



SÃO SILVESTRE VERTICAL

5.5KM – 1000D+

REGULAMENTO [v.1]

29 de dezembro 2024

Índice

1.	Condições de participação	3
1.1.	Idade mínima de participação	3
1.2.	Inscrição regularizada	3
1.3.	Ajuda externa / Assistência pessoal.....	3
1.4.	Colocação do peitoral	3
2.	Prova.....	3
2.1.	Apresentação da prova / Organização	3
2.2.	Programa / Horário	4
2.3.	Mapa / Perfil Altimétrico / descrição do percurso	4
2.4.	Barreiras horárias	4
2.5.	Metodologia do controlo de tempos	5
2.6.	Posto de controlo	5
2.7.	Locais e tipo de abastecimento.....	5
2.8.	Material obrigatório/ verificações de material	5
2.9.	Penalizações.....	6
2.10.	Seguro desportivo	7
3.	Inscrições	7
3.1.	Processo de inscrição	7
3.2.	Vagas.....	7
3.3.	Valores e períodos de inscrição	7
3.4.	Condições de cedência de inscrição:	7
3.5.	Material incluído com a inscrição	8
3.6.	Secretariado.....	8
4.	Prémios	8
4.1.	Descrição dos Prémios.....	8
4.2.	Categorias	9
5.	Diretor de Prova.....	9
6.	Aceitação do Regulamento.....	9
7.	Informações Adicionais	9
7.1.	Como chegar	9
7.2.	Onde ficar.....	10

Numa organização da TrailsUP e J. de Freguesia de Louriçal do Campo, no próximo dia 29 de dezembro de 2024, realizar-se-á a 2ª edição do evento "São Silvestre Vertical", doravante denominada por "SS Vertical".

1. Condições de participação

- A SS Vertical é um evento de Trail Running, que decorrerá em Louriçal do Campo / Serra da Gardunha, tendo um percurso de 5.5km com 1000m de desnível acumulado positivo.

1.1. Idade mínima de participação

- 18 anos

1.2. Inscrição regularizada

A inscrição implica compreender e aceitar sem reservas as regras e o regulamento da prova. Nomeadamente, é necessário:

- Efetuar corretamente a inscrição em: <https://www.meutempo.pt/prova?sao-silvestre-vertical>
- Os atletas devem proceder ao pagamento da respetiva taxa de inscrição, através de mbway ou referência de Multibanco gerada automaticamente pela plataforma de inscrições.

1.3. Ajuda externa / Assistência pessoal

- É estritamente proibida ajuda externa aos participantes.

1.4. Colocação do peitoral

- O peitoral deve estar permanentemente visível durante toda a prova, ou seja, deve ser posicionado sobre a roupa, na zona do peito ou do abdómen.
- Somente os participantes com peitoral visível terão acesso ao posto de controlo/abastecimento.
- Os atletas cujo peitoral, não seja visível no início e final do percurso, não serão classificados.

2. Prova

2.1. Apresentação da prova / Organização

- A TrailsUP é uma empresa dedicada ao turismo de natureza, sediada em Castelo Branco, cujo foco recai na organização de eventos de cariz lúdico e competitivo em ambientes naturais, bem como implementação de percursos pedestres e Centros de Trail Running,
- O percurso da São Silvestre Vertical, será o percurso da Gardunha Vertical, percorrendo trilhos exigentes da Serra da Gardunha, passando em locais emblemáticos como a "Pasteleira da Gardunha", "Castelo Velho" e "Barroqueira", oferecendo uma vista deslumbrante sobre a Beira Baixa, Cova da Beira e Serra da Estrela.
- A concentração será no Centro de Animação Social de Louriçal do Campo pelas 9h
- O Início do desafio será às 10h, junto ao pórtico inicial da Gardunha Vertical: <https://maps.app.goo.gl/5cLbUaCfGZuRPpZN7>
- Por motivos de força maior, o horário poderá ter de ser alterado.

