

REGULAMENTO

- 1. ORGANIZAÇÃO:** a Secção de Atletismo Trilhos da Maça do Clube Desportivo de Leomil organiza, no dia **17 de setembro de 2022**, em colaboração com **Município de Moimenta da Beira, Freguesia de Leomil e Associação de Atletismo de Viseu**, um Trail Longo, um Trail Curto, um Mini Trail, Corridas Jovens e uma Caminhada; todas integradas num evento desportivo: **5º TRAIL SERRA DE LEOMIL – O TRAIL DAS MAÇAS**. É simultaneamente disputado o **1.º Campeonato Distrital de Viseu de Trail**, prova que se rege por regulamento próprio. Este Evento integra o Programa de Festas do Município de Moimenta da Beira - **EXPODEMO 2022**.
- 2. PARTICIPAÇÃO:** está aberta a todo o publico, federados ou populares, em representação individual ou coletiva (Escolas, Clubes, Associações Desportivas, etc.) sem distinção de sexo ou nacionalidade, depois de devidamente inscritos. **O 5º TRAIL SERRA DE LEOMIL PROMOVE A IGUALDADE DE GÉNERO!**
- 3. COMPROMISSO AMBIENTAL:** a organização do **5º TRAIL SERRA DE LEOMIL – O TRAIL DAS MAÇAS** consciente da importância de preservar o meio ambiente, pretende reduzir ao mínimo a PEGADA ECOLÓGICA deixada por este evento.
A organização vai usar, sempre que possível, material biodegradável, reutilizável e reciclável, **não disponibilizando água em garrafas de plástico**. A marcação da prova, será removida nos dias seguintes ao Evento, assim como a limpeza dos percursos. A comunicação por papel vai ser reduzida ao estritamente necessário.
- 4. CARACTERIZAÇÃO DAS PROVAS:** disputam-se, em simultâneo, as seguintes atividades:
Trail Longo - com características de montanha, na distância aproximada de **22 Km**, destinada a atletas, nascidos em 2004 ou antes (**esta prova tem o tempo limite de realização de 3.30h**);
Trail Curto - com características de montanha, na distância aproximada de **14 Km**, destinada a atletas nascidos em 2004 ou antes;
Mini Trail – 8 km, para iniciantes na corrida, com um percurso muito acessível, realizado essencialmente por entre pomares de macieiras, destinada a atletas nascidos em 2004 ou antes;
Corridas Jovens - Conjunto de provas de atletismo para os mais novos, em distâncias adaptadas aos diferentes escalões etários.
Caminhada - não competitiva, com a distância de **8 km**.
Dados dos Trail's - Disponíveis atempadamente em [Trail Serra de Leomil | Facebook](#).
- 5. ESCALÕES ETÁRIOS E DISTÂNCIAS:** * O escalão etário será determinado pelo ano de nascimento.

ESCALÃO*	SEXO		IDADES	ANOS NASCIMENTOS	DISTÂNCIAS
Benjamins	M	F	08 aos 11 anos	2011, 2012, 2013 e 2014	800 metros (1 volta)
Infantis	M	F	12 a 13 anos	2009 e 2010	1.000 metros (1 volta)
Iniciados	M	F	14 a 15 anos	2007 e 2008	2.000 metros (2 voltas)
Juvenis	M	F	16 a 17 anos	2005 e 2006	3.000 metros (3 voltas)
Seniores	M	F	Dos 18 aos 39 anos	1983 a 2004	8 / 14 / 22 km
Veteranos 40	M	F	Dos 40 aos 49 anos	1973 a 1982	
Veteranos 50	M	F	Dos 50 aos 59 anos	1963 a 1972	
Veteranos 60	M	F	+ de 60 anos	1962 e anteriores	

