



REGULAMENTO 2022

NOTA INTRODUTÓRIA

A **Junta de Freguesia de Gouveia**, irá realizar o **I Trail Montes de Sensações**, que consistirá numa prova com 12km, que passará por percursos fantásticos da Freguesia de Gouveia.

A prova, terá partida e chegada junto da Junta de Freguesia de Gouveia (Polo de S. Pedro) na Avenida 25 de Abril, nº 2 – 6290-554 Gouveia.

(<https://g.page/freguesiadegouveia?share>).

A todos os participantes neste evento recomendamos a leitura detalhada do presente Regulamento.

Tendo em conta a situação especial devido ao Covid-19, **se o evento for cancelado por razões alheias à vontade da organização**, aos atletas já inscritos serão dadas as seguintes hipóteses:

1. Transferência do valor da sua inscrição para a prova de 2023.
- ou
2. Reembolso do montante da inscrição (descontado do montante €1,50, de modo a permitir cobrir os gastos com o evento).

O presente regulamento está sujeito a alterações.

1. Condições de Participação

1.1. Idade para a participação na prova.

O *I Trail Monte de Sensações* é destinado apenas a atletas com idade maior ou igual a 18 anos no dia do evento.

1.2. Inscrição regularizada

A inscrição é considerada regularizada, após o preenchimento da ficha de inscrição online no site meutempo.pt, até às 23h59 do dia 22-04-2022 e o pagamento seja efetuado através dos métodos de pagamento disponíveis, gerado no momento da inscrição. Todos os participantes deverão regularizar o pagamento da inscrição até às 23h59 do dia 22-04-2022.

1.3. 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: o Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas (vento, calor, frio, nevoeiro e chuva)
- Saber gerir problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc.

1.4. Ajuda Externa

Não é possível que os atletas recebam ajuda externa, a não ser nos abastecimentos por membros da organização. Qualquer ajuda externa, que não a prestada pela organização, em toda a extensão da prova, exceto em situações de emergência, levará à desqualificação.

1.5. Colocação do Dorsal

O dorsal é pessoal e intransmissível. O dorsal do atleta deve estar em local facilmente visível aos elementos da organização e demais entidades que apoiam e/ou colaboram com a mesma. Em caso de desistência o atleta deverá entregar o dorsal à organização no secretariado da prova, comunicando dessa forma a sua desistência.

1.6. Regras e conduta desportiva

O comportamento inadequado, tais como, o recurso a linguagem ofensiva, a agressão verbal ou física assim como deixar lixo nos trilhos, não será tolerado e dará direito a desqualificação.

2. A Prova

2.1. Apresentação da prova / Organização

O **I Trail Montes de Sensações**, surge integrada nas tradicionais celebrações do Dia do Trabalhador. Com partida em frente à Sede da Junta de Freguesia, o percurso de 12km levará os participantes até ao alto do Curral do Negro para depois os voltar a trazer numa acutilante descida até ao centro da Cidade. No total serão mais de 400 metros de acumulado positivo. Com prémios para os 3 primeiros da geral, masculino e feminino, a prova oferecerá ainda t-shirt, medalha, almoço e duchas aos participantes, naquela que se quer uma Festa do Trail Running e em que quem vier será certamente absorvido por um Monte de Sensações!

A organização deste evento estará a cargo da Junta de Freguesia de Gouveia, com o apoio de várias Entidades, que serão brevemente divulgadas nas redes sociais, sendo as mesmas que ajudam a tornar este evento possível.

****NOTA:** A organização reserva o direito de alterar as distâncias se assim o entender ou necessitar.

A realização deste evento só é possível com a ajuda das dezenas de voluntários.

OBRIGADO A TODOS!

