



MANTEIGAS – VALE POR NATUREZA

REGULAMENTO

2023

4ª EDIÇÃO



A eternidade parece mais pequena
do que alguns sonhos!



MANTEIGAS BY HEART

Vai onde te leva o coração!

Até onde vão os teus?





Ao inscrever-se está a concordar, na íntegra, com o presente regulamento.

O evento Trilhos do Burel vai na 4ª edição e irá decorrer no dia 11 de novembro de 2022, em Manteigas, Serra da Estrela.

IMPORTANTE

- É necessário ter uma condição física adequada a cada prova em que participe;
- Seja prudente na hidratação / nutrição ao longo da prova em que participe (alimentar e hidratar-se bem), e deixar os abastecimentos com os reservatórios de água cheios;
- O dorsal é intransferível e é aceite por ordem de chegada;
- Ter muita atenção às marcações destinadas à prova;
- Caso as condições climatéricas, ou motivos de força maior, não permitirem a realização do evento, as inscrições são automaticamente transferidas para o ano seguinte. Caso não pretenda esta transferência, terá de alertar a organização e será devolvido 50% do valor da inscrição;
- Preservar a flora e a fauna;
- Não deitar lixo no chão (atenção aos géis e restantes plásticos);
- Respeite sempre o próximo;
- Todos os participantes aceitam a divulgação da sua imagem através de fotos tiradas durante o evento dos Trilhos do Burel;
- NÃO HAVERÁ COPOS NOS ABASTECIMENTOS;
- Para inscrições de última hora, a organização não garante tamanho da t-shirt;
- Em caso de necessidade, a organização poderá alterar o regulamento.



1. Condições de participação

1.1. Idade de participação

A prova de **UTB50K** é destinada apenas a maiores de 18 anos.

A prova de **BC25K** é destinadas aos maiores de 18 anos, e aos maiores de 16 anos (inclusive), estes últimos apenas com autorização do tutor.

A prova do **MB15K** está aberta a todas as idades a partir dos 14 anos desde que acompanhados pelo tutor.

1.2. Inscrição regularizada

Para participar nos Trilhos do Burel, o atleta deverá ter a sua inscrição regularizada dentro dos prazos estabelecidos pela organização, como também aceitar as normas deste regulamento.

1.3. Condições físicas

É fundamental cada atleta / participante ter a condição física adequada à prova que está inscrito. Deverá ter em atenção ao tipo de terreno, à possível longa duração para terminar a prova, à meteorologia, aos trilhos técnicos, altimetria e características da prova. Deverá cada participante saber fazer a autogestão do esforço físico e mental. Deverá também saber como atuar em emergências.

1.4. Ajuda externa

Apenas é permitida ajuda por elementos externos à organização na área dos postos de abastecimento. Como diz o ponto 1.3., o atleta deve ter a capacidade de se superar e resolver os problemas que possam surgir. Para qualquer emergência elevada o dorsal terá o número de SOS para ativação do socorro.

1.5. Colocação do dorsal

O dorsal é pessoal e intransmissível. O dorsal deve estar visível aos elementos da organização e restante staff. Em caso de desistência, o atleta deverá entregar o dorsal à organização da prova ou elementos do staff.

1.6. Conduta desportiva

O respeito pela prova e por todos os envolvidos deverá ser mantido em todos os momentos. Qualquer falta de respeito, o participante será desqualificado.





2. Provas

2.1. Trilhos do Burel

Os Trilhos do Burel nascem com os objetivos de promover uma parte do Concelho de Manteigas que estava esquecida, o Vale da Castanheira, de promover o Concelho de Manteigas e de haver um evento de natureza durante uma época mais calma na nossa Serra da Estrela.

Os Trilhos do Burel, são organizados por ManteigasbyHeart, com o apoio e colaboração da Câmara Municipal de Manteigas, pelas quatro freguesias de Manteigas (Vale de Amoreira, Sameiro, São Pedro e Santa Maria), pela Associação Desportiva de Manteigas e Grupo de BTT de Manteigas.

