



MOUROS VERTICAL

4 KM • 700 D+

VILA DO CARVALHO COVILHÃ

SÁBADO
25.JUNHO.2022
9H00

PADRINHOS DA PROVA

NÁDIA
CASTELEIRO

FILIPPE
COSTA

TAÇA DE PORTUGAL SUB 23 SKYRUNNING
TROFÉU PROMOÇÃO SKYRUNNING
PROVA ABERTA

INSCRIÇÕES EM [MEUTEMPO.PT](https://meutempo.pt)

[FB.COM/TRAILTEAMVILADEMOUROS](https://fb.com/trailteamvilademouros)

Logos of sponsors and partners: Vila de Mouros, Covilhã, Loulé, Loulé 2022, Loulé 2023, Loulé 2024, Loulé 2025, Loulé 2026, Loulé 2027, Loulé 2028, Loulé 2029, Loulé 2030.

Mouros Vertical Regulamento

Atenção: Todos os atletas inscritos devem permanecer atentos ao facebook da prova, onde serão colocados todos os avisos oportunos que sirvam de complemento a este regulamento.

Se se justificar a organização procederá a ajustes no presente regulamento.

1. Enquadramento

O “Mouros Vertical” é um desafio de superação pessoal que pretende testar os limites dos atletas (“Train Hard Race Hardler”).

Com 700m de acumulado positivo, em cerca de 3,8 Km, percorre belos trilhos da Serra da Estrela, começando na praia fluvial da União de freguesias da Vila do Carvalho e Cantar Galo, na localidade da Vila do Carvalho situado no concelho da Covilhã, alcançando o topo denominado de Fraga Grande ou Cabeço do Mouro situada a 1440m de altitude.

O sistema da competição será em contra-relógio e será limitado a 200 vagas.

A edição de 2022 será a nossa primeira edição de um desafio que se pretende afirmar pela sua beleza e singularidade.

O “Mouros Vertical” é uma prova pertencente ao calendário da Taça de Portugal da Juventude de Skyrunning e do Troféu de promoção de Skyrunning ambas da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal. Estas duas provas pertencentes ao calendário da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal respeitando o seu regulamento de provas de skyrunning.

Haverá a modalidade open ou seja prova aberta para todos que queiram participar, e que não façam parte da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal.

O evento é organizado pela Associação Amigos Vile De Mouros e de sua equipa de Trail o Trail Team Vila De Mouros com apoio da Junta União de freguesias da Vila do Carvalho e Cantar Galo. Conta também com o apoio institucional do Município da Covilhã.

1.1. Idade para participação nas diferentes provas

O “Mouros Vertical” é uma prova para maiores de 16 anos (sendo obrigatório envio de autorização parental para os menores de 18 anos, que se encontra no final deste regulamento).

1.2. Inscrição regularizada

A inscrição será feita através da plataforma meutempo.pt , não sendo necessário enviar comprovativo de pagamento para a organização.

Aquando do levantamento do dorsal é necessário levar documento de identificação referente à inscrição.

1.3. Condições físicas

Para participar é indispensável:

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida vertical; do desnível positivo das mesmas e da preparação física e mental do atleta.
- Ter adquirido, antes do evento, capacidades reais de autonomia em montanha que permitam a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas.
- Conseguir enfrentar, sem ajuda externa, condições ambientais e climatéricas adversas.
- Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc.;
- Estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas.

1.4. Definição possibilidade de ajuda externa

Aos participantes não é possível qualquer tipo de assistência pessoal.

1.5. Colocação dorsal

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado de forma bem visível e de preferência à altura do peito.

Não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação.

1.6. Regras de conduta desportiva

O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas as modalidades, serão alvo de advertência, expulsão ou desqualificação.

Qualquer atleta deve abster-se de utilizar substâncias, grupos farmacológicos e métodos destinados a aumentar artificialmente as suas capacidades físicas. De qualquer forma, qualquer participante deve obrigatoriamente passar por qualquer controlo antidopagem, se para isso for solicitado.