2.2. Programa / Horário

Terça-feira, 13 de outubro de 2024

Abertura de Inscrições: <https://www.meutempo.pt/prova?sao-silvestre-vertical>

Domingo, 22 de dezembro de 2024

23:59 Data-limite das inscrições

Domingo, 29 de dezembro de 2024

09:00 – Concentração e levantamento de dorsais no Centro de Animação Social de Louriçal do Campo

09:25 – Saída para local de partida (**local de partida fica a 1.5km do local de concentração**)

10:00 – Partida do primeiro atleta (partidas serão individuais, a cada 20 segundos)

13:00 - Almoço

14:30 - Cerimónia de entrega de Prémios

Nota: Por razões de força maior, os horários e locais poderão sofrer alterações.

2.3. Mapa / Perfil Altimétrico / descrição do percurso

O percurso da SS Vertical será linear, iniciando junto ao depósito de águas de Louriçal do Campo, e terminando nas Antenas, Ponto mais alto da Serra da gardunha a 1227 metros.

O track GPX do percurso será disponibilizado, no entanto, prevalecerá a sinalização (fitas e placas) colocada no terreno.

2.4. Barreiras horárias

- As barreiras horárias são calculadas para permitir aos participantes alcançar a linha de meta no tempo limite, contabilizando as possíveis paragens (descanso, abastecimento, etc.).

- Para serem autorizados a continuar em prova, os participantes devem chegar e sair do posto de controlo antes do seu encerramento, caso contrário, serão impedidos de prosseguir e serão desclassificados.

- Qualquer participante excluído da prova e que deseje continuar, só pode fazê-lo entregando o peitoral, prosseguindo à sua própria responsabilidade e em completa autonomia.

- Por razões de força maior (meteorológicas e/ou de segurança), à organização reserva-se o direito de alterar a barreira horária.

- Barreira horária e respetivo local e distâncias na tabela abaixo:

	Posto de Controlo/Abastecimento	
	Barroqueira – 3km	Antenas - 5.5km (meta)
Tempo limite	1h45	3h

Nota: Os elementos da organização podem não permitir a continuação de qualquer atleta em prova se este não apresentar condições físicas e/ou psicológicas para prosseguir a prova em condições de segurança.

2.5. Metodologia do controlo de tempos

- O controlo de tempos será feito por cronometragem eletrónica.
- A partida é individual. Sai um atleta a cada 20 segundos, pela ordem do ITRA Performance Index (do maior para o menor). Quem não possuir ITRA Performance Index, a saída será pela ordem de inscrição.

2.6. Posto de controlo

- O posto de controlo é uma zona de passagem obrigatória.
- Não passar na zona de controlo, leva à desclassificação do participante.
- Os abandonos devem ser feitos única e exclusivamente no posto de controlo. Na eventualidade de um acidente ou lesão em que o participante esteja imobilizado e não consegue alcançar um posto de controlo, deve ativar a operação de salvamento, entrando em contacto com a organização.
- O número de contacto da organização, para efeitos de emergência, estará impresso no peitoral do participante e deverá ser igualmente gravado antecipadamente no seu telemóvel. Estes números estarão no dorsal e serão dados aos atletas no Briefing.
- A organização reserva-se o direito de alterar a qualquer momento o percurso e a posição do posto de controlo / abastecimento, sem aviso prévio. Em caso de condições climatéricas adversas a partida pode ser atrasada no máximo três horas, período após o qual, a prova é cancelada. Não haverá direito a reembolso.
- Durante a prova, em caso de mau tempo, e por razões de segurança, a organização reserva-se o direito de modificar a barreira horária e, ou, de suspender, reduzir, neutralizar ou parar a prova. Não haverá direito a reembolso.