6. **SECRETARIADO:** aberto, a partir das 10 horas do dia da prova, até às 14.30 horas, no Largo Dr. António Seves, na Vila de Leomil, à frente do pórtico de chegada.
7. **CONTROLO DE PARTIDA:** a anteceder as partidas, será feito um controlo de dorsais e equipamento dos concorrentes, devendo os mesmos apresentar-se com equipamento apropriado para uma competição destas características, bem como afixarem no peito, com recurso a 4 alfinetes do próprio concorrente, o dorsal, sem dobrar, rasgar ou ocultar qualquer dado ou patrocinador que nele conste, sendo impedida a participação a todo o concorrente que não cumpra com o estipulado neste regulamento. **Todos os participantes devem trazer o seu próprio recipiente/reservatório para abastecer nos postos disponíveis para o efeito.**
8. **MATERIAL RECOMENDADO:** telemóvel, apito e reservatório para líquidos (não há disponibilização de água em garrafas de plástico).

9. PROGRAMA

TRAIL LONGO, TRAIL CURTO, MINI TRAIL e CAMINHADA - A partida e a chegada são em locais diferentes pelo que a organização assegura o transporte, de atletas e caminheiros, de Leomil para Moimenta da Beira, onde será dada a partida. O referido transporte será efetuado a partir das 14h00.

10h00 – 14h30	Secretariado – Largo Dr. António Seves (Leomil)
14h00 – 15h00	Transporte de atletas e caminheiros para Moimenta da Beira
15h30	Trail Longo (Moimenta da Beira)
15h35	Trail Curto e Mini Trail (Moimenta da Beira)
15h37	Caminhada (Moimenta da Beira)
15h50	Corridas Jovens em Leomil
19h00	Entrega dos prémios (Leomil)
19h30	Jantar convívio (Leomil)

CORRIDAS JOVENS a realizar em Leomil.

15h50	Benjamins (M / F)
16h00	Infantis, Iniciados e Juvenis (M / F)

10. **PERCURSO:** sinalizado com fita de cor a definir ou placas com setas nas mudanças de direção, obrigando-se os atletas a seguir as marcações colocadas pela organização.
11. **ABASTECIMENTOS:** Como se trata de um conjunto de Provas realizadas em plena Natureza, não serão fornecidas garrafas de água. Evitaremos sempre que possível a utilização de plástico. Assim, todos os participantes devem trazer o seu próprio recipiente/reservatório para abastecer nos postos disponíveis para o efeito.
- TRAIL LONGO** - 3 postos de abastecimento de líquidos e 2 postos de abastecimento com líquidos e sólidos (km a definir).
- TRAIL CURTO** - 2 postos de abastecimento de líquidos e 1 posto de abastecimento com líquidos e sólidos (km a definir).
- MINI TRAIL** - 2 postos de abastecimento de líquidos (km a definir).
- CORRIDAS JOVENS** - 1 posto de abastecimento de líquidos no final das respetivas provas.
- CAMINHEIROS** - 2 postos de abastecimento de líquidos (km a definir).

12. INSCRIÇÕES: As inscrições encerram às 24 horas de 14 de setembro de 2022 (4ª feira anterior à realização da prova).

As inscrições deverão ser feitas, via internet, de acordo com o prazo acima referido e valores abaixo indicados, preenchendo o formulário de inscrições disponível em [Meu Tempo - Home](#)

A concretização da inscrição corresponde a uma declaração de aptidão física e psicológica por parte do atleta.

Nota sobre a proteção de dados:

a) O Clube de Atletismo de Leomil transfere para a entidade *Meu Tempo* toda a responsabilidade no que diz respeito à proteção de dados pessoais de todos os atletas inscritos, dado que é esta entidade que vai fazer a gestão dos dados para o evento 5.º Trail Serra de Leomil.

b) Os dados pessoais cedidos pela empresa *Meu Tempo* ao Clube Desportivo de Leomil para efeitos de contratualização de apólice de seguro serão eliminados um mês após a realização do 5.º Trail Serra de Leomil e só serão utilizados para esse efeito. Assim, os atletas que se inscreverem na prova aceitam, automaticamente, esta condição.