2. Prova

2.1. Apresentação da prova (s) / Organização

O “Mouros Vertical” é organizado pela Associação Amigos Vila de Moros, através da sua secção de Trail Running e sua equipa Trail Team Vila de Mouros.

O “Mouros Vertical” será realizado no dia 25 de Junho de 2022.

O “Mouros Vertical” será constituído por :

- Corrida Vertical – 3,8 Km/700mD+

2.2. Programa/Horário

07:15 – Abertura Secretariado

08:45 – Encerramento do Secretariado

09:00 – Início Partidas “Mouros Vertical”

09:30 – Fim Partidas “Mouros Vertical”

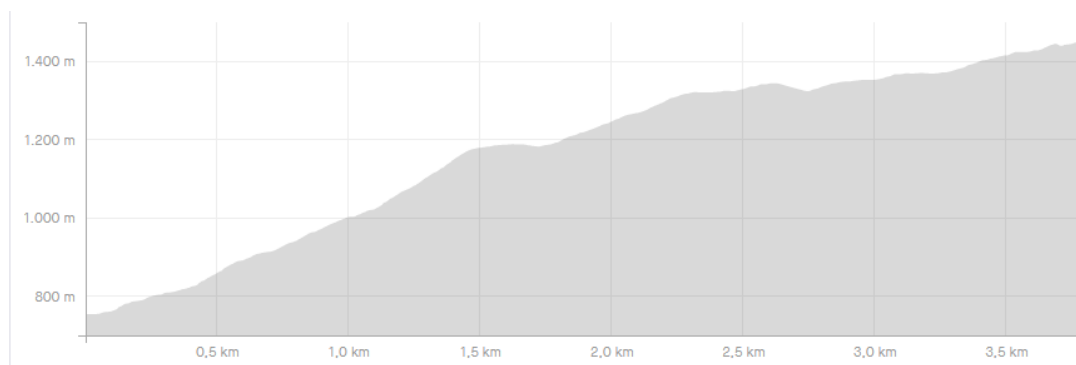
12:00 –Convívio Participantes

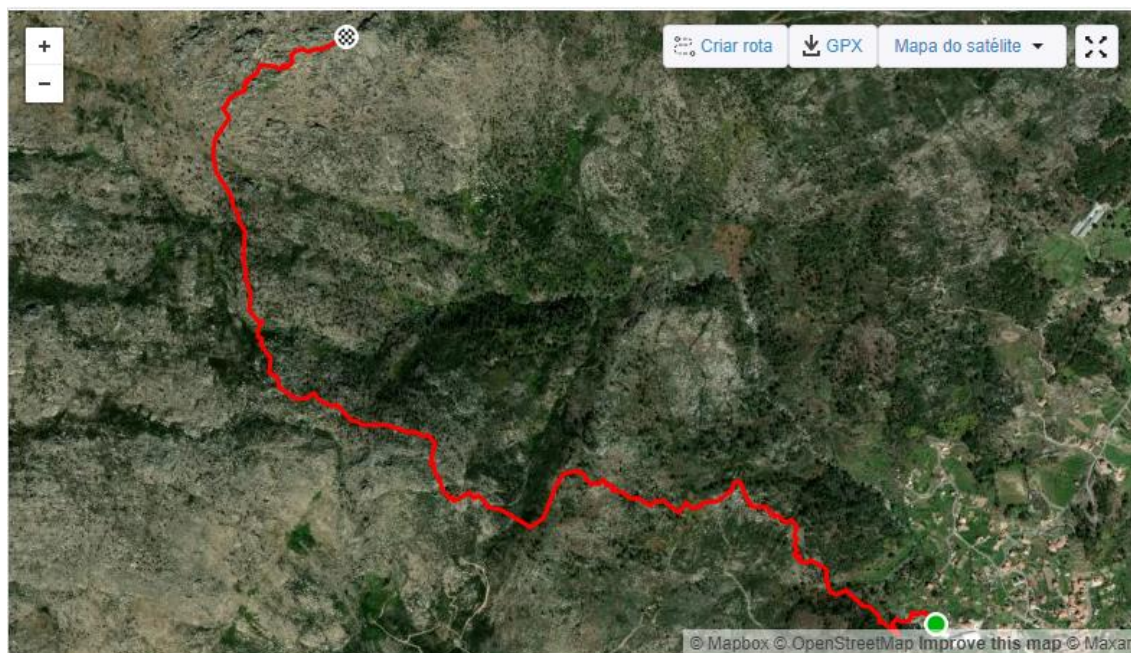
13:00 – Entrega de Prémios

2.3. Distância / Altimetria / Descrição da Prova

Distância: 3,8 Km

Acumulado: 700 D+





A Organização assegura o transporte da meta para a partida para os atletas que o pretenderem, como a dos atletas lesionados / desistentes.

Em alternativa ao transporte os atletas poderão regressar a partida via trilhos de 6 km e 650 D- em regime de Downhill pedestre.

As partidas serão em grupos de 6 efetuadas de 30 em 30 segundos. A ordem das partidas será determinada por sorteio a efetuar no dia anterior à competição outro que a organização ache melhor.

A utilização de bastões é permitida pela organização desde que as pontas dos bastões estejam protegidas e que o atleta mantenha uma distância de segurança de pelo menos três metros quando ultrapassar ou for superado por outro participante.

2.4. Tempo Limite

Mouros Vertical – 1h40

2.5. Metodologia de controlo de tempos

Controlo efetuado pelo meutempo.pt

2.6. Postos de controlo

Locais surpresa

2.7. Locais de abastecimento

Mouros Vertical – Abastecimento Final na base da Fraga Grande/Cabeço do Mouro

2.8. Material Obrigatório

- ☐ Manta de sobrevivência;
- ☐ Apito;
- ☐ Telemóvel;

