

REGULAMENTO 2023



1. ORGANIZAÇÃO:

A prova SABUGAL OCR FIREMAN é uma prova que combina corrida com obstáculos urbanos, organizada pela Associação Terras Dom Pedro, e conta com o apoio das seguintes entidades públicas:

- Câmara Municipal do Sabugal;
- Freguesia de Malcata.

Será também uma prova de carácter solidário, ajudando assim uma instituição do Sabugal (Bombeiros do Sabugal).

Este regulamento é o que rege todas as provas de obstáculos da FIREMAN CHALLENGE, a partir deste momento os inscritos aceitam, e respeitam estas regras e é o seu dever, conhecer as regras que compõem este regulamento. Em caso de dúvida sobre a interpretação de qualquer uma das regras da prova, prevalecerá sempre o critério do Diretor de Prova.

2. DATA E HORA DA REALIZAÇÃO DAS PROVAS:

A prova realiza-se em dois dias, dia 1 de abril e 2 de abril de 2023 com duas distâncias, 12km e 21 km.

Dia 1 de abril terá início às 14h00 a prova de 12km, saída na localidade da Malcata e a meta será no Castelo do Sabugal, contando com várias partidas.

Dia 2 de abril terá início às 11h00 a prova de 21km, saída na localidade da Malcata e a meta será no Castelo do Sabugal, contando com várias partidas.

Na presente edição, fazem parte da LIGA OCR PORTUGAL, a LIGA ELITE e a LIGA COMPETITIVE com classificações individuais e coletivas separadas. Sendo assim iremos permitir aos participantes selecionar no ato da inscrição a opção:

LIGA ELITE – Apenas com escalão individual masculino, e individual feminino. Objetivo primordial COMPETIÇÃO, saídas no 1º bloco.

1. Os atletas têm de começar e terminar a prova com uma (1) pulseira anti-violação de **cor Vermelha**.
2. Nas pulseiras tem de constar a seguinte informação:
 - a) numeração de 1 a 3;
 - b) -18 anos, ou;
 - c) +18 anos.



3. Por cada penalização será feito um furo, de forma sequencial, na numeração existente na pulseira.
4. Os atletas podem ter até dois (2) furos na pulseira. Por cada furo terão de cumprir a respetiva penalização.
5. Um atleta que tiver três (3) furos na pulseira, será classificado como DNC, não deve receber um tempo de chegada e será desclassificado.
6. Se um atleta com resultado de DNC continuar a fazer o percurso, deve dar passagem a todos os atletas classificados, não deve impedir o movimento de nenhum outro atleta e deve sair do percurso antes da linha de chegada.
7. No percurso podem existir três (3) tipos de obstáculos:
 - c) de uma única tentativa (identificados);
 - d) de tentativas limitadas (identificados);
 - e) de tentativas ilimitadas.
8. Obstáculos de uma única tentativa, com penalização a cumprir no circuito de penalização antes da linha de meta:
 - a) o atleta só tem uma tentativa para superar estes obstáculos;
 - b) se não conseguir superar um obstáculo, deve ser feito um (1) furo na pulseira.
9. Obstáculos de tentativas limitadas, com penalização a cumprir no local ou no obstáculo (ex. Lança):
 - a) penalização no obstáculo (3 tentativas);
 - b) penalização no local (circuito de penalização);
10. Obstáculos de tentativas ilimitadas, com penalização a cumprir antes da linha de meta:
 - a) o atleta tem tentativas ilimitadas para os ultrapassar;
 - b) se não conseguir superar um obstáculo, deve ser feito um (1) furo na pulseira.
11. Falhar nos obstáculos, de forma intencional ou não, implica cumprir uma penalização ou repetir o obstáculo, conforme o tipo de obstáculo em questão.
12. O circuito de penalização vai estar localizado antes da linha de meta e após o último obstáculo, dentro do campo de visão da chegada e do público.
13. Por cada volta do circuito de penalização cumprida, deve ser feito um furo na pulseira, na zona sem numeração.
14. Só os atletas que terminarem com os furos iguais na área numerada e não numerada (independentemente das penalizações cumpridas) serão incluídos nas classificações oficiais e, são elegíveis para a cerimónia protocolar e prémios.



LIGA COMPETITIVE – Apenas com escalão individual masculino, e individual feminino. Objetivo primordial COMPETIÇÃO, saídas nos blocos depois da ELITE LIGA ELITE. Este escalão vai seguir o regulamento da FPOCR, artigo 24º.