Valores e taxas:

Participantes nas CORRIDAS JOVENS e Caminheiros até 6 anos	Grátis
Caminheiros sem jantar	€ 5,00
Caminheiros com jantar	€ 12,00
Trail (mini, curto e longo) Inclui jantar	€ 15,00
Inscrição no jantar para acompanhantes (grátis até 6 anos)	€ 10,00

IMPORTANTE

1- A ausência ou desistência do participante da atividade não lhe confere o direito à devolução da verba correspondente à taxa de inscrição.

2- O processo de inscrição é totalmente automatizado pelo que o respetivo programa não valida qualquer pedido de inscrição sem o pagamento da mesma assim como pedido de inscrição efetuado para lá do prazo previsto para o seu encerramento. Qualquer alteração da inscrição, deve ser realizada até à data limite de 14 de setembro de 2022.

13. SEGURANÇA: A organização, em colaboração com as autoridades, procurará controlar o tráfego automóvel no decurso da prova não se responsabilizando, no entanto, por qualquer acidente sofrido pelos atletas. Declina igualmente qualquer dano que a participação possa causar, quer aos concorrentes, a si mesmo, quer a outros participantes, incluindo elementos estranhos à competição.

14. SEGURO DESPORTIVO: Todos os atletas encontram-se cobertos por apólice de seguros de acidentes pessoais, válida para qualquer acidente que ocorra no decurso da sua participação no **5º TRAIL SERRA DE LEOMIL**.

15. ALTERAÇÕES: A Organização reserva-se o direito de realizar as modificações que considere necessárias em função das diferentes condicionantes e da segurança dos participantes, bem como suspender a atividade se as condições meteorológicas assim o recomendarem ou por motivos de força maior. Qualquer modificação será devidamente afixada em painel informativo colocado no secretariado, local da partida ou nos pontos de controlo ao longo do percurso.

16. COMPORTAMENTO DESPORTIVO E SANÇÕES: serão desclassificados os Atletas que não prestem auxílio a qualquer acidentado, não cumpram o percurso estipulado, não passem num ou

mais pontos de controlo, excedam o tempo limite de realização no Trail Longo, desobedeçam às orientações de segurança da organização, retirem sinalização do percurso.

Os Atletas/Caminheiros são obrigados a transportarem o seu próprio lixo até ao posto de abastecimento seguinte onde se encontram reservatórios para o efeito.

Qualquer atitude que origine um falsear da verdade desportiva por parte de algum atleta será punida com a desclassificação.

Aos atletas em causa poderá ser vedada a participação em futuras edições da prova.

17. PRÉMIOS:

- Medalha Finisher a todos os Atletas e Caminheiros que terminem a prova;
- Lembranças a todos os **Atletas - MERENDA REGIONAL DO JUDEU**: pão, chouriça, garrafa de vinho e maçãs (excluem-se os atletas jovens e caminheiros);
- Troféu aos três primeiros classificados da Geral dos respetivos TRAIL LONGO E CURTO;
- Medalhão aos cinco primeiros classificados do MINI TRAIL;
- Medalhão aos três classificados de cada Escalão (**CORRIDAS JOVENS, TRAIL CURTO E TRAIL LONGO**);
- Troféu às cinco primeiras equipas dos Trail's;
- Prémios monetários, aos melhores classificados da geral (M / F) no **TRAIL LONGO** e equipas, segundo a seguinte tabela:

Tabela de prémios monetários do TRAIL LONGO e EQUIPAS

	1º	2º	3º	4º	5º
Geral Masculina e Trail Longo	70€ + Troféu	60€ + Troféu	50€ + Troféu	40€	30€
Geral Feminina Trail Longo	70€ + Troféu	60€ + Troféu	50€ + Troféu	40€	30€
Equipas*	150€ + Troféu	100€ + Troféu	80€ + Troféu	60€+ Troféu	50€+ Troféu

NOTAS.

