



**A VERDADEIRA SUPERAÇÃO PESSOAL
É REALIZADA EM AUTONOMIA!**

Documento actualizado em: 8 NOVEMBRO 2016

CONDIÇÕES de PARTICIPAÇÃO e REGULAMENTO

ATENÇÃO:

Para uma melhor organização pessoal, leia todas as CONDIÇÕES de PARTICIPAÇÃO e REGULAMENTO.

> ORGANIZAÇÃO:

O 1º Trail da Iron Brain World é organizado pela IRON BRAIN WORLD - SA.

> CONTACTOS:

INSCRIÇÕES: inscricoes@acorrer.pt

GERAL - IRON BRAIN WORLD: geral@ironbrainworld.com

> DATA:

27 NOVEMBRO 2016

> LOCAL:

REGIMENTO DE COMANDOS - Carregueira-Belas-Sintra

GPS:

38°47'13.70"N

9°17'44.02"O

> DISTÂNCIAS (opções):

TRAIL LONGO - 40K (+-)

TRAIL - 20K (+-)

TRAIL CURTO - 10K (+-)

CAMINHADA - 10K (+-)

> HORÁRIOS DAS PARTIDAS:

TRAIL LONGO - 40K (+-) - 9H00

TRAIL - 20K (+-) - 9H10

TRAIL CURTO - 10K (+-) - 9H15

CAMINHADA - 10K (+-) - 9H20

> VALORES DE INSCRIÇÃO:

TRAIL LONGO 40K 21,00€	TRAIL 20K 17,00€	TRAIL CURTO 10K 14,00€	CAMINHADA 10K 12,00€
---------------------------------------	---------------------------------	---------------------------------------	-------------------------------------

> QUAL A DATA LIMITE PARA INSCRIÇÃO?

20 NOVEMBRO ÀS 21H00.

> ONDE FAÇO A INSCRIÇÃO?

Em www.ironbrainworld.com/trail

> COMO SEI SE ESTOU INSCRITO?

Recebe a confirmação no seu e-mail.

> COMO FAÇO O PAGAMENTO DA INSCRIÇÃO ONLINE?

Recebe no seu e-mail a "Entidade" e "Referência" para pagamento no Multibanco, tendo três (3) dias para efectuar o mesmo.

> EXISTE UM LIMITE DE INSCRIÇÕES?

Sim, 500 Atletas no total.

> EXISTE UMA IDADE MÍNIMA E MÁXIMA PARA PARTICIPAR NO EVENTO?

Sim. A idade mínima é de 16 anos e a máxima de 75 anos, no dia da prova.

> POSSO CRIAR OU INSCREVER-ME NUMA EQUIPA?

Sim.

> POSSO PARTICIPAR COMO INDIVIDUAL?

Sim.

> O QUE FAZER EM CASO DE DIFICULDADE TÉCNICA AQUANDO DA INSCRIÇÃO?

Contacte **ACORRER** via e-mail: inscricoes@acorrer.pt

> AS INSCRIÇÕES PODEM SER TRANSMISSÍVEIS?

Não.

> AS INSCRIÇÕES PODEM SER DEVOLVIDAS?

Não.

> A QUE TENHO DIREITO PELA INSCRIÇÃO?

- 1 Participação na prova;
- 1 T-Shirt Técnica;
- 1 Seguro Desportivo;
- 1 Dorsal com chip descartável.

> ONDE LEVANTO O MEU KIT DE PARTICIPAÇÃO?

- Dia 26 NOVEMBRO: Regimento Comandos entre as 17h00 e as 20h00;
- Dia 27 NOVEMBRO: Regimento Comandos entre as 07h00 e as 09h00.

> O QUE NECESSITO PARA O LEVANTAMENTO DO KIT?

Cartão de Cidadão/Bilhete de Identidade ou Passaporte.

> POSSO FAZER O LEVANTAMENTO DO KIT DE OUTROS PARTICIPANTES?

Sim, mediante apresentação da cópia do Cartão de Cidadão/Bilhete de Identidade ou Passaporte.

> POSSO ESTACIONAR NO INTERIOR DO CENTRO DE TROPAS COMANDOS?

Sim e é gratuito (cerca de 7.000 viaturas).

> O PERCURSO ESTÁ MARCADO?

Sim. O percurso estará marcado com fitas de cor viva.

> O PERCURSO TEM MARCAÇÃO QUILOMÉTRICA?

Não.

> EXISTE MATERIAL OBRIGATÓRIO?

Não, no entanto aconselhamos vivamente o material em infra aos participantes. Não sendo obrigatório não existirá controle do mesmo.

Material para TRAIL LONGO:

- Recipientes de Água com um total mínimo de 1L;
- Telemóvel;
- Apito;
- Manta Térmica.

Material para TRAIL:

- Recipientes de Água;
- Telemóvel;
- Apito;
- Manta Térmica.

