

REGULAMENTO

1º

A União de Freguesias de Aldeia Galega da Merceana e Aldeia Gavinha com o apoio técnico da Our Land Tours, vai realizar no próximo dia 12 de Junho de 2016, pelas 09h30, um evento denominado "1ª CORRIDA QUINHENTISTA - ALDEIA GALEGA DA MERCEANA - ALENQUER".

Este evento, terá um passeio BTT 27km e um TRAIL de 27km e 15Km e uma Caminhada de 9 Km.

O percurso é em círculo com início e fim no Largo do Pelourinho na Aldeia Galega da Merceana no concelho de Alenquer.

O ponto de encontro e o secretariado são no Largo do Pelourinho.

(coordenadas GPS 39° 4' 56" N, 9° 6' 43" W ou 39.082222, -9.111944).

2º

PERCURSOS

Partida: 09h30

BTT - aproximadamente 27 km, percorrendo trilhos, caminhos rurais e estradões, maioritariamente em terra batida e em terreno acidentado, com subida de 672 metros. Grau 2 de classificação.

Tempo máximo 3 horas

Partida: 09h40

Trail Longo - aproximadamente 27 km, percorrendo trilhos, caminhos rurais e estradões, maioritariamente em terra batida e em terreno acidentado, com subida de 672 metros. Grau 2 de classificação, de acordo com os critérios da ATRP (Associação de Trail Running de Portugal).

Tempo máximo 5 horas

Partida: 09h40

Trail Curto - aproximadamente 15 km, percorrendo trilhos, caminhos rurais e estradões, maioritariamente em terra batida e em terreno acidentado, com subida de 395 metros. Grau 2 de classificação, de acordo com os critérios da ATRP (Associação de Trail Running de Portugal).

Partida: 09h50

Caminhada - 9 km, percorridos maioritariamente em terra batida, com percurso surpresa.

Tempo máximo 3,5 horas

3º

NORMA

No Trail e na Bicicleta só poderão participar indivíduos com mais de 18 anos, desde que gozem de 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, aconselhando os participantes a atestarem a sua condição física pelas vias médicas adequadas.

A caminhada e o BTT, não tem carácter competitivo destina-se a todos os indivíduos masculinos e femininos, cuja condição física o permita. Não se aconselha no entanto a participação a crianças menores de 14 anos.

A responsabilidade da participação na caminhada, no BTT de crianças e jovens até aos 18 anos, é da inteira responsabilidade dos pais, declinando a organização qualquer responsabilidade em termos de seguro em acidentes ocorridos.

4º

CONDIÇÕES FÍSICAS

Para participar é indispensável estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado fisicamente e mentalmente.

De haver adquirido, antes do evento, uma capacidade real de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de prova, nomeadamente:

Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas (noite, vento, neve, nevoeiro e chuva); saber gerir os problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, as pequenas lesões, etc.

5º

ESCALÕES

As competições destinam-se a todos os atletas, federados ou não, em representação individual ou coletiva (Clubes, Escolas, Associações desportivas, etc.), depois de devidamente inscritos, no âmbito da corrida para todos, tendo os seguintes escalões:

MASCULINOS:

1. Seniores (18 a 39 anos)
2. M 40 (40 a 49 anos)
3. M 50 (50 a 59 anos)
4. M 60 (60 ou mais)

FEMININOS:

1. Seniores (18 a 39 anos)
2. F 40 (40 a 49 anos)
3. F 50 (50 a 59 anos)

NOTAS: As idades indicadas referem-se ao dia da prova.

6º

SEGURO

A Organização, de acordo com o Decreto. Lei n.º 146/93 de 26 de Abril, é possuidora de um seguro desportivo em que estão abrangidos todos os participantes, atletas ou caminheiros. Os atletas filiados nas Associações de Atletismo. Distritais e ATRP - Associação de Trail Run Portugal com seguro desportivo estão abrangidos por essas entidades.

A entidade seguradora será definida posteriormente.

Em caso de acidente, que resulte tratamento hospitalar, o sinistrado deverá pedir um relatório médico para apresentar à companhia seguradora. Os custos suportados pelo sinistrado serão reembolsados posteriormente pela companhia de seguros. A organização declina qualquer tipo de pagamento.

A responsabilidade do pagamento do valor da franquia é da inteira responsabilidade do atleta.

O atleta sinistrado deverá informar a organização no dia da prova do acidente ocorrido, sob pena de este não ser considerado na prova e declinado pela seguradora.

7º

INSCRIÇÕES

As inscrições só serão aceites se forem efetuadas: através do site da Weventual, num formulário existente para o efeito e efetivadas com o devido pagamento, e para saotimoteo@gmail.com com pagamento prévio por transferência bancária para o NIB: 0035 2105 0000 8707 5307 1, anexando cópia do comprovativo de transferência.

Taxas de Inscrição

Datas limites	BTT (27km)	Corrida (27km)	Corrida (15km)	Caminhada (9km)
Até 06 de Junho de 2016	10,00 €	10,00€	10,00€	6,00€
Última hora	15,00 €	15,00€	15,00€	8,00€

O valor da inscrição inclui almoço, prova de vinhos, seguro de acidentes pessoal, abastecimentos, t'shirt e prémio para finalistas.

Outras informações/condições:

- As inscrições encerram no dia 08 de Junho de 2016 pelas 23h59 ou quando preenchidas as vagas existentes: 100 para BTT, 100 para o Trail Longo, 100 para o Trail Curto e 100 para a Caminhada.

As inscrições sem meio de pagamento ou efetuadas depois das datas referidas não serão aceites.

As inscrições só serão consideradas validas após pagamento.

Os atletas são responsáveis por verificar se todos os seus dados se encontram corretos na lista de inscritos, entretanto publicadas. Só serão aceites retificações até 2 dias antes do evento.

Notas importantes:

Não serão devolvidas taxas de inscrição.

Os clubes são responsáveis por verificar através das listagens de inscritos se todos os seus atletas inscritos estão inscritos com o nome oficial do clube.

8º

SECRETARIADO E DORSAIS

O Secretariado funcionará no dia da prova das 08h00 às 09:30.

O secretariado situa-se junto à partida do passeio BTT, Corrida (Trail) e Caminhada.

Todos os atletas devem proceder ao levantamento dos dorsais, no Secretariado nos períodos indicados.

Os dorsais dos atletas serão entregues mediante a apresentação de documento comprovativo da inscrição.

Os atletas devem ter alfinetes para a colocação dos dorsais.

9º

SEGURANÇA - INFORMAÇÃO SOBRE PASSAGEM DE LOCAIS COM TRÁFEGO RODOVIÁRIO

Caberá aos membros da Organização (devidamente identificados com coletes refletores) a gestão e controlo do trânsito automóvel no decorrer da prova, assim como a sinalização em locais considerados. Contudo, os participantes devem ter em consideração que, alguns pontos da prova, será impossível realizar corte de tráfego rodoviário em todas as passagens. Assim, em vias onde a circulação automóvel seja possível, deverão cumprir escrupulosamente todas as normas aplicáveis aos peões, devendo ainda respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de vir a assumir potenciais danos e/ou indemnizações resultantes do seu incumprimento.

A prova será em sistema de open-road, o atleta é responsável pela passagem de estradas, cumprindo as regras do código da estrada.

Os atletas ficam obrigados a manterem-se atrás da linha de partida, na zona do aquecimento.

Só é permitido o abastecimento de água ou outros produtos aos atletas nos locais indicados pela Organização, nas chamadas zonas de abastecimento.

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

Não será permitido o estacionamento de viaturas na zona de partida e chegada devidamente balizadas.

À organização reserva-se o direito de poder anular a prova a qualquer momento, caso as condições atmosféricas ponham em risco a integridade física dos atletas.

10º

SANÇÕES

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

Durante o percurso poderão ser distribuídos a todos os concorrentes, um ou mais símbolos de controlo, e todos os concorrentes que à chegada não apresentem estes símbolos, serão automaticamente desclassificados.

Será desclassificado todo o concorrente 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.

11º

CLASSIFICAÇÕES

As classificações serão realizadas através de controlo de passagem.

Ao longo do percurso existirão postos de controlo.

Os atletas terão que parar a fim de ser registado o controlo no seu dorsal.

Os atletas devem respeitar a ordem de chegada ao controlo.

As classificações do Trail serão feitas individualmente em cada escalão e na geral.

12º

PRÉMIOS

A cerimónia de entrega de prémios será feita em local e hora a definir.

Só serão entregues prémios aos atletas premiados presentes na respetiva cerimónia, os prémios dos atletas ausentes reverterem a favor da organização, não serão enviados aos atletas nem entregues à posteriori.

Trail 27 Km

Troféus aos 3 primeiros da geral Masculina

Troféus aos 3 primeiros da geral Feminina

13º

ABASTECIMENTOS

Abastecimentos líquidos de +/- 9 em 9 km – água;

Por motivos ambientais a prova decorrerá em Semi – autossuficiência com enchimento de recipientes.

Os atletas deverão nas zonas de abastecimento encher o seu próprio reservatório, para tal deverá ser portador de recipiente próprio para se abastecer (ex: copo)

Não serão distribuídas garrafas de água, nem copos aos atletas.

14º

APOIO E EMERGÊNCIA

Encontrar-se-ão ao longo do percurso elementos do staff, em locais específicos, de modo a orientar os atletas em caso de necessidade, registar ocorrências e prestar apoio em caso de necessidade. O serviço ambulatório estará a cargo dos Bombeiros Voluntários da Merceana, de forma a prestar os cuidados necessários a potenciais acidentes que possam ocorrer durante o evento.

15º

SERVIÇOS DISPONIBILIZADOS

- Serviços de apoio pré e pós-prova, nomeadamente:

- Secretariado;

- Almoço – Servido no “largo da igreja” a partir das 13h mediante apresentação da senha de refeição;

- Animação musical;

- Duches.

16º

MATERIAL RECOMENDADO

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:

- Manta de sobrevivência;
- Apito;
- Corta-vento;
- Telemóvel com carga completa (e saldo);
- Reservatório de líquidos
- Reforço alimentar.

O material acima indicado é importante e a Organização recomenda que todos os participantes se façam acompanhar do mesmo em todos os momentos da prova. A Organização não pode ser responsabilizada por qualquer consequência decorrente da não utilização ou não presença do material acima indicado.

17º

ECO RESPONSABILIDADE

O atleta é responsável pelo transporte dos invólucros e outro lixo não natural, provenientes de Géis, Barras, etc., no seu próprio CamelBak ou Cinto, depositá-lo no abastecimento mais próximo ou transportá-lo até á Meta.

Não é permitido destruir ou alterar propositadamente qualquer elemento natural (muros, plantações, sinalética, marcações, etc.) ao longo do percurso.

18º

ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO

O presente regulamento segue as boas normas e recomendações. Todos os participantes, pelo facto de efetuarem o atam de inscrição no evento pressupõe a total aceitação do presente Regulamento. O mesmo pode ser alterado mediante aditamento.

19º

DIREITOS DE IMAGEM

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.

20º

CASOS OMISSOS

Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos pela organização, de cujas decisões não haverá recurso.

21º

INFORMAÇÕES

Como chegar

Junta de freguesia de Aldeia Galega da Merceana, Concelho de Alenquer

De Lisboa: Seguir a A1 em direcção ao Porto, sair na saída “Alenquer / Azambuja”.

Seguir na direcção de Merceana. Depois tem (Indicações Aldeia Galega)

De Santarém: Seguir a A1 em direcção a Lisboa, sair na saída “Alenquer /

Azambuja”. Seguir na direcção de direcção de Merceana. Depois tem (Indicações Aldeia Galega)

De Torres Vedras: Seguir em direcção a Merceana / Alenquer. Seguir na direcção de direcção de Aldeia Galega.

22º

ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO

O presente regulamento segue as normas e recomendações da ATRP (Associação de Trail Running de Portugal).

23º

ADITAMENTO

Retificação do artigo 7º do regulamento, “ t’shirt ”, por caneca ou copo da feira.

“O valor da inscrição inclui almoço, prova de vinhos, seguro de acidentes pessoal, abastecimentos, t’shirt e prémio para finalistas.”