2.2. Programa

Sábado

7h30

Abertura do secretariado - Levantamento dos dorsais (Praça Municipal, junto à Câmara Municipal)

08h30 Entrada na arena UTB

08h45 Partida 50k

09h15 Entrada na arena TB

09h30 Partida dos 25K (Novo Percurso)

10h00 Entrada na arena MB

10h15 Partida dos 15K

18h45

Encerramento dos Trilhos do Burel

Domingo

10h30

Treino Convívio (se as condições climatéricas o permitirem.)



2.3. Prémios

A cerimónia de entrega de prémios será iniciada às 14h. A organização não enviará prémios, sendo que o seu não levantamento no pódio, a organização irá considerar que o atleta premiado não quer o respetivo prémio.

2.4. Mapa / Altimetria

Será disponibilizado nas redes sociais assim que possível. O site usado para calcular a distância e a altimetria foi: <https://www.alltrails.com>

2.5. Tempo limite

Para a prova dos 50Km haverá barreiras horárias:

- 13h15 – Abastecimento do Sameiro | 29K
- 16h30 – Abastecimento de Vale de Amoreira | 39K

2.6. Metodologia de controlo de tempos

Cada dorsal irá ter um chip.

2.7. Postos de controlo

Haverá ao longo do percurso controlos intermédios em lugares a definir pela organização. Caso algum atleta não passe em todos controlos, será desclassificado!

2.8. Abastecimento

Serão anunciados nas redes sociais e enviado no Guia do Atleta todos os abastecimentos da prova. Irá também ser anunciado o que cada abastecimento irá ter para que o atleta se organize melhor.

No abastecimento final haverá sopa, salgados e para todos os atletas (Incluido na inscrição).

Irá estar também uma roulotte com comidas rápidas e bebidas (Não Gratuito).

Os responsáveis pelos abastecimentos irão gerir a gestão dos mesmos e o cumprimento das regras de segurança.

Os participantes devem respeitar e obedecer todas as orientações e regras da organização.

Informamos que nos abastecimentos não há copos, nem qualquer tipo de recipiente para líquidos!

Apesar dos abastecimentos, cada atleta deverá ter a plena noção que deve ter sempre consigo uma quantidade mínima de calorias e líquidos, para que seja possível gerir a prova da melhor maneira possível lembrando que as provas são em semi-autonomia.

2.9. Material obrigatório

MATERIAL OBRIGATÓRIO	15K	25K	50K
Reservatório de água 1L	0,5L	X	X
Manta de sobrevivência (140cmx200cm, tamanho mínimo)	X	X	X
Apito	X	X	X
Telemóvel	X	X	X
Ligadura	X	X	X
Impermeável / Corta vento		X	X
Camisola manga cumprida			X
Frontal			X

Independentemente das condições climáticas, para sua segurança o atleta deve sempre levar o material obrigatório.

Não iremos revistar ninguém durante a prova, no entanto, caso ocorra alguma emergência e o atleta não tiver o material obrigatório que o salvasse de alguma demora na chegada do socorro, a organização não se responsabiliza por nada!

2.10. Informação sobre passagens de perigo e trânsito rodoviário

A organização irá ao longo do percurso, colocar placas a indicar perigo nas zonas que sejam mais propícias a lesões. Em zonas de passagem de tráfego rodoviário os atletas são obrigados a cumprir as regras de trânsito, independentemente se há corte de estrada ou não.

2.11. Desqualificações

Ficará desclassificado todo aquele que:

- Não cumpra o regulamento dos Trilhos do Burel;
- Não termine a prova dentro do tempo limite;
- Não passe em todos os pontos de controlo;
- Não respeite o meio ambiente;



- Não tenha dorsal até à meta;
- Falte ao respeito a algum elemento da prova, seja atleta ou staff;
- Não auxilie algum atleta que precise de socorro;
- Não cumpra com todas as indicações da organização.

A organização impedirá futuras participações aos atletas que falhem com as últimas três alíneas.

2.12. Responsabilidades perante o atleta / participante

Os participantes serão responsáveis por todos os danos causados, sejam materiais, morais ou de qualquer outra natureza que façam a si mesmos e/ou a terceiros. Em caso de acidente, de negligência, ou de roubo de objetos / valores de cada participante, a organização não se responsabiliza, ficando a organização e restantes elementos de staff isentos de qualquer responsabilidade acima mencionados.