2.9. Material Recomendado

Todos os participantes na prova deverão ter em atenção que, pela dureza da prova e dificuldades acrescidas pelas condições atmosféricas que se poderão verificar, é recomendado/aconselhável que se façam acompanhar do seguinte material:

- ☐ Calçado adequado a corridas em trilhos de montanha;
- ☐ Corta-vento (de acordo com as condições do dia da prova);
- ☐ 500 ml de água;

2.10. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

Como será impossível realizar corte de tráfego rodoviário nas passagens, os participantes devem cumprir as regras de trânsito nas estradas de uso público, devendo ainda respeitar as áreas agrícolas e propriedades privadas, sob pena de terem de assumir potenciais danos e indemnizações resultantes do seu incumprimento.

2.11. Penalizações / desclassificações

INFRAÇÃO

Falta de assistência a outro atleta em dificuldades
Abandonar a prova sem avisar a organização
Troca de dorsal entre atletas
Agressão ou insulto a elementos da organização ou atletas
Retirar sinalização do percurso

Desobedecer às medidas de segurança indicadas por elementos da organização/voluntários
Exceder o tempo limite nos postos de controlo/meta

SANÇÃO

Desclassificação da prova

Desclassificação da prova

Desclassificação da prova
Desclassificação da prova e proibição de inscrição nos eventos AVMOUROS
Desclassificação da prova e proibição de inscrição nos eventos AVMOUROS
Desclassificação da prova

Desclassificação da prova

Falhar um dos postos de controlo	Desclassificação da prova
Atirar lixo para o chão	Desclassificação da prova
Receber ajuda externa	Desclassificação da prova
Peitoral não visível	Desclassificação da prova
Falta de material obrigatório	Penalização 15 m

2.12. Seguro desportivo

Seguro desportivo de acordo com a lei em vigor.

