

REGULAMENTO

CRCP Penalobo TRAIL

1. O evento, **VI Trail Assalto ao Cabeço das Fráguas** é organizado pelo CRCP e conta com o apoio do Município do Sabugal, União de Freguesias de Pousafoles do Bispo, Penalobo e Lomba e **integra o circuito de TRAIL, 5 Quinas.** (Ver anexo deste Regulamento)
2. O evento terá lugar no dia 01 de junho 2024, entre as 16h45 e as 22h00, abertura do secretariado às 15h00, com um máximo de 150 participantes.

Distâncias:

- **Trail Longo** numa distância de +ou- 27 km, (850D+) **com subida mais contorno ao enigmático Cabeço das Fráguas**, percorrendo todos os trilhos habituais, com inclusão de outros.
 - **Altitude máxima** – 1000m
 - **Altitude mínima** – 719 m
 - **Trail Curto** numa distância de +ou- 18 km (450D+) **com subida** ao Cabeço das Fráguas, percorrendo os trilhos habituais com inclusão de outros.
 - **Altitude máxima** – 1000m
 - **Altitude mínima** – 719 m
 - **Trail mini (iniciação)** numa distância de +ou- 12 km (300D+) **sem subida** ao Cabeço das Fráguas, percorrendo os trilhos habituais com inclusão de outros.
 - **Altitude máxima** – 897m
 - **Altitude mínima** – 719 m
 - **Caminhada** numa distância de +ou- 12 km **sem subida** (300D+) ao Cabeço das Fráguas.
 - **Altitude máxima** – 897m
 - **Altitude mínima** – 719 m
 - O evento realiza-se na área geográfica de Penalobo, Monte Novo e Pousafoles do Bispo.
3. A localização do Secretariado, Meta, Banhos e Almoço, serão efetuadas junto ao Ringue/Sede do CRCP em Penalobo. A partida e a chegada terão lugar junto do mesmo local.
 4. Os eventos têm carácter de passeio, amadorismo e decorrem por trilhos, caminhos rurais públicos da freguesia. Assim sendo, todos os participantes deverão respeitar as regras de circulação na via pública previstas no código da estrada e a atenção deverá ser redobrada nos cruzamentos e travessia de estradas;

5. Os percursos estão marcados em toda a sua extensão por placas e fitas personalizadas que identificam a modalidade Trail e sinalização de perigo. Para melhor orientação aconselha-se descarregar o track divulgado na página do facebook.

Sinalética do TRAIL: **CIRCUITO 4**



Na falta de placas com a sinalética, circuito 4, devem os atletas seguir as fitas de sinalização amarelas.

Nas separações das várias distâncias os atletas encontrarão placas com as indicações das modalidades de Trail escolhida no ato da inscrição.

São também fornecidos números de telefone da organização e de emergência, para a eventual necessidade de contacto;

6. Do evento fazem parte;
- Três distâncias para o Trail e uma distância para a Caminhada.
7. A participação de menores de idade terá de ser acompanhada de um termo de responsabilidade devidamente assinado pelo encarregado de educação; poderá ser preenchido no levantamento do dorsal.
8. É recomendado:
1. Calçado apropriado para corrida trail
 2. Colete/mochila de trail;
 3. Manta térmica;
 4. Telemóvel;
 5. Apito;
 6. Reservatório para líquidos;
 7. Corta-vento ou impermeável.
 8. Este equipamento poderá ser obrigatório em função das condições climatéricas à data do evento.
9. O frontal com a numeração de cada participante, é pessoal e intransmissível, deverá ser colocado na parte da frente ou lateral da camisola de forma visível.

10. As partidas têm lugar junto ao Ringue, impreterivelmente:

- 16h30 Caminhada
 - 16h45 Trail Longo
 - 16h47 Trail Curto.
 - 16h50 Trail Mini (iniciação)
- Caso a organização entenda que um atleta em competição não tem condições para fazer o percurso, será transportado até à zona da chegada/partida. Caso o atleta decida continuar sozinho, a organização não assume qualquer responsabilidade por qualquer ocorrência.