2.13. Seguro desportivo

A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei para a realização deste tipo de provas.

3. Inscrições

3.1. Processo de inscrição

A inscrição é realizada online através do site <https://meutempo.pt/>

3.2. Vagas, valores e períodos de inscrição

- 50K – 100 Atletas
 - 1ª fase 20€ (13 agosto / 13 outubro)
 - 2ª fase 25€ (14 outubro / encerramento das inscrições)
- 25K – 150 Atletas
 - 1ª fase 15€ (13 agosto / 13 outubro)
 - 2ª fase 20€ (14 outubro / encerramento das inscrições)
- 15K – 250 Atletas
 - 1ª fase 10€ (13 agosto / 13 outubro)
 - 2ª fase 15€ (14 outubro / encerramento das inscrições)



NOTA: Encerramento das inscrições – 4 de novembro 2022

O valor da inscrição, em qualquer distância, inclui: dorsal, seguro de acidentes pessoais, medalha de finalista, abastecimentos, banhos, brinde alusiva à prova, assim como outras ofertas que a organização venha a conseguir. A organização tem a legitimidade de alterar algumas destas ofertas por outras que sejam alusivas à prova.

3.3. Condições da devolução do valor da inscrição

No caso de o atleta cancelar a sua participação será devolvido parte do valor já pago conforme a tabela em baixo:

Data de cancelamento	Percentagem de reembolso
Até 14 de outubro	50% da taxa de inscrição será devolvido
15 outubro a 28 de outubro	30% da taxa de inscrição será devolvido
Após 28 de outubro	Sem reembolso

No caso de as condições climatéricas ou outros motivos de força maior, não permitirem a realização do evento, as inscrições serão automaticamente transferidas para a edição de 2024. Se for pedida a devolução pelo participante, será reembolsado em 70% do valor.

4. Categorias e Prémios

4.1. Data, local e hora de entrega de prémios

Conforme o programa

4.2. Prémios / Escalões

4.2.1. Monetários (Apenas para a prova Ultra)

➤ 50K

1. Geral Masculino / Feminino – 100€
2. Geral Masculino / Feminino – 50€
3. Geral Masculino / Feminino – 25€

4.2.2. Troféus / Prémios

Haverá classificação e prémios para os 3 primeiros na classificação não havendo distinção de sexo ou idade.

Irá também haver classificação segundo os seguintes escalões etários (idade ao dia da prova):

- ✓ M/F Sub 23 - minino de idade obrigatória por prova até aos 22 anos
- ✓ M/F Seniores - dos 23 aos 39 anos
- ✓ M/F40 – dos 40 aos 49 anos
- ✓ M/F50 – dos 50 aos 59 anos
- ✓ M/F60 - mais de 60 anos

Nota: Prémio para a equipa mais numerosa. Em caso de empate, a equipa vencedera será a que tiver os 3 atletas melhores classificados na prova com mais participação das equipas.

5. Direitos de imagem

A aceitação do presente regulamento implica obrigatoriamente que o participante autoriza aos organizadores da prova a gravação total da sua participação na mesma. Pressupõe também que o atleta concorda com a utilização da imagem do atleta para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas, cedendo todos os direitos por parte do atleta à sua exploração comercial e publicitária que considere oportuno executar, sem direito, por parto do atleta, a receber qualquer compensação.

6. Casos omissos

Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos pela organização do evento, e cujas decisões não haverá recurso.

7. Diversos

- Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar as regras de trânsito.
- A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova se as condições meteorológicas ou motivos de força maior assim o obrigarem.
- As sinalizações serão anunciadas no guia do atleta bem como nas redes sociais e antes da prova.

8. Voluntários durante a prova

Todos os voluntários irão estar identificados para o caso de ser preciso alguma indicação | ajuda. Se alguma pessoa não estiver devidamente identificado, e vos der indicações, ignorem por completo. Queremos evitar erros do passado!

9. Retiradas das fitas durante o percurso

As fitas da prova ULTRA vão ser retiradas desde o abastecimento do Vigia de São Lourenço a partir das 12h30!

10. GPX

Para a prova ultra é obrigatório levar o percurso no relógio ou telemóvel!



Arena | Secretariado | Meta



Partida



MANTEIGAS

Vale por Natureza