1. Os atletas têm de começar e terminar a prova com uma (1) pulseira anti-violação de cor Verde.
2. Nas pulseiras tem de constar a numeração de 1 a 11.
3. Por cada penalização será feito um furo, de forma sequencial, na numeração existente na pulseira.
4. Um atleta que no final da prova, tenha até dez (10) furos na pulseira, será penalizado em seis (6) minutos por cada furo.
5. Um atleta que no final da prova, tenha onze (11) furos na pulseira, será penalizado em cento e vinte (120) minutos.
6. Os obstáculos existentes no percurso, são de tentativa de transposição obrigatória e podem ser de dois (2) tipos:
 - a) Obstáculos com penalização no local ou com circuito de penalização localizado antes da linha de meta, a definir no regulamento de prova.
 - b) Obstáculos com tentativas ilimitadas com penalização de tempo.
7. Obstáculos com penalização no local ou com circuito de penalização, (identificados). Depois de cumprida a penalização, o atleta retoma o percurso sem furo na pulseira.
8. Obstáculos com tentativas ilimitadas com penalização de tempo:
 - a) os atletas têm tentativas ilimitadas para os ultrapassar;
 - b) o atleta que não conseguir superar um obstáculo, terá uma penalização que implica um (1) furo na pulseira.
9. Falhar a transposição dos obstáculos, de forma intencional ou não, implica cumprir uma penalização ou repetir o obstáculo, conforme o tipo de obstáculo em questão.

Regulamento de competição onde constam as penalizações.

<http://www.fpocr.pt>

ALFA – Com escalões individuais feminino e masculino. Os obstáculos devem ser ultrapassados segundo as indicações dos juízes ou voluntários. Regem se pelas mesmas regras da LIGA COMPETITIVE.

OPEN – Sozinho com equipa ou família todos são bem-vindos. Muita diversão com a dose de superação necessária. Experimenta.



3. PERCURSO:

O percurso terá cerca de 12 Km e cada participante irá enfrentar 30 obstáculos com diferentes níveis de dificuldade e com muito frio garantido nesta altura do ano. Dois dias antes do evento será divulgado altimetria / kms e locais dos reforços que poderão ser alterados mediante alguma condição adversa.

O percurso será marcado com bandeiras, setas e fitas de sinalização em locais estratégicos.

4. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO:

4.1 O declarante/participante deverá entender que a participação neste evento, nomeadamente a atividade física em geral e a corrida em particular, envolve riscos que não podem ser totalmente eliminados. Não obstante, serão adotadas todas as medidas no sentido de enveredar por procedimentos seguros e que minimizem os riscos de lesão. Por esta razão, deve inscrever-se na corrida quem esteja clinicamente apto para tal. Recomendamos que consulte o seu médico antes de realizar a corrida. É da inteira responsabilidade do declarante certificar-se que está clinicamente em condições, sem quaisquer limitações ou restrições de ordem médica para ser capaz de executar a prova. Reserva-nos o direito de evitar a participação, incluindo a expulsão já no decorrer da corrida, de qualquer atleta que se demonstre incapaz de executar a prova.

4.2 Devido a razões de segurança, não será permitido aos participantes, em hipótese alguma, a utilização de bicicletas, cadeira de rodas, patins, skates ou ainda serem acompanhados por animais. Aqueles que tentarem fazê-lo serão impedidos de participar na corrida.

5. INSCRIÇÕES:

As inscrições são limitadas. A idade mínima para participar na corrida principal é de 14 anos. Os participantes menores de idade têm que apresentar um Termo de Responsabilidade, devidamente assinado pelo encarregado/a de educação e apresentação do B.I. ou Cartão de Cidadão do mesmo, aquando do processo de Credenciação.

As inscrições incluem a oferta de um Kit, composto por um dorsal e um chip.

5.1 EFETUAR A INSCRIÇÃO:

Para se inscrever basta aceder à página: <https://www.meutempo.pt>

5.2 ENTREGA DO KIT PARA A CORRIDA:

O Kit será composto por um dorsal e um chip de uso OBRIGATÓRIO para participação na prova.

Para o levantamento do Kit deverá apresentar o Bilhete de Identidade ou Cartão de Cidadão.



6. DESCLASSIFICAÇÃO DA CORRIDA:

Será desclassificado o/a participante que:

- Não corra com o chip da prova;
- Não cumpra o percurso estipulado;
- Não saia na sua hora definida como de “Partida”;
- Não terminar a corrida;
- Não superar um obstáculo, superá-lo incorretamente ou recusar as penalizações;
- Não siga as indicações dos elementos da organização ou colaboradores; Reserva-nos o direito de recusar a participação de qualquer indivíduo, no início ou no decorrer do evento, se o seu comportamento for considerado inadequado, causar motivo de preocupação ou ainda que possa ser ofensivo a qualquer espectador, participante ou elemento da Organização.

7. SEGURO:

Todos os atletas que se inscrevam no evento e cumpram as regras estabelecidas neste regulamento estão cobertos por seguro desportivo durante toda a prova. Número de apólice e Franquia, a divulgar brevemente na página do facebook oficial do evento.

8. ACOMPANHAMENTO E ASSISTÊNCIA:

Na partida da prova, percurso e chegada está disponível Assistência Médica à disposição dos participantes.

Só poderão acompanhar a prova as viaturas que tenham a identificação da Organização e as viaturas: da GNR, Bombeiros Voluntários de Montalegre.

9. DIREITOS DE IMAGEM:

Ao participar no evento, o declarante autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional dos direitos de utilização da sua imagem aos organizadores da prova. Estes direitos podem ser cedidos a terceiros, desde que autorizados pela própria Organização, e incluem desde vídeos, fotografias, imagens, gravações ou qualquer outro registo deste evento.