2.2. Programa/Horário

1 de Maio de 2022 (Domingo) *(Junta de Freguesia de Gouveia – Polo de S. Pedro)*

8h00 – Abertura do Secretariado

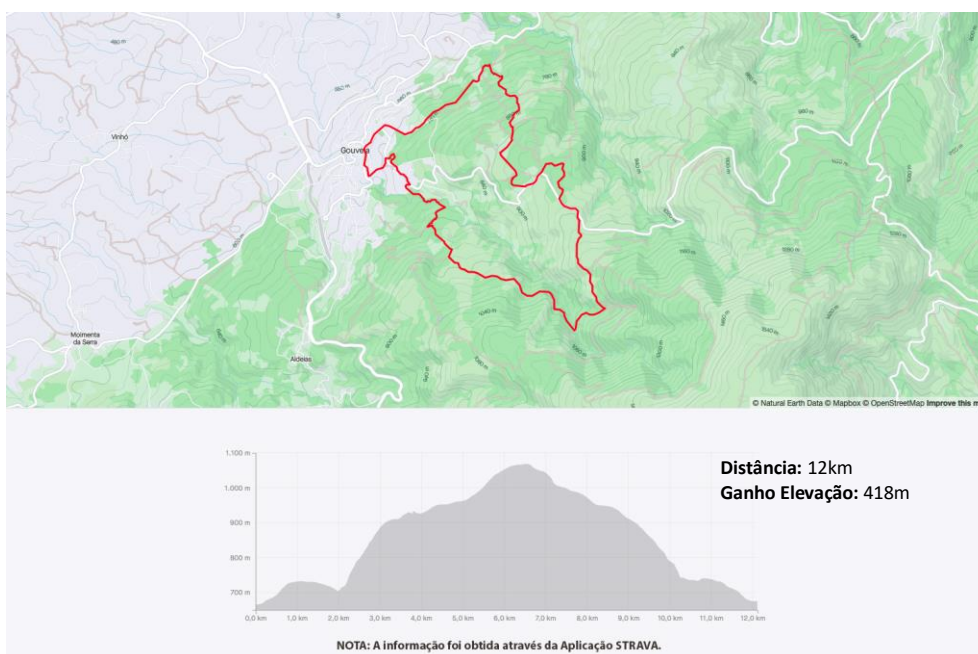
8h45 – Briefing da Prova

9h00 – Partida da Prova

13h00 – Almoço

15h00 – Entrega de Prémios

2.3. Distância/Altimetria e Mapa



2.4. Tempo Limite

O tempo limite será de 4h00.

Todo o participante que se retirar deverá avisar a organização do seu abandono, comunicando à mesma o seu nº de dorsal.

2.5. Posto de Controlo

O controlo intermédio estará em lugar a definir pela organização

2.6. Banhos

Brevemente disponível.

2.7. Locais dos Abastecimentos

Abastecimento (Sólidos/Líquidos) aos 3,8km.

Abastecimento (Sólidos/Líquidos) aos 12km (*Meta*)

A organização não colocará copos nos abastecimentos, devendo os atletas trazerem os próprios recipientes. É fundamental que os participantes ajudem qualquer pessoa em perigo, alertem o posto de controlo mais próximo e/ou contacte a organização. Os participantes devem acatar as decisões da organização e do pessoal médico especializado.

2.8. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

Alguns locais de passagem terão tráfego rodoviário, pelo que se alerta todos os atletas, o respeito e o cumprimento das regras dos pedestres. Haverá elementos da Junta de Freguesia e/ou membros do STAFF, nos pontos mais sensíveis, sendo que, no entanto, as estradas não serão cortadas ao trânsito automóvel, sendo da responsabilidade do atleta cumprir as normas do Código da Estrada. Os elementos da Junta de Freguesia/STAFF referidos, apenas vão avisar os atletas nas estradas dos perigos, sendo que os mesmos pontos vão estar devidamente sinalizados.

2.9. Responsabilidades perante o atleta/participante

A inscrição na prova implica total aceitação do presente regulamento. Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais, ou de qualquer outra natureza, a si mesmos e/ou a terceiros. A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente, de negligência, ou de roubo de objetos e/ou valores, de cada participante. Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de responsabilidade resultante dos atos acima descritos.

2.10. Seguro Desportivo

A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei para a realização deste tipo de provas. O prémio do seguro está incluído no valor da inscrição. **O pagamento da franquia (90€) do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas.** Qualquer acidente ou incidente, que ocorra durante o decorrer do percurso é da responsabilidade dos participantes, em tudo que exceder o risco coberto pelo seguro. A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro. (Tempo máximo de 24h após a hora de partida).

Os participantes com mais de 75 anos, de acordo com as Condições Particulares do Seguro, não estão salvaguardados por qualquer cobertura.

3. Inscrições

3.1. Processo de inscrição (local, pagamento)

As inscrições serão feitas através da plataforma meutempo.pt de acordo com normas por ali emanadas. O ato de inscrição é condição de aceitação das presentes normas de participação por parte do atleta. Para levantamento do dorsal será individual e documento de identificação.

3.2. Valor da inscrição

A inscrição terá um valor de 6€ e inclui: (Dorsal, Seguro, Abastecimentos, Almoço, T-Shirt, Medalha Finisher e Prémios não monetários para os três primeiros atletas da Geral Feminino e Masculino.)

3.3. Secretariado da Prova

Local: Junta de Freguesia de Gouveia (Polo S.Pedro)

Horário: 01/05/2022 – 8h00

4. Categorias e Prémios

Os três primeiros atletas do género Masculino e Feminino (Classificação Geral), da prova, receberão Troféus referentes à sua posição.

Os prémios serão entregues às 15h00, num local ainda a definir.

5. Direitos de Imagem

Ao inscrever-se na prova, os concorrentes renunciam aos direitos de imagem durante todos os atos do evento, nomeadamente a prova e as cerimónias protocolares. Durante a prova existirão fotógrafos, que irão documentar o evento e posteriormente, se os atletas assim o entenderem, poderão adquirir as fotografias.

6. Proteção de Dados

Os dados dos participantes indicados no formulário de inscrição serão registrados pela entidade organizadora e empresa meutempo.pt para efeitos de processamento no evento, nomeadamente, seguradora, lista de inscritos, notícias e classificação. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para montesdesensacoes@gmail.com.

7. Casos Omissos

Os casos omissos neste regulamento, serão resolvidos pela organização, de cuja decisão não haverá recurso. A organização reserva o direito de modificar o presente regulamento até à data do evento.

Gouveia, 4 de abril de 2022

A organização,