2.7. Locais e tipo de abastecimento

- A organização disponibilizará a todos os atletas abastecimento líquido e sólido de forma a satisfazer todas as suas necessidades energéticas.
- Os alimentos sólidos existentes no posto de abastecimento serão: batatas fritas, banana e laranja, barras energéticas, presunto e pão
- Os alimentos líquidos existentes no posto de abastecimento serão: água e isotónico
- Local e distância do abastecimento na tabela abaixo:

	Barroqueira
SS Vertical	3 km

2.8. Material obrigatório/ verificações de material

- No **Controlo "0"** os participantes terão de apresentar o material obrigatório que irão transportar durante prova.
- Durante a competição, todos os participantes têm de se fazer acompanhar da totalidade do material obrigatório.
- Em qualquer momento durante a prova, elementos da organização podem solicitar a verificação do mesmo.

Material obrigatório	SS Vertical
Peitoral	X
Depósito de líquidos com capacidade mínima de 0,5L	X
Copo (a organização não cederá copos no abastecimento)	X
Manta de sobrevivência	X
Apito	X
Telemóvel operacional	X

- Em função das condições atmosféricas, poderá ser adicionado ou retirado equipamento obrigatório.

2.9. Penalizações

- Os responsáveis presentes nas zonas de controlo poderão a qualquer momento da prova aplicar as seguintes regras:

INFRAÇÃO	SANÇÃO A APLICAR
Não prestar assistência a um participante que esteja a necessitar de ajuda	Desclassificação
Partilhar o peitoral com outra pessoa, durante parte ou na totalidade do percurso	Desclassificação
Utilizar caminhos que não os sinalizados para a prova, atalhando intencionalmente o percurso	Desclassificação
Utilizar transporte não autorizado (boleia)	Desclassificação
Retirar sinalização do percurso	Desclassificação
Desobedecer às medidas de segurança indicadas pela organização e entidades associadas	Desclassificação
Ausência do material obrigatório e/ou recusa da sua apresentação, se solicitado pela organização	Desclassificação
Exceder o tempo limite de controlo no posto de controlo com barreira horária	Desclassificação
Falhar um o posto de controlo	Desclassificação
Atirar lixo para o chão e/ou danificar o meio envolvente	Desclassificação
Receber ajuda externa	Desclassificação
Peitoral não visível ou afixado em local não visível	Desclassificação

2.10. Seguro desportivo

A entidade seguradora é a Victoria.

Em todas as participações efetuadas à seguradora, os atletas sinistrados deverão apresentar o nome da entidade organizadora do evento, o número da apólice, data e hora da ocorrência.

O sinistrado deve de imediato dar conhecimento à entidade organizadora através do mail: miguel.baptista@mbup.pt

IMPORTANTE

- A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro;
- Coberturas do Seguro de Acidente Pessoais:
 - Morte e invalidez permanente: 30.364,00 €;
 - Despesas de Tratamento e Repatriamento: 4.860,00 €;
 - Despesas de Funeral: 2.439,00 €
- Franquia: 60,00 €

Nº da apólice deve ser solicitada à organização

3. Inscrições

3.1. Processo de inscrição

- Somente as inscrições feitas na plataforma de inscrições serão aceites: <https://www.meutempo.pt/prova?sao-silvestre-vertical>
- Cada participante deve preencher o formulário de inscrição e pagar o valor da mesma no prazo estipulado;
- O participante após a inscrição, recebe por mail, uma referência Multibanco para proceder ao pagamento;
- Não é necessário o envio do comprovativo de pagamento.
- Após confirmação do pagamento, o nome do atleta vigorará na lista de inscritos.
- Qualquer esclarecimento adicional deverá ser solicitado por e-mail para: miguel.baptista@mbup.pt

3.2. Vagas

SS Vertical
100

3.3. Valores e períodos de inscrição

- O período de inscrições decorrerá entre 14 de dezembro de 2023 e 1 de janeiro de 2024
- As taxas de inscrição são as seguintes:

	13/10/2024 a 30/11/2024	01/12/2024 a 22/22/2024
SS Vertical	12 €	17€

- Almoço incluído no valor da inscrição

3.4. Condições de cedência de inscrição:

- Após o dia 22 de dezembro de 2024, não são permitidas alterações.
- O cancelamento ou a cedência de inscrição deve ser solicitado por e-mail, utilizando para o efeito o endereço: miguel.baptista@mbup.pt.
- Não serão aceites cancelamentos por telefone.