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição

As inscrições terão que ser efetuadas online através da plataforma meutempo.pt

3.2. Valores e período de inscrição

1ª Fase de Inscrições – até 15 de Maio 2022: Mouros Vertical - 8 euros

2ª Fase de Inscrições - de 16 Maio a 17 Junho 2022: Mouros Vertical -10 euros

Nota: Todos os atletas que se inscreverem (inscrição e pagamento validado) no Trail Vila de Mouros, Curto ou longo do dia 26 de Junho de 2022 recebem um voucher de 50% desconto para o Mouros Vertical. Portanto para receber este desconto é necessário primeiro estar inscrito e validado no Trail Vila de Mouros curto ou longo.

3.2.1 Lotação

Corrida Vertical – 200 vagas

3.3. Condições de 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 validados após análise individual dos casos/motivos, ficando sempre sujeitos a uma retenção 30%.

3.4. Material incluído com a inscrição

- ☐ Participação na atividade;
- ☐ Cronometragem efetuada pela organização;

- ☐ Seguro de acidentes pessoal;
- ☐ Abastecimento;
- ☐ Banho;
- ☐ Brinde.

3.5. Prémios

Mouros Vertical - Taça de Portugal da Juventude de Skyrunning

Junvenis/juniores/sub 23

1º Masculino/1ºFeminino - Troféu

Mouros Vertical - Troféu de promoção de Skyrunning

Geral

1º Masculino/1ºFeminino - Troféu

Mouros Vertical – Prova Aberta

Geral

1º Masculino/ 1ºFeminino - Troféu

3.6. Secretariado da prova

Pavilhão desportivo da Vila do Carvalho

4. Categorias e Prémios

4.1. Definição data, local e hora de entrega de prémios

25 de Junho 2022, 13h00, em Vila do Carvalho, partida praia fluvial.

4.2 Definição das categorias etárias/ sexo/ individuais e equipas

Nesta competição apenas existirão Categoria geral Masculina e Feminina

Todos os prémios serão entregues presencialmente na cerimónia oficial. A organização não entregará prémios, por qualquer meio, fora da cerimónia de entrega de prémios.

5. Informações

5.1. Como chegar

Seguir as coordenadas: 40.309181, -7.493256

6. Marcação e controles

O percurso estará marcado com fitas sendo obrigatória a passagem pelos controles estabelecidos.

7. Responsabilidade ambiental

O atleta é o único responsável pelo transporte de todos os invólucros e resíduos naturais (mesmo que biodegradáveis), ou não naturais, provenientes de géis, barras e/ou outros. Deverá transportá-los até à linha da meta e depositá-los no abastecimento.

8. Direitos de imagem

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.

9. Proteção de Dados

Os dados dos atletas indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos de processamento no evento, sendo publicados nomeadamente na lista de inscritos. Serão também registados para divulgação futura de eventos da Associação Vila de Mouros e da equipa Trail Team Vila de Mouros. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para vilademourostrailteam@gmail.com ou avmouros@gmail.com

10. Apoio e emergência

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem.

11. Casos omissos

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

12. Diversos

Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados.

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições encontradas no dia do evento,

assim como à suspensão da prova se as condições não permitirem o seu desenvolvimento em segurança.

Termo de Responsabilidade Parental

Eu, _____, portador do bilhete de identidade/cartão do cidadão/passaporte n.º _____, natural de _____ e residente em _____ (morada completa), _____ (país), autorizo o/a meu/minha filho/a _____, portador do bilhete de identidade/cartão do cidadão/passaporte n.º _____, natural de _____ e residente em _____ (morada completa), _____ (país), a participar na prova Mouros Vertical, em Vila do Carvalho, Covilhã, a 25 de Junho de 2022.

Ao assinar esta autorização, aceito que a organização do evento está isenta de toda a responsabilidade em qualquer acidente que o/a meu/minha filho/a possa sofrer no decorrer da competição, sabendo que ele/a estará abrangido/a por um seguro de acidentes pessoais.

Autorizo ainda o livre uso dos seus dados pessoais e de imagens obtidas durante a sua participação no evento, pela organização ou por empresas patrocinadoras, sempre para fins promocionais do evento, em qualquer suporte ou meio de comunicação, incluindo sites e redes sociais.

_____, ____ de _____ 2022.