11. O jantar é servido no Recinto, a partir das 20h30, sendo necessário apresentar a senha recebida no ato de levantamento do frontal, no secretariado;

12. O secretariado funcionará no próprio dia do evento a partir das 15h00.

13. Os atletas devem dirigir-se ao local da partida 10 minutos antes, para efetuar o primeiro controlo.

14. Abastecimentos

- – Quinta de São Domingos - Líquidos Km 6 Trail Longo e Curto
- – Vale Pereiro - Líquidos e sólidos – Km 12 Trail Longo - Km 11 Trail Curto – Km 6 Trail Mini
- – Pousafoles do Bispo – Líquidos e sólidos Km 19
- – Tasca Ti Elias – Líquidos - Trail Longo km24 – Trail Curto km16 – Trail Mini km10 - Caminhada Km 10

15. Ao longo do percurso poderão existir controlo de passagens.

16. **A organização controlará o passeio com o fim de evitar incidentes, pelo que todos os participantes terão de seguir as indicações transmitidas;**

17. A participação inclui reforços, frontal, banhos, almoço, bar aberto, seguro, e medalha finisher.

18. Inscrições

As inscrições podem ser encerradas antes da data, desde que ultrapassado o limita de 150 participantes.

19. As opções de inscrição são as seguintes:

- 1ª fase 1 a 30 abril com opção das meias
 - 2ª fase 1 a 28 maio sem meias.
- TRAIL
 - **Inscrição: 16 falupos**
 - **Inscrição com meias – 20 falupos até 30 abril**
 - CAMINHADA
 - **Inscrição: 12 falupos**
 - **Inscrição com meias – 16 falupos até 30 abril**

Extra:

12 Falupos - Jantar para acompanhantes.

20. As inscrições podem ser realizadas no link Meu Tempo, PT , página do Facebook dos Trilhos do Lobo.
21. O pagamento deverá ser realizado por:
 - Conforme definido no formulário de inscrição da página do face, Link, MeuTempo.pt
22. Os participantes só poderão aceder ao passeio, depois de confirmado o pagamento do valor da inscrição e levantamento do dorsal correspondente;
23. A organização reserva-se o direito de não reembolsar o valor da inscrição, nem qualquer outro brinde, caso a pessoa não participe no evento, exceção para doença, devidamente comprovada.
24. Caso seja necessário, a organização encontra-se no direito de alterar o percurso;
25. Em caso de desistência durante o evento, os participantes deverão informar a organização;
26. Só se aceitarão reclamações efetuadas por escrito e dentro dos 30 minutos posteriores ao termo do passeio;
27. A mera participação neste evento pressupõe a aceitação de todas as normas referidas.
28. A organização reserva-se o direito de alterar a prova se as condições climáticas, incêndios, tempestades, ou pandemias, não permitirem a sua realização, sendo a mesma agendada logo que a situação o permita.
 1. **O valor da inscrição será devolvido se a prova não vier a ser realizada nos 3 meses imediatos à data do evento. O valor não será devolvido enquanto decorrerem estes 3 meses.**
 2. **Se após decorrido o período de inscrições as mesmas tenham sido encerradas, e por qualquer motivo algum atleta decida pela não participação, só haverá direito a devoluções se o seu lugar for ocupado por outro participante.**
 3. **Se no decorrer das inscrições algum atleta desista e as mesmas inscrições não tenham sido fechadas, o atleta tem direito a 80% do reembolso total.**
29. Os prémios que eventualmente venham ser sorteados durante o decorrer das refeições devem ser levantados no próprio dia.
30. Serão apenas premiados os 3 primeiros atletas femininos e masculinos de cada modalidade. Todos os participantes terão direito a medalha de Finisher desde que completada a prova.

31. Evento;

Trail Longo, Curto e Mini – Classificação Geral

M/F – Prémios para os primeiros três classificados. **Medalhões**

- 3 primeiros lugares femininos Trail Longo
- 3 primeiros lugares masculinos Trail Longo

Total 3 medalhas masculinas e 3 femininas – Total 6

- 3 primeiros lugares femininos Trail Curto
- 3 primeiros classificados masculinos Trail Curto

Total 3 medalhas masculinas e 3 femininas – Total 6

- 3 primeiros lugares femininos Trail Mini
- 3 primeiros classificados masculinos Trail Mini

Total 3 medalhas masculinas e 3 femininas – Total 6

Trail Longo por escalões

Sub 23 M/F | 18 a 22 anos Medalhas para os três primeiros classificados de cada escalão.

M/F Seniores M/F 23 a 39 anos Medalhas para os três primeiros classificados de cada escalão.

M/F 40 | 40 a 49 anos Medalhas para os três primeiros classificados de cada escalão.

M/F 50 | 50 a 59 anos Medalhas para os três primeiros classificados de cada escalão.

M/F 60 | > 60 anos Medalhas para os três primeiros classificados de cada escalão.

Total 15 medalhas masculinas e 15 femininas – Total 30

Trail Curto por escalões

Sub 23 M/F | 16 a 22 anos Medalhas para os três primeiros classificados de cada escalão.

M/F Seniores M/F 23 a 39 anos Medalhas para os três primeiros classificados de cada escalão.

M/F 40 | 40 a 49 anos Medalhas para os três primeiros classificados de cada escalão.

M/F 50 | 50 a 59 anos Medalhas para os três primeiros classificados de cada escalão.

M/F 60 | > 60 anos Medalhas para os três primeiros classificados de cada escalão.

Total 15 medalhas masculinas e 15 femininas – Total 30

Trail Mini por escalões – Não há lugar a distribuição de prémios nesta distância, apenas classificação geral M/F.

A definição por escalão tem por base a idade que o participante tem à data do evento.

Idade de participação:

- Trail Longo a partir dos 18 anos
- Trail Curto e Mini, a partir dos 16 anos com declaração de participação assinada.
- Caminhada – Sem limite de idade

Prémio para a equipa mais numerosa.

Prémio para o atleta mais jovem.

Prémio para o atleta de maior idade.

Medalha Finisher para todos os atletas em competição

32. Política de Privacidade: De acordo com o disposto na Legislação de Proteção de Dados Pessoais, informamos que os dados pessoais estão incorporados no nosso Ficheiro de dados pessoais, com a finalidade de gestão da agenda de contactos dos Trilhos do Lobo; O responsável pelo tratamento dos seus dados é o Centro Recreativo e Cultural de Penalobo, Trilhos do Lobo.

Poderá exercer os direitos de acesso, retificação, oposição e apagamento através do e-mail btpenalobo@gmail.com

O conteúdo dos email's, dados do participantes são confidenciais, sendo para uso exclusivo dos Trilhos do Lobo CRCP.

É proibida qualquer utilização, divulgação, distribuição e/ou reprodução das comunicações, sem autorização expressa nos termos da legislação em vigor.

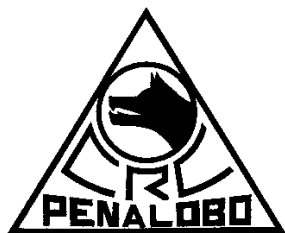
33. Contactos: btpenalobo@gmail.com

Amândio Miguel – 937 215 643

Amadeu Paula – 962 455 709

A Organização

Penalobo, 11 de março de 2024



TERMO DE RESPONSABILIDADE

Eu, _____, com o BI nº ou Cartão de

Cidadão, _____ declaro que autorizo o meu educando, _____

_____ com o BI ou CC nº _____

a participar no passeio de Trail a realizar em Penalobo no dia _____ de _____ de 2024.

Mais declaro que me responsabilizo pelo uso correto dos acessórios de segurança para

a pratica desportiva, sendo que o Centro Recreativo e Cultural de Penalobo contratou seguro mínimo obrigatório permitido por lei, para a prática desta modalidade.

Esta declaração é válida para o dia da prova entre as horas convencionadas no Regulamento.

Penalobo, _____ de _____ de 2023

Assinatura no responsável
Conforme BI ou CC

Assinatura do menor
Conforme BI ou CC