Material para TRAIL CURTO:

- Recipientes de Água;
- Telemóvel;
- Apito;
- Manta Térmica.

Material para CAMINHADA:

- Recipientes de Água;
- Telemóvel.

> EXISTE TEMPO LIMITE?

Sim.

TRAIL LONGO: 8HORAS

TRAIL: 6HORAS

TRAIL CURTO: 4 HORAS

CAMINHADA: 5 HORAS

> EXISTEM POSTOS DE HIDRATAÇÃO?

Sim, a Organização apoia com a disponibilização de água, nos abastecimentos, para enchimento dos recipientes transportados pelos atletas.

É da responsabilidade do atleta levar um recipiente próprio para os abastecimentos de líquidos. A organização não fornece copos.

> EXISTIRÁ ALGUMA FORMA DE NOS LAVARMOS NO FINAL DA CORRIDA?

Não.

> POSSO TIRAR FOTOS OU FAZER FILMAGENS?

Sim.

> EXISTIRÁ ASSISTÊNCIA MÉDICA/PRIMEIROS SOCORROS NO EVENTO?

Sim. Existirá uma equipa de Paramédicos no local, em tenda de campanha, junto à área de Partida/Meta, assim como uma viatura, para recolha de Atletas no percurso.

> TENHO SEGURO NA PROVA?

Sim. A organização contratualiza os seguros obrigatórios por lei para a realização deste tipo de provas. O prémio do seguro está incluído no valor da inscrição.

> É PERMITIDO ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO NA PROVA OU NO LOCAL DO EVENTO?

Não. Temos o maior carinho e respeito pelos animais, mas por razões de segurança, não são permitidos animais.

> É PERMITIDA A ENTRADA DE PÚBLICO?

Sim, é permitido público em área reservada, junto da zona de Partida/Meta.

> A ORGANIZAÇÃO PODE-ME GUARDAR PERTENCES PESSOAIS.

Só as chaves na zona do credenciamento e é gratuito.

> EXISTEM INSTALAÇÕES SANITÁRIAS NO LOCAL DO EVENTO?

Sim, para homens e senhoras, limitadas ao existente no Regimento de Comandos.

> A PROVA SERÁ CRONOMETRADA?

Sim a cronometragem é electrónica com colocação de tempos online durante o evento.

A cronometragem do evento é da responsabilidade da SPORTCHIP.

> EXISTIRÃO CLASSIFICAÇÕES?

Sim, para Individuais e Equipas.

> EXISTIRÃO PRÉMIOS?

Sim.

Haverá entrega de Prémios para os três primeiros classificados (masculino + feminino), dos Escalões das provas: TRAIL LONGO e TRAIL e para as Equipas (contam os tempos dos 3 melhores atletas na classificação geral, não existindo distinção de sexo ou idade).

REGULAMENTO:

1. A participação no TRAIL IRON BRAIN WORLD, implica a aceitação das CONDIÇÕES de PARTICIPAÇÃO e REGULAMENTO.
2. Os participantes devem reunir as condições de saúde necessárias à prática desportiva. Após a inscrição, assumem que se sentem física e psicologicamente preparados para o esforço físico inerente à prova em que vão participar. A organização da prova assegura aos inscritos um seguro de acidentes pessoais, conforme previsto no n.º 1 do art.º 4.º do DL n.º 146/93, de 26 de Abril. A organização não se responsabiliza por situações que não estejam abrangidas por este seguro.
3. É imprescindível ter a condição física adequada às características desta prova. É fundamental que o atleta tenha a noção de autogestão do esforço, quer físico, quer mental, perante situações adversas às quais poderá ficar exposto, sem que seja possível ajuda/resgate imediato. É fundamental o atleta saber como atuar em caso de pequenas lesões, indisposições gástricas, entre outras situações normais, decorrentes da atividade física intensa.
4. Todos os participantes devem seguir as normas e instruções dadas pelo diretor de prova, pessoal médico e restantes elementos do Staff. Qualquer participante que desobedeça às instruções é retirado/a da prova.
5. Os concorrentes serão obrigados a mostrar o dorsal de identificação a todos os controladores e à organização do evento quando exigido, sob pena de desclassificação ou exclusão da prova.
6. Os participantes devem compreender e reconhecer todos os riscos associados à prova.
7. É da responsabilidade do participante, notificar um elemento do Staff, caso esteja ferido ou sinta que a sua segurança está em risco.
8. O dorsal é pessoal e intransmissível. Os participantes que não estiverem a usar o dorsal e pulseira oficial do evento, serão retirados da prova. O dorsal do atleta deve estar em local visível aos elementos da organização.
9. 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.
10. O comportamento inadequado, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou de qualquer outra espécie, será comunicado às autoridades sempre que o ato seja merecedor de tal.

11. Os controles intermédios estarão em lