

Regulamento do Trail Running e Caminhada

“Rota dos Aflitos”

Artº1 – Disposições Gerais

1.º – O evento é organizado pela ADCR de Mosteiro de Fráguas, e co-organizado pelo Grupo BTT Mosteiro de Fráguas, e adota a denominação de **Trail Running e Caminhada “rota dos aflitos”**.

2.º – A inscrição de qualquer participante pressupõe a aceitação de forma incondicional do presente Regulamento.

3.º – O Trail Running “rota dos aflitos” não tem carácter competitivo, no entanto será efetuado o controlo de tempos de chegada de cada participante, sendo tornado público posteriormente.

4.º – A conduta dos atletas considerada inadequada implicará a exclusão e impossibilidade de participação futura em eventos da organização.

5.º – É obrigatório o uso do capacete devidamente colocado na cabeça durante toda a prova para ambas as distâncias.

Artº2 – Inscrições

1.º – Para Participar na prova é obrigatória a Inscrição com o pagamento regularizado e confirmado pela organização até ao dia 02 de Outubro.

2.º – As inscrições são válidas desde que sejam devidamente preenchidas com os dados obrigatórios requeridos no formulário de inscrição.

3.º – Para atletas menores de 16 anos, é obrigatória uma declaração escrita pelos pais a autorizar a participação na prova. Essa declaração deverá ser corretamente preenchida e entregue no secretariado no dia da prova no ato de levantamento do dorsal.

4.º – As inscrições podem ser efetuadas através da página <http://www.rotivtnd.mixlifehost.com/adrc-mosteiro-de-fraguas-trail/index.php>

5.º – As inscrições fecham dia 02 de Outubro de 2018 às 24:00h e têm os seguintes custos:

Atletas participantes:

Trail Running (Mini-trail /Trail)

- **10 € com pagamento até dia 15 de Setembro após essa data acresce 2 €**
Dorsal, seguro de acidentes pessoais, reforços, banho, almoço, T-shirt e lembranças

Acompanhantes:

- **5,00 €**
almoço

Caminhada

Participantes:

- 7,00 €

seguro de acidentes pessoais, reforços, banho, almoço

Nota: será disponibilizado serviço de “baby-sitter” gratuito, que permitirá aos pais que pretendam participar, deixar os seus filhos num local seguro que onde terão várias atividades. Será necessário a marcação prévia aquando do envio do comprovativo de pagamento da inscrição, fornecendo o nome e idade da criança.

6.º – Serão atribuídos prémios aos 3 primeiros classificados de cada escalão de ambas as distâncias (*no Trail Running*).

Masculinos – Mini-trail / Trail

1º, 2º e 3 lugares

Femininas – Mini-trail / Trail

1º, 2º e 3 lugares

7.º – As inscrições só serão validadas após o pagamento até ao dia 02 de Outubro de 2018. O pagamento deve ser efetuado através de transferência bancária e de seguida ser feito o envio do comprovativo de pagamento por email com os seguintes dados:

Pagamento por Tranferência Bancária:

Entidade: ADCR Mosteiro de Fráguas

Banco: CAIXA GERAL DE DEPOSITOS

NIB: PT50 0035 0816 00024720930 26

Email: rotadosaflitos@gmail.com

8.º – As inscrições estão limitadas a 200 participantes.

Artº3 – Percursos

1.º – Os percursos decorrem por caminhos rurais e trilhos do concelho de Tondela, tendo as seguintes distâncias aproximadas, estando abertos à circulação de outros veículos, pelo que todos os participantes devem respeitar as regras de trânsito do código da estrada.

- **Mini-trail:** 12/15 kms

- **Trail:** 22/25 kms

- **Caminhada:** 9 kms

2.º – Todos os percursos, estarão marcado com fita em toda a extensão, fixada na vegetação e nas árvores, assim como placas sinaléticas em forma de seta bem como placas de advertência de perigo e com cal no chão, sendo grande parte destes percorridos por todas as distâncias.

3.º – Nos cruzamentos e entroncamentos mais movimentados estarão elementos da organização a auxiliar na regulação do trânsito.

Art.º 4 – Controlo de Tempos

1.º – O controlo de tempos será realizado pela organização da prova (*Trail Running*)

2.º – Ao longo dos percursos existirão pontos de controlo, cuja localização será desconhecida dos atletas.

3.º – Só serão classificados os atletas que passarem por todos os pontos de controlo correspondentes à distância que se encontrem inscritos e que completem a totalidade da distância disponibilizada pela organização.

4.º – Nos locais de controlo haverá elementos da Organização, que confirmarão a passagem dos participantes através da entrega de pulseira aos atletas.

5.º – A falta de um ou mais PC (ponto de controlo) à chegada, implicará a desclassificação na prova, sendo o atleta responsável pela sua manutenção desde a receção desta até á chegada á meta.

6.º – Qualquer atleta que se apresente na linha de chegada sem dorsal também, implicará a sua desclassificação na prova.

Artº 5 – Segurança e Apoio

1.º – É obrigatório sempre que se vai ultrapassar um atleta se avise com antecedência “esquerda, direita ou meio “, para se evitarem quedas.

2.º – Será atribuído aos atletas um dorsal com o número identificativo que deverá ser colocado de modo visível e serão obrigados a mostrar este a todos os controladores e Organização do evento que o exijam, sob pena de desclassificação ou exclusão da prova.

3.º – A Organização disponibiliza números de telemóvel, gravados nos dorsais, os quais se destinam a ser utilizados, no dia da prova, apenas nos casos **de manifesta necessidade de socorro**.

5.º – O evento tem cobertura e apoio dos bombeiros Voluntários do Vale de Besteiros com ambulância que andarás nas proximidades do evento, a fechar o percurso vai um veículo que recolhe os participantes que desistam por qualquer motivo.

6.º – A organização recomenda a todos que se mantenham permanentemente atentos a toda a envolvente, que sigam as instruções da Organização e que respeitem escrupulosamente as regras de trânsito nos locais onde o percurso atravessa e/ou circula nas estradas nacionais.

7.º – A organização, não assume qualquer responsabilidade, no caso de infrações ao código de estrada por parte dos participantes.

8.º – A organização apela a todos os participantes para que não deitem lixo para o chão ao longo do percurso. Deverão fazê-lo estritamente nos locais adequados disponibilizados pela organização.

9.º – O presente regulamento não será modificado na sua generalidade. Compete exclusivamente à Organização aprovar qualquer correção que considere oportuna, a qual será divulgada na página da prova na Internet e no Secretariado.

12.º – Os casos omissos deste regulamento, serão decididos pela organização sendo a mesma é soberana nas suas decisões.

A organização:

ADCR Mosteiro de Fráguas