

## **Trail Rota dos Espigueiros- Virtual**

**08 a 23 de agosto de 2020**

# **REGULAMENTO**

## **1. ORGANIZAÇÃO E ÂMBITO**

A Edição do “Trail do Rota dos Espigueiros- Virtual ” é uma corrida Virtual organizada pela ARCAPA.

O Trail Rota dos Espigueiros Virtual é um evento não competitivo, sem qualquer atribuição de prémios. O objetivo é a superação de cada participante. Para isso, criámos dois desafios de acordo com o perfil de cada atleta.

### **1.1. Idade mínima e máxima de participação nas diferentes provas**

A idade mínima dos participantes é de 14 anos. A idade máxima é de 75 anos. No entanto, e por razões de seguro desportivo, acima dos 70 anos está sujeita a particularidades (ver seguro desportivo, ponto 2.3)

### **1.2. Inscrição Regularizada**

A inscrição no Trail do Rota dos Espigueiros- Virtual implica compreender e aceitar sem reservas as regras e o regulamento do evento.

### **1.3. Condições Físicas**

Os participantes devem conhecer o seu próprio corpo e perceber qual o desafio que melhor se enquadra a si.

## **2. DEFINIÇÃO**

### **2.1. Apresentação**

O Trail Rota dos Espigueiros-Virtual tem como objetivo que, durante 2 semanas, os participantes atinjam os objetivos delineados. A corrida pode ser realizada em qualquer local, gravada no seu aparelho e **comunicada via formulário adequado fornecido pelo site [acorrer.pt](http://acorrer.pt)**

No entanto, para melhor entrarem no espírito Rota dos Espigueiros, iremos enviar em GPX, no dia 07 de agosto, dois Tracks. Um com cerca de 14km 400D+, um outro com cerca de 25km com 900D+.

Os percursos não estão marcados. Podem ter pequenas marcações, nas zonas mais técnicas, ou com mais vegetação e menor sinal de GPS.

### **2.2 Desafios:**

#### **2.2.1 Desafio Espiga Amarela-**

De 8 a 23 de agosto percorrer no mínimo 60K e 600D+

### **2.2.2 Desafio Espiga Vermelha- Milho Rei**

De 08 a 23 de agosto percorrer no mínimo 80k e 1200D+

Os participantes irão receber o seu certificado, de acordo com o objetivo alcançado. No ato de inscrição não têm de ter ainda decidido qual o objetivo escolhido.

### **2.3 Programa / Horário**

#### Abertura de inscrições

01 de agosto de 2020

#### Data limite para inscrições

07 de agosto de 2020

### **2.4 Seguro desportivo**

O organizador subscreve um seguro de acidentes pessoais, de acordo com o exigido por Lei.

O participante está segurado desde o dia 08 a 23 de agosto, ou desde o dia em que se inscreve e a sua inscrição é validada ( caso se inscreva após o dia 08) até ao dia 23 de agosto.

A franquia do seguro de Acidentes Pessoais é de 90€, a cargo dos participantes.

Em caso de acidente, o participante deverá contactar a organização.

Todo e qualquer documento de despesa relacionado com um sinistro já participado, será previamente liquidado pelo respetivo sinistrado e os seus originais enviados à seguradora para posterior reembolso.

Em caso de sinistro, contactar, no prazo máximo de 48 horas: rotadosespigueiros@gmail.com

Os participantes com mais de 70 anos, de acordo com as Condições Particulares do Seguro, não estão salvaguardados pela cobertura de Despesas de Tratamento e por Invalidez.

## **3-INSCRIÇÕES**

### **3.1 -Processo de inscrição (pagina web e pagamento)**

Cada participante deve preencher corretamente o formulário de inscrição e pagar o valor da mesma no prazo estipulado, sendo o participante responsável pela veracidade dos seus dados.

Após confirmação do pagamento, o nome do atleta vigorará na lista de inscritos.

O pagamento da taxa de inscrição implica uma reserva de lugar.

Qualquer esclarecimento adicional deverá ser solicitado por e-mail para [geral@acorrer.pt](mailto:geral@acorrer.pt)

### **3.2 Valores e períodos de inscrição**

As taxas de inscrição são as seguintes:

**2.50€.** (Este valor corresponde ao valor do seguro e respetivas taxas de inscrição)

### **3.3 Kit e prémios com a inscrição**

Peitoral Digital

Certificado Finisher

T-shirt técnica (opcional)

## **4 CONTACTOS**

A organização disponibiliza-se para eventuais esclarecimentos, através do email [rotadosespigueiros@gmail.com](mailto:rotadosespigueiros@gmail.com)