- Em caso de cancelamento, não haverá direito ao reembolso do valor da inscrição.

3.5. Material incluído com a inscrição

- Peitoral personalizado
- T-shirt
- Prémio-finisher
- Abastecimento durante a após a prova
- Duche
- Almoço
- Seguro de Acidentes pessoais
- IVA à taxa legal em vigor

3.6. Secretariado

O Secretariado da prova funcionará no Centro de Animação Social de Lourçal do Campo (domingo 29 de dezembro), no seguinte horário:

Domingo 29 de dezembro de 2024	8h – 9h25
--------------------------------	-----------

- Para o levantamento do peitoral os participantes têm de obrigatoriamente apresentar o **Cartão de cidadão**

Nota importante: **APENAS SE ENTREGA O PEITORAL AO PRÓPRIO ATLETA**, apresentando o seu cartão de cidadão.

4. Prémios

4.1. Descrição dos Prémios

- O apuramento da classificação por equipas será efetuado com base nas três melhores classificações dos respetivos atletas.

SS Vertical	Masculinos	Femininos
Geral	Troféu aos 3 primeiros	Troféu às 3 primeiras
Todos os escalões	Troféus aos 3 primeiros	Troféus às 3 primeiras

4.2. Categorias

- As categorias etárias serão definidas automaticamente em função dos dados disponibilizados pelos participantes no ato da inscrição, e tendo como referência a idade que o atleta terá a 31 de outubro de 2025.

-
- Júnior M/F – entre 18 e 19 anos
- Sub-23 M/F – entre 20 e 22 anos
- Seniores M/F – entre 23 e 39 anos
- Veteranos M40/F40 – entre 40 e 44 anos
- Veteranos. M45/F45 – entre 45 e 49 anos
- Veteranos. M50/F50 – entre 50 e 54 anos
- Veteranos. M55/F55 – entre 55 e 59 anos
- Veteranos. M60/F60 – entre 60 e 65 anos
- Veteranos. M65/F65 – a partir dos 65 anos

5. Diretor de Prova

- A direção de prova estará entregue a um elemento certificado pela Federação Portuguesa de Atletismo, Miguel dos Reis Baptista

6. Aceitação do Regulamento

- A organização tem legitimidade para, por razões de segurança dos atletas, adiar ou cancelar a prova e modificar o presente regulamento.
- Todos os participantes, pelo facto de efetuarem a sua inscrição na SS Vertical, aceitam o presente Regulamento.

7. Informações Adicionais

7.1. Como chegar

Louriçal do Campo – Centro de Animação Social (secretariado e almoço)

Localização: <https://goo.gl/maps/UN941CuxSjs>

Coordenadas: 40° 2'48.25"N, 7°30'37.18"W

Hipótese 1: Vindo pela A23, sair na saída que indica Lardosa. Na Rotunda, 3ª saída, seguir as indicações de Louriçal do Campo.

Hipótese 2: Vindo de Oeste pela estrada nacional 18, depois da rotunda de Lardosa, 3ª saída, seguir 1km e virar à esquerda no cruzamento.

Hipótese 2: Vindo de Este pela estrada nacional 18, depois da rotunda de Soalheira, 2ª saída, seguir 3km e virar à direita no cruzamento.

Balneários

Balneários Masculinos e Femininos disponíveis.

- Balneários do polidesportivo (junto ao secretariado)
- Pavilhão de São Fiel

7.2. Onde ficar

	Morada Rua da Piscina s/n, 6000-776 Castelo Branco GPS 39.826304 [W], -7.498609[W] Telef (351) 272 349 280 Email meliacastelobranco@meliaportugal.com
---	---