

V Edição – Trail dos Espigueiros

08 e 15 de Agosto de 2021

REGULAMENTO (Versão atualizada a 28/07)

1. ORGANIZAÇÃO E ÂMBITO

A 5.ª Edição do “Trail do Rota dos Espigueiros” é um evento de Trail Running, organizado pela ARCAPA - Caparrosinha. Decorre em Caparrosinha, freguesia de Caparrosa – Silvaes, no concelho de Tondela e integra três momentos:

Dia 08 de agosto:

Trilho Prio Energy- 25k 1000 D+

Trilho Coplusa Construções - 14K 450D+

Dia 15 de agosto

Caminhada BPI- 12K

1.2 Idade mínima e máxima de participação nas diferentes provas

Para participar no **Trilho Prio Energy 25K**, a idade mínima dos participantes é de 18 anos, na prova **Trilho Coplusa Construções 14K**, a idade mínima são 16 anos.

Caminhada BPI: Idade mínima 12 anos

A idade máxima é de 75 anos. No entanto, e por razões de seguro desportivo, acima dos 70 anos está sujeita a particularidades das coberturas (ver seguro desportivo, ponto 2.11)

1.2.1 Inscrição Regularizada

A inscrição na 5.ª Edição do “Trail Rota dos Espigueiros” implica compreender e aceitar sem reservas as regras e o regulamento da prova.

Nomeadamente:

- Proceder ao pagamento da respetiva taxa de inscrição.
- Respeitar a Natureza, tentando mantê-la o mais próximo possível do estado anterior ao evento;
- Respeitar as regras de segurança, colocando este aspeto sempre em primeiro lugar, relativamente ao competitivo.

1.2.2 Condições Físicas

Os participantes devem:

- Estar conscientes da distância e das particularidades da prova em que vão participar e estarem suficientemente treinados para concluírem a mesma.

- Os participantes terão de saber enfrentar problemas físicos e mentais resultantes da fadiga, problemas digestivos, articulares e dores musculares.

- Ter a consciência de que não é papel da organização ajudar um participante a ultrapassar estes problemas e que tal depende principalmente da sua capacidade em se adaptar às situações problemáticas decorrentes deste tipo de evento.

1.2.4 Colocação do peitoral

- O peitoral deve estar permanentemente visível durante toda a prova, ou seja, deve ser posicionado sobre a roupa, na zona do peito ou do abdómen e não pode ser, por qualquer razão, fixado sobre a perna ou nas costas. O nome e o logótipo dos patrocinadores não podem ser modificados ou escondidos.

1.2.5 Regras de conduta desportiva

- A 5.ª Edição do “Trail Rota dos Espigueiros”, é um evento que promove e privilegia, acima de tudo o fair-play e o contacto com a Natureza e a Ruralidade!

- É fundamental que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo e alertem o posto de controlo mais próximo ou contactem a organização através do número disponibilizado no dorsal;

- A entidade organizadora reserva-se o direito de excluir da corrida, mesmo antes do seu início, qualquer participante que, através do seu comportamento, condicione a gestão e/ou o bom funcionamento do evento. Caso isso aconteça, o atleta não será reembolsado.

- As condutas antidesportivas serão sancionadas de acordo com o seu grau de gravidade, conforme o estipulado no artigo 2.8

2 DEFINIÇÃO / A PROVA

2.1 Apresentação das provas / Organização

- Devido a razões logísticas a 5ª Edição do “Trail Rota dos Espigueiros ” é limitado a 800 participantes no total das 2 provas e caminhada.

Distribuição dos participantes:

Trilho Prio Energy- 25k- 200 participantes – tempo limite prova : 5 Horas

Trilho Coplusa Construções- 14K- 300 participantes - tempo limite prova : 3 Horas

Caminhada BPI-12K - 300 participantes

- A entidade organizadora reserva-se ainda ao direito de reduzir o número de vagas por razões de segurança ou por qualquer outro motivo que possa afetar o bom funcionamento da prova.

