



REGULAMENTO 1º TRAIL POBO DE MIRANDA

O **1º Trail Pobo de Miranda** é uma organização da Confraria Trotamontes com o apoio do Município de Miranda do Douro

1- Prova

- Programa

O **1º Trail Pobo de Miranda** é constituído por uma prova, com a distância de cerca de 20km e uma caminhada com 7km

O evento decorrerá no dia **27 de Novembro de 2022**, com partida e chegada no Centro de Miranda do Douro, percorrendo caminhos e trilhos deste lindo concelho.
A caminhada será transportada para o local de partida.

- Descrição do percurso

O percurso do 1º Trail Pobo de Miranda percorre quase na totalidade por trilhos e caminhos, nos casos onde tenham de circular em vias públicas terão de o fazer pelas bermas tendo a máxima atenção aos veículos que nelas possam circular.

- Altimetria

20km- D+440 D-444

- Abastecimento

ABS 10km - sólidos/líquidos

ABS Final - sólidos/líquidos

- Secretariado

Local a designar

Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de um documento de identificação e de quatro alfinetes.

- Partidas

Trail 27 de Novembro às 9h30m

Caminhada 27 de Novembro às 10h

- Tempo Limite

O tempo limite para o Trail 20km será de 5h

2. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

- **Idade de participação**

A idade mínima de participação no Trail Pobos de Miranda é de 18 anos e na Caminhada 14 anos

- **Condições físicas**

Para participar é indispensável:

Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível das mesmas e ainda de se encontrar adequadamente preparado física e mentalmente.

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

- Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas (vento, frio, nevoeiro e chuva).

- Saber gerir problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, as pequenas lesões, etc.

- **Inscrições**

O ato de inscrição pressupõe a total aceitação das regras aqui estabelecidas.

Os pedidos de inscrição devem ser feitos de acordo com os prazos indicados e através do formulário específico que estará disponível em: <https://registerandgo.net/?evento=855>

- **Comunicação/Contato com a organização**

Qualquer contato com a organização deverá ser feito através do email:

confrariatrotamontestrail@gmail.com

- **Método de pagamento**

Será emitida uma referência multibanco pelo que deve efetuar o pagamento do valor indicado no prazo estipulado.

Os pedidos de inscrição só serão considerados após pagamento.

Poderá ser solicitado o comprovativo do pagamento para levantamento do dorsal.

A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de Seguro.

- **Taxas de inscrição**

01-09-2022 a 06-11-2022

Trail Pobo de Miranda 20km: 17 euros

Caminhada Pobo de Miranda 7km: 6 euros

07-11-2022 a 11-11-2022

Trail Pobo de Miranda 20km: 19 euros

Caminhada Pobo de Miranda 7km: 6 euros

O valor de inscrição do inclui:

*Transporte Porto-Miranda do Douro e retorno, e dormida

Abastecimentos;

Seguro desportivo (acidentes pessoais)

T-shirt técnica alusiva à prova;

Duche no final;

Medalha

Lembrança pódio para o trail

***Será disponibilizado transporte do Porto para Miranda do Douro, em camioneta para 100 atletas.**

Podem usufruir do transporte e dormida os primeiros 100 inscritos com inscrição paga.

As camionetas sairão do Porto (local a designar) no sábado dia 26 de Novembro às 14h30m e o retorno será no domingo dia 27 de Novembro pelas 16horas.

- Condições devolução do valor de inscrição

Em momento nenhum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista da prova, a qualquer tempo. Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser efetuadas no prazo máximo de 15 dias de antecedência à realização da prova. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos/motivos.

- Seguro desportivo

A organização contratualiza os seguros obrigatórios, conforme o Decreto-Lei nº 10/2009 de 12 de Janeiro, para este tipo de prova, estando o seu prémio incluído no valor da inscrição.

- a) Morte - € 27.087;
- b) Despesas de funeral - € 2.167;
- c) Invalidez permanente absoluta - € 27.087;
- d) Invalidez permanente parcial - € 27.087, ponderado pelo grau de incapacidade fixado;
- e) Despesas de tratamento e repatriamento - € 4.335

O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas. A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno (24h) para efetivar a participação ao seguro.

