmissível.

A organização desqualificará todos os atletas que:

- Não tenham o dorsal colocado;
- Utilizem o dorsal de outro atleta;
- Atletas sem dorsal da prova não serão autorizados a circular no percurso.

10. PROGRAMA GERAL

O Programa Geral do evento é o seguinte:

Dia 17 de Março





2º TRAIL DA PRIMAVERA

- 18h às 20h – Abertura do Secretariado da prova;
- Dia 18 de Março
- 07h – Abertura do Secretariado da prova;
- 08h30 – Fecho do Secretariado da prova;
- 09h00 – Briefing
- 09h10 – Partida do Trail
- 09h15 – Partida da Caminhada;
- 13h00 – Cerimónia protocolar com entrega de prémios.

11. PRÉMIOS No Trail Curto e longo serão atribuídos os seguintes prémios:

- Prémio para os 3 primeiros atletas absoluto masculino e feminino;
- Prémio para os 3 primeiros classificados de cada género e escalão;
- Prémio coletivo para as 3 primeiras equipas com melhores resultados nas classificações

(4 melhores resultados individuais de cada equipa). Serão atribuídos pontos por ordem de chegada a cada atleta.

12. ABASTECIMENTOS

- Trail Curto e Caminhada: haverá 1 abastecimentos de sólidos e líquidos.
- Trail Longo: haverá 2 abastecimento de sólidos e líquidos.

13. ARBITRAGEM

Haverá controlo de passagem dos atletas, em pontos a definir pela organização, pelo que qualquer infração implica a desclassificação do atleta.

14. CONDIÇÕES DO PERCURSO

A organização compromete-se a escolher sempre as melhores vias possíveis, de modo a não colocar em risco os participantes, não se responsabilizando, todavia, pelas condições do piso ou pelos defeitos/obstáculos apresentados no trajeto da prova.

15. COMPORTAMENTOS ANTIDESPORTIVOS





2º TRAIL DA PRIMAVERA

A organização considera como comportamentos antidesportivos e desqualificará qualquer atleta que:

- Falsifique qualquer elemento relativo à sua inscrição;
- Não se apresente no local da partida, com o dorsal da prova colocado em conformidade (no trail curto e longo);
- Manifeste mau estado físico;
- Não cumpra a sinalética colocada pela organização e/ou salte barreiras para a partida;
- Não cumpra o percurso na sua totalidade;
- Não respeite as instruções da organização;
- Manifeste comportamento antidesportivo (ex: empurrões e obstruções que prejudiquem de forma intencional os outros atletas);
- Não respeite os restantes atletas.

Nota: A organização não aceitará nas suas provas a inscrição de atletas que recorram a práticas antidesportivas. 2º TRAIL DA PRIMAVERA

16. SEGURANÇA E ASSISTÊNCIA MÉDICA

- No dorsal haverá um nº de emergência
- Haverá em ponto estratégico uma Ambulância, para prestar os primeiros socorros
- Caso haja necessidade de continuidade do atendimento médico de emergência, este será efetuado no serviço nacional de saúde, sob a responsabilidade do mesmo.

A Organização terá autoridade para retirar da prova qualquer atleta que não se revele apto a participar ou que tenha recebido cuidados médicos vitais durante a prova.

17. RECLAMAÇÕES

As reclamações deverão ser efetuadas por escrito e dirigidas à organização "OS KOTAS", até 30 minutos depois de terminado a prova e perante uma caução de 50€

18. ACEITAÇÃO

Ao se inscreverem, todos os participantes aceitam o presente regulamento e, em caso de dúvida ou surgimento de uma situação não contemplada no mesmo, devem informar a organização.





2º TRAIL DA PRIMAVERA

18.1. Termo de Responsabilidade

Ao se inscreverem, todos os participantes declararam estar de acordo com o seguinte termo de responsabilidade:

a) Li e estou de acordo com o Regulamento da prova e caminhada disponível no site www.acorrer.pt e www.oskotas.org

b) Estou ciente do meu estado de saúde e de estar física e psicologicamente capacitado para participar.

c) Assumo que me absterei de participar na prova e na caminhada se as minhas condições de saúde se alterarem após a inscrição.

d) Estou ciente do teor da apólice de seguro em vigor e li as especificações da mesma, constantes no Regulamento da Prova. 2º TRAIL DA PRIMAVERA

19. SEGUROS

Todos os participantes, sem exceção, devem reunir as condições de saúde e psicológicas necessárias à prática desportiva, isentando a organização da prova, seus parceiros, apoiantes e órgãos públicos envolvidos de quaisquer responsabilidades.

A organização da prova assegura aos inscritos um seguro de acidentes pessoais.

A organização não se responsabiliza por situações que não estejam abrangidas por este seguro.

20. CEDÊNCIA DOS DIREITOS DE IMAGEM

O participante/encarregado de educação, ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, à organização do evento os direitos de utilização da sua imagem tal como captada nas filmagens que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução em peças comunicacionais de apoio.

21. DIVERSOS

Serão disponibilizados os balneários provisórios na Associação de Bem Estar das Ademas, para todos os atletas que queiram tomar duche após terminarem a sua prova.

22. APOIO AOS ATLETAS

A organização dispõe de plataformas para dar suporte às dúvidas dos atletas.

Entidade: Os Kotas





2º TRAIL DA PRIMAVERA

kotasbiketeam@gmail.com .

Tm: 916628371

23. CASOS OMISSOS

Todos os casos omissos serão apreciados e resolvidos pela organização.