10. DURAÇÃO DA PROVA:

A prova dos 12 Km inicia-se às 14H00 e são efetuadas várias partidas os horários estarão disponíveis em www.meutempo.pt - 1 semana antes da prova.

De acordo com o Artigo 39º – Limite de Tempo / Time Cap

1. As provas da Liga OCR Portugal (Elite e Competitive) têm Limite de Tempo / Time Cap.



2. Os atletas que não terminem a prova dentro do Limite de Tempo / Time Cap, são desclassificados.

3. Liga Elite

- a) 15 minutos / km para os atletas masculinos;
- b) 18 minutos / km para as atletas femininas.

4. Liga Competitive

- a) 17 minutos / km para os atletas masculinos;
- b) 20 minutos / km para as atletas femininas.

Todos os participantes terão de concluir a prova no tempo limite máximo de:

LIGA ELITE

Masculino – 15 minutos x 12 km = 3h00

Feminino - 18 minutos x 12 km = 3h50

LIGA COMPETITIVE

Masculino – 17 minutos x 12 km = 3h40

Feminino – 20 minutos x 12 km = 4h00

ALPHA

Masculino – 17 minutos x 12 km = 3h40

Feminino – 20 minutos x 12 km = 4h00

A prova dos 21 Km inicia-se às 11H00 e são efetuadas várias partidas os horários estarão disponíveis em www.meutempo.pt - 1 semana antes da prova.

De acordo com o Artigo 39º – Limite de Tempo / Time Cap

- 1. As provas da Liga OCR Portugal (Elite e Competitive) têm Limite de Tempo / Time Cap.
- 2. Os atletas que não terminem a prova dentro do Limite de Tempo / Time Cap, são desclassificados.

2. Liga Competitive

- a) 17 minutos / km para os atletas masculinos;
- b) 20 minutos / km para as atletas femininas.

3. Liga Elite



- a) 15 minutos / km para os atletas masculinos;
- b) 18 minutos / km para as atletas femininas.

Todos os participantes terão de concluir a prova no tempo limite máximo de:

LIGA ELITE

Masculino – 15 minutos x 21 km = 5h25

Feminino - 18 minutos x 21 km = 6h30

LIGACOMPETITIVE

Masculino – 17 minutos x 21 km = 6h25

Feminino – 20 minutos x 21 km = 7h00

ALPHA

Masculino – 17 minutos x 21 km = 6h25

Feminino – 20 minutos x 21 km = 7h00

11. ACEITAÇÃO:

À Organização é reservado o direito à aceitação ou não das inscrições.

Ao inscreverem-se, todos os participantes aceitam o presente regulamento e, em caso de dúvida ou situação não contemplada no mesmo, devem informar a Organização.

12. CANCELAMENTO/ALTERAÇÃO DA INSCRIÇÃO:

Até 19 de Março serão aceites pedidos de alteração da inscrição. O cancelamento da inscrição deverá ser realizado por escrito para o contacto da Organização do evento, não havendo lugar a qualquer reembolso, podendo apenas ficar com crédito para outras provas organizadas pela FIREMAN CHALLENGE.

13. CANCELAMENTO DO EVENTO:

Reservamo-nos ao direito de cancelar, antecipar ou adiar o evento devido a circunstâncias imprevistas ou inevitáveis, alheias à vontade da Organização

Nestes casos, a Organização tentará informar os participantes o mais atempadamente possível. Caso a FIREMAN SABUGAL seja cancelada, antecipada ou adiada devido a circunstâncias alheias à vontade da Organização (como por exemplo, Pandemias, condições meteorológicas adversas ou alertas da Proteção Civil, falta de segurança no percurso da prova), a FIREMAN CHALLENGE



não deve ser responsabilizada por qualquer inconveniente, despesas, custos, perdas ou danos sofridos pelos participantes.

14. PRÉMIOS:

No final da prova serão atribuídos os seguintes prémios:

LIGA ELITE

Homens – O melhor tempo, completando todos os obstáculos;

Mulheres – O melhor tempo, completando todos os obstáculos;

LIGA COMPETITIVE

Homens – O melhor tempo, completando todos os obstáculos;

Mulheres – O melhor tempo, completando todos os obstáculos;

ALPHA

Homens – O melhor tempo, completando todos os obstáculos;

Mulheres – O melhor tempo, completando todos os obstáculos;

Todos terão direito a um prémio “FINISHER” que será entregue na linha da meta.

15. DECLARAÇÃO DE EXONERAÇÃO DE RESPONSABILIDADE:

Os participantes aceitam que a corrida é apenas orientada para indivíduos com bom nível de condição física. É da inteira responsabilidade do inscrito procurar aconselhamento médico apropriado, antes de participar na FIREMAN CHALLENGE SABUGAL. A participação na prova é inteiramente por conta e risco dos participantes que reconhecem que a Organização não deve ser responsabilizada pela morte, ferimento, perda ou dano de propriedade (ténis, t-shirts, calções, relógios ou outros) decorrentes da participação no evento, salvo na medida que ela for causada por negligência da Organização.