Todas as alterações serão anunciadas com a devida antecedência no website oficial e redes sociais.

-

2.2 Programa / Horário

Abertura de inscrições

01 de junho de 2021

Data limite para inscrições

31 de julho de 2021

Secretariado (sede da ARCAPA- CAPARROSINHA)

6.ª feira - 6 de Agosto de 2021

20:00 – às 22.00h – Sede da ARCAPA - Caparrosinha

Sábado - 07 de agosto de 2021

20:00 – às 22.00 - Sede da ARCAPA - Caparrosinha

Domingo, 08 de agosto de 2021 (dia das Provas)

07:00h – Check-in e levantamento dos dorsais

08h15 - Partida dos atletas do Trilho Prio Energy - 25K

09h00 – Partida dos Atletas do Trilho Coplusa Construções - 14K

12.30h – Previsão para a cerimónia de entrega de prémios

Sábado- 14 de agosto

20:00 – às 22.00 - Sede da ARCAPA - Caparrosinha

Domingo- 15 de agosto (dia da Caminhada)

08:00 às 09h- sede da ARCAPA- Caparrosinha

9:15h - Partida da caminhada

2.3 Postos de controlo

Os postos de controlo são pontos obrigatórios de passagem e estão localizados em locais delineados pela organização. Em cada um destes controlos estará um responsável da organização.

Não controlar um ou mais pontos de controlo, levará à desclassificação do participante.

Na eventualidade de um acidente ou lesão em que o participante esteja imobilizado e não consegue alcançar um posto de controlo/abastecimento, deve ativar a operação de salvamento, entrando em contacto com a organização.

O número de contacto da organização, para efeitos de emergência, estará impresso no peitoral do participante e deverá ser igualmente gravado antecipadamente no telemóvel do participante.

2.4 – Situações Imprevistas

A organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição dos postos de controlo / abastecimento, sem aviso prévio. Em caso de condições climáticas fortemente adversas, ou outros fenómenos incontroláveis, como por exemplo incêndios, a partida pode ser atrasada no máximo duas horas, período após o qual, a prova é cancelada. Não haverá direito a reembolso.

Durante a prova, em caso de mau tempo, e por razões de segurança, a organização reserva-se o direito de modificar as barreiras horárias e, ou, de suspender, reduzir, neutralizar ou parar a prova. Não haverá direito a reembolso.

2.4 Locais de abastecimento

Os postos de abastecimento irão disponibilizar aos participantes comida e bebida para ser consumida no local. Cada participante deverá certificar-se, ao deixar cada posto de abastecimento, que tem a quantidade de bebida e comida necessária para alcançar o próximo abastecimento.

NOTA IMPORTANTE: Os participantes devem entrar nos postos de abastecimento com a máscara colocada, levantar o que pretendem e alimentar-se cerca de 15 metros à frente, em zona preparada para o efeito.

É fundamental que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo, alertem o posto de controlo mais próximo e/ou contactem a organização.

3 Material obrigatório

Material fortemente recomendado

Apito - recomendado

Telemóvel **Obrigatório**

Manta térmica - recomendado

Garrafa/depósito com líquidos – **Obrigatório**

Porta-resíduos, integrado ou não na mochila **Obrigatório**

Boné - Recomendado

Protetor solar – Recomendado

3.1 Penalizações/ desclassificações

A direção da prova e os chefes de controlo presentes nos controlos são responsáveis pela aplicação das regras e regulamento que regem a prova, e por isso estão autorizados a aplicar as penalizações e desclassificações estabelecidas na tabela abaixo.