- No **MINI TRAIL**, apenas haverá classificação geral, sendo atribuídos medalhões aos 5 primeiros classificados (M/F).
- **TRAIL LONGO E TRAIL CURTO**, medalhão aos três primeiros classificados de cada escalão, segundo ponto 5.
- **CLASSIFICAÇÃO COLETIVA DOS TRAIL'S**, obtida pela soma de pontos dos primeiros 5 atletas de cada clube*, em todos os Trail's (Mini Trail, Trail Curto e Trail Longo), segundo a sua classificação na geral desse Trail (Feminina e Masculina) de acordo com o seguinte sistema de pontuação: 10 pontos ao vencedor, 9 pontos ao 2º, 8 pontos ao 3º até 1 ponto ao 10º e seguintes. Troféu às 5 primeiras equipas. Para que uma equipa conste da classificação coletiva final deverá apresentar um mínimo de 5 atletas classificados, no conjunto dos três Trail's.

Classificação	1.º	2.º	3.º	4.º	5.º	6.º	7.º	8.º	9.º	10.º e seguintes
Pontuação	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

Após a soma dos pontos dos cinco atletas melhor classificados de cada equipa/clube será feita uma ordenação decrescente de pontuação sendo considerada vencedora a equipa mais pontuada.

* Apenas uma equipa por clube.

- ENTREGA DE PRÉMIOS:** A cerimónia de entrega de prémios terá lugar antes do jantar-convívio, a realizar no Largo Dr. António Seves, na Vila de Leomil, sendo obrigatória a presença dos atletas premiados na referida cerimónia. O direito aos prémios prescreve com o encerramento do evento (coincidente com a última entrega de prémios).

19. DIREITOS DE IMAGEM: A Organização reserva-se o direito de efetuar registos fotográficos ou vídeo do evento e sua utilização para a divulgação do mesmo, na presente ou futuras edições, bem como outros eventos de cariz desportivo e social da sua autoria, sendo de sua propriedade os referidos registos e somente serão utilizados para os fins referidos. Assim, os participantes, ao efetuarem a inscrição dão, automaticamente, consentimento para a utilização da sua imagem para os fins referidos, por um período, de 5 anos, de forma gratuita.

O participante pode a qualquer momento, após realização da prova, retirar o consentimento da sua utilização, ou definir outro período para a utilização da sua imagem, bastando para tal enviar um email para - escoladeatletismo.cdl@com.

As fotos do Evento ficarão disponíveis nos dias seguintes à realização do mesmo, em <https://www.facebook.com/escoladeatletismo.cdl>.

20. ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO: Todos os participantes, pelo facto de efetuarem a sua inscrição, aceitam o presente regulamento.

21. CASOS OMISSOS: Todos os casos omissos serão analisados pela Organização, tendo como base o presente documento bem como o Regulamento Geral de Atletismo da Federação Portuguesa de Atletismo.

22. INFORMAÇÕES PARA O DIA DA PROVA

COMO CHEGAR

À VILA DE LEOMIL (Moimenta da Beira, Viseu) Coordenadas do local Largo Dr. António Seves, Vila de Leomil - Lat./Long. - 40°59'05.7"N 7°39'11.1"W ou 40.98491964555945 -7.653074562549591.

DUCHE E SANITÁRIOS

Para todos os participantes, possibilidade de tomarem duche quente após a competição, nos balneários do Pavilhão Municipal de Moimenta da Beira (a 4 km de Leomil)

JANTAR PARA TODOS OS PARTICIPANTES

A encerrar a atividade será servido o jantar/convívio para todos os Atletas, Caminheiros com jantar e acompanhantes que se inscrevam no mesmo, a partir das **19.30 horas**, no Largo Dr. António Seves, na Vila de Leomil.

FESTA - EXPODEMO 2022

Depois do jantar, convidamos todos os participantes, família e amigos a visitar a grandiosa **EXPODEMO 2022**, bem como a assistir aos diferentes espetáculos de rua.