- Material obrigatório trail

Telemóvel;
Manta térmica;
Apito;

- Material recomendado trail e caminhada

Corta-vento (dependendo das condições climatéricas)
Mochila tipo “camelbak” ou cinto;
Copo (não são fornecidos copos nos abastecimentos)

- Penalizações

Uma hora de penalização para cada item em falta, relativo ao material obrigatório.

- Ajuda Externa

Não será permitida qualquer ajuda externa, pelo que o atleta deve estar consciente da sua condição física

- Colocação do dorsal

O dorsal (número do atleta) é pessoal e intransmissível. O dorsal do atleta deve ser usado à frente do corpo e em local facilmente visível aos elementos da organização e demais entidades que apoiam e/ou colaboram com a mesma.

Em caso de desistência, desqualificação ou barramento horário o atleta é obrigado a entregar o dorsal à organização.

- Regras conduta desportiva

O comportamento inadequado, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou de qualquer outra espécie, assim como deixar lixo nos trilhos não será tolerado e dará direito à desqualificação. Será comunicado às autoridades sempre que o ato seja merecedor de tal.

- Desclassificações

Será desclassificado o atleta que:

- Não cumpra o percurso estipulado;
- Não siga as indicações de elementos da organização ou colaboradores;
- Tenha alguma conduta antidesportiva;
- Tenha alguma conduta poluidora;

A organização impedirá em futuras edições as inscrições de participantes que sejam abrangidos nestes dois últimos pontos.

- Responsabilidade

Todos os participantes serão cobertos por seguro de acidentes pessoal obrigatório por lei.

Os participantes serão responsáveis de todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais ou de saúde a si mesmos e/ou a terceiros.

A organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência, roubo, assim como dos objetos e valores de cada participante.

A prova terá travessia de estradas. Os atletas são responsáveis pela circulação na via pública cumprindo as regras do código de estradas.

Em caso de acidente o atleta sinistrado deve dar conhecimento à organização, via e-mail ou telefone nas 24 horas seguintes ao incidente, para que seja informado como proceder para acionar o seguro.

A inscrição nas provas implicará total aceitação do presente regulamento.

3. CLASSIFICAÇÕES

- Entrega de lembranças

Cerimónia:

27 de Novembro às 12h30m (local a designar)

- Categorias

As categorias etárias para o trail serão definidas automaticamente em função dos dados disponibilizados pelos participantes no ato da inscrição.

O escalão será atribuído conforme regra da ATRP

- Classificações

A atribuição de lembranças será conforme tabela abaixo

Haverão os seguintes escalões:

- Seniores Masculinos M-SEN (18 a 39 anos)
- Veteranos Masculinos M-40 (40 a 49 anos)
- Veteranos Masculinos M-50 (+ de 50 anos)
- Veteranos Masculinos M-60 (+ de 60 anos)
- Seniores Femininos F-SEN (18 a 39 anos)
- Veteranos Femininos F-40 (+ de 40 anos)
- Veteranos Femininos F-50 (+ de 50 anos)
- Veteranos Femininos F-60 (+ de 60 ano)

- Geral Masculina e Feminina

Classificação para as 3 primeiras equipas (pontuam os 3 atletas melhor classificados)

- Lembranças

No 1º Trail Pobo de Miranda são homenageados os 3 primeiros classificados de cada escalão, os 3 primeiros da geral Masculina e Feminina, assim como as 3 primeiras equipas

4. INFORMAÇÕES GERAIS

- Local da prova

Miranda do Douro

- Direitos de imagem e publicidade

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.

- Proteção de dados

Todo o participante, ao formalizar a sua inscrição, autoriza a publicação dos seus dados pessoais necessários ao desenrolar da prova, seja nas listas oficiais, em meios de comunicação e/ou internet, assim como, o seu uso para envio de informação relativa aos eventos da Confraria Trotamontes, incluindo posteriores edições. Igualmente autoriza que as imagens recolhidas (fotografia ou vídeo) possam ser utilizadas de forma intemporal em qualquer ação publicitária, com o único fim de promoção e divulgação do evento.

- Modificações

Estas regras podem ser editadas, alteradas ou melhoradas a qualquer momento pela entidade organizadora, sem aviso prévio. O facto de realizar a sua inscrição implica a aceitação do presente regulamento.

5. CASOS OMISSOS

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

A Organização do Trail Pobo de Miranda