Infração Sanção a aplicar

Infração	Sanção a aplicar
Não prestar assistência a um participante que esteja a necessitar de ajuda	Desclassificação
Abandonar a prova sem avisar a organização	Desclassificação
Partilhar o peitoral com outra pessoa, durante parte ou na totalidade do percurso	Desclassificação
Utilizar caminhos que não os sinalizados para a prova, atalhando intencionalmente o percurso	Desclassificação
Utilizar transporte não autorizado (boleia)	Desclassificação
Faltar gravosamente ao respeito para com a organização ou outros participantes (agressão ou insulto)	Desclassificação
Retirar sinalização do percurso	Desclassificação
Desobedecer às medidas de segurança indicadas pela organização e entidades associadas	Desclassificação
Falhar um ou mais postos de controlo	Desclassificação
Perda do peitoral	Desclassificação
Atirar lixo para o chão e/ou danificar o meio envolvente	Desclassificação
Não utilizar o material obrigatório	Desclassificação

3.1.2 Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

Uma vez que não haverá corte de tráfego rodoviário, os participantes devem cumprir com as regras de trânsito em estradas de uso público, assim como respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

3.1.3 Responsabilidade perante o atleta / participante

Os participantes inscritos na 5.ª Edição do Trail Rota dos Espigueiros aceitam participar voluntariamente e sob a sua própria responsabilidade na competição. Por conseguinte concordam em não reclamar ou exigir à organização, colaboradores, autoridades, patrocinadores e outros participantes de qualquer responsabilidade com os mesmos e seus herdeiros, em tudo o que exceda a cobertura das suas responsabilidades, da dos seus colaboradores e participantes.

3.1.4 Seguro desportivo

O organizador subscreve um seguro de responsabilidade civil e de acidentes pessoais, de acordo com o exigido por LEI. A franquia do seguro de Acidentes Pessoais é de 90€, a cargo dos participantes.

Em caso de acidente, o participante deverá, em primeiro lugar, contatar a organização, a qual providenciará o seu encaminhamento para a instituição médica mais adequada ao seu estado de saúde.

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.

A organização não assumirá participação de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro- (tempo máximo de 24 horas.)

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.

4 INSCRIÇÕES

4.1 -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: rotadosespigueiros2011@gmail.com

4.2 Valores e períodos de inscrição

As taxas de inscrição são as seguintes:

01 de junho a 20 de julho

Caminhada- 6€

Trilho das Tradições – 12€

Trilho do Dinha – 15€

21 de julho a 31 de julho (caminhada até 07 de agosto)

Caminhada- 7€

Trilho das Tradições – 15€

Trilho do Dinha – 18€

1..1 Kit incluído com a inscrição do Trail

Peitoral

Prémio de participação/lembranças do evento

T-shirt técnica

1..1 Serviços disponibilizados

Abastecimento de sólidos e líquidos, enquanto em competição, nos postos assinalados.

Balneários

NOTA: Por motivos da COVID 19, não é permitido tomar duche nos balneários!

5 CATEGORIAS E PRÉMIOS (14k e 25K)

5.1 Definição da data, local e hora da entrega dos prémios

As diferentes duas provas serão ganhas pelos concorrentes que somarem o menor tempo no final das mesmas.

Para as duas provas, somente os participantes que controlarem todos os postos de controlo serão classificados.

Não haverá prémios monetários.

É obrigatória a presença dos premiados na cerimónia de entrega de prémios.

A organização não enviará troféus, prémios de chegada, nem quaisquer outros elementos por correio postal ou outro meio de distribuição.

Serão atribuídos troféus aos 3 primeiros classificados da geral masculina e feminina e Troféus aos 3 primeiros classificados Masc/Fem dos escalões de Séniores, Vet. 40 e Vet. 50 de ambas as provas.

Qualquer situação omissa no regulamento será decidida pela organização e não terá direito a apelo.

O participante declara ao inscrever-se que leu o regulamento e está ciente do tipo de evento onde irá participar ilibando a organização de qualquer responsabilidade pela sua participação.

Este regulamento pode ser alterado até 48h antes do início do evento e pode vir a conter alterações resultantes da situação pandémica que vivemos.

6. CONTACTOS

A organização disponibiliza-se para eventuais esclarecimentos, através do email rotadosespigueiros2011@gmail.com