DORMIR E COMER

Para todos aqueles que desejem conhecer a beleza do concelho de Moimenta da Beira, visitar a nossa Grandiosa **EXPODEMO 2022** e aqui desejem ficar de 17 para 18 de setembro, para além do Hotel, das casas de turismo cuja informação disponibilizamos, **existe também a possibilidade de pernoitarem no Pavilhão Municipal de Moimenta da Beira.**

HOTELARIA

Hotel Verdeal (****) Contactos: Tel. 254 584 061/2 Fax. 254 584 063 Tlm. 934 501 320 Facebook hotelverdeal@gmail.com www.hotel-verdeal.com	Solar dos Correia Alves Turismo de Habitação Largo Terreiro das Freiras 3620 – 356 Moimenta da Beira Telefone: 254 584 020 / Fax: 254 584 007/ e Telem. 919 238 617 Facebook www.solardoscorreiaalves.home.sapo.pt solardoscorreiaalves@sapo.pt
Moinhos da Tia Antoninha Espaço Rural Lugar do Cabeço de Lebrais 3620-163 Leomil MBR Telf: 254 588 095 Telem: 967 616 495 www.moinhostiaantoninha.com info@moinhostiaantoninha.com	Pico do Meio Dia Av. 25 de Abril 3620-304 Moimenta da Beira Contactos: 254 582 381 / 938 447 133 E-mail - picodomeiodia1@gmail.com
Quinta Sul América Casa de Campo Bungalows Estrada M 519 na direção de Moimenta da Beira à freguesia de Castelo Telemóveis 966 125 887 / 961 200 060; quinta_sulamerica@hotmail.com	Casa do Monge Rua dos Malmequeres, 6 – Sever 3620-504 Moimenta da Beira Telf. 968 628 069 / 968 427 503 casadomonge@gmail.com www.casadomonge.com
Casa da Legião Rua do Curcial 3620-480 Sarzedo Telef/fax: 254 584 020 Tlm: 919 238 617 / 919 439 663 casadalegiao@sapo.pt www.casadalegiao.no.sapo.pt	Quinta da Regada do Moinho Avenida Álvaro Almeida, 3 3620-490 Segões Tel/Fax: 232 607 188 Tlm: 968 700 924 Tlm: 966 570 267 Facebook geral@quintadaregadadomoinho.com www.quintadaregadadomoinho.com
Pensão Santos Av. 25 de Abril 3620 Moimenta da Beira Contactos: 254 529 068	Novo Horizonte Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, N.º 6 3620-305 Moimenta da Beira Contactos: 254 582 432
Parque de Campismo e Caravanismo da Barragem de Vilar Morada: Barragem de Vilar 3620-520 Vilar – Moimenta da Beira Contactos: Tel. 965 232 861 parquecampismovilar@gmail.com	Pico de Meio Dia Av. 25 de Abril, 95 - 3620-304 Moimenta da Beira Lat./Long. - 40,984869 -7,617804 Tel: 254 582 381/ 938 447 133 picodomeiodia1@gmail.com

RESTAURAÇÃO

Barraquinhas e tasquinhas na EXPODEMO 2019 entre os dias 15, 16,17 e 18 de setembro.	
Churrasqueira Estrelas do Demo Rua Professor Cardoso Inácio 1 3620-337 Moimenta da Beira Lat./Long. - 40,976425 -7,612501	Detalhes de Sonho, Salgados e Pastelaria, Lda Rua Drª. Lilaz Carriço, Lote 1 - 3620-309 Moimenta da Beira Lat./Long. - 40,97257 -7,610012 Tel: 934 703 789
Hamburgueria e Pizzaria Atlântida Av. Dr. João Lima Gomes, lote 3, r/c esq. 3620-368 Moimenta da Beira Lat./Long. - 40,985675 -7,616195 Tel. 254 583 154	Hotel Verdeal - Peto Real Quinta do Verdeal, 3620-000 Moimenta da Beira Lat./Long. - 40,965512 -7,599386 Tel: 254 584 061/2 934 501 320 hotelverdeal@gmail.com e www.hotel-verdeal.com
Restaurante Araguaia Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, 68 3620-305 Moimenta da Beira Lat./Long. - 40,971871 -7,606802 Tel: 254 581 037 - omalizan72@hotmail.com	Restaurante Sol Nascente Av. Comendador Acácio Osório Cardoso, 2 3620-301 Moimenta da Beira Lat./Long. - 40,986375 -7,620081 Tel: 938 627 734
Restaurante Central de Camionagem Lugar da Sarzeda - Edifício Central de Camionagem 3620-325 Moimenta da Beira Lat./Long. - 40,978124 -7,614074 Tel: 254 529 088/ 968 556 426	Restaurante Horizonte Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, 4, 3620-305 Moimenta da Beira Lat./Long. - 40,97568 -7,611501 Tel: 254 584 160 r - restaurante.horizonte@hotmail.com
Restaurante Mexicano Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, 37 3620-305 Moimenta da Beira Lat./Long. - 40,974414 -7,608692 Tel: 961 832 045	Restaurante O Lavrador Rua Eng. Amaro da Costa 3620-306 Moimenta da Beira Lat./Long. - 40,985491 -7,628002 Tel: 254 583 115 - mlenecardoso@hotmail.com
Restaurante Pico de Meio Dia Av. 25 de Abril, 95, 3620-304 Moimenta da Beira Lat./Long. - 40,984869 -7,617804 Tel: 254 582 381/ 938 447 133 picodomeiodia1@gmail.com	Restaurante Prato Dourado Av. 25 de Abril, 68, 3620-304 Moimenta da Beira Lat./Long. - 40,980627 -7,614237 Tel: 254 583 257 / 914 901 845 prato.dourado@hotmail.com
Restaurante Rochinha Av. 10 de Junho, 5, 3620-382 Moimenta da Beira Lat./Long. - 40,977411 -7,615454 Tel: 254 583 250 / 964 832 475 / 964 555 016	Aquilino's Av. Dr. João Lima Gomes, lote 4 - lj B 3620-368 Moimenta da Beira Lat./Long. - 40,985835 -7,616015 Tel: 254 094 695
Restaurante São Francisco Alto São Francisco 3, 620-071 Arcozelos MBR	Pizzaria "Pinoquio" Rua General Humberto Delgado 3620 Moimenta da Beira

Lat./Long. - 40,957345 -7,582553 Tel: 254 582 678	Lat./Long. 40.977318, -7.614608 Tel: 254 581 376 Facebook
Restaurante "Coisas d'Aldeia" Largo da Feira nº 11, 3620 Moimenta da Beira Tel: 933 525 061 Lat./Long. 40.980145, -7.616403 E-mail: emiliana.pacheco.lucas@gmail.com -Facebook	Restaurante "O Chamiço" Avenida 25 de abril nº162, 3620-304 Moimenta da Beira Lat./Long.: 40.983873, -7.617005 Telf. 254 094 575
Restaurante "A Alma da Francesinha" Avenida da republica 3620 Moimenta da Beira Tel: 254 096 234 Lat./Long. 40.972053, -7.610746 E-mail: aalmadafrancesinha@gmail.com e Facebook	Moínhos da Tia Antoninha Lugar do Cabeço de Lebrais, 3620-198 Leomil Lat./Long. - 40,971992 -7,64727 Tel: 254 588 095 tiantoninha@sapo.pt www.moinhostiaantoninha.com
Churrasqueira, Take away - O Brasão de Leomil Av. 5 de Outubro, 43, 3620-171 Leomil Lat./Long. - 0,985084 -7,655113 Tel: 938364389 brasaodeleomil@hotmail.com	Restaurante O António N226 - Cruzamento Paraduça 3620-168 Leomil Lat./Long. - 40,993233 -7,668122 Tel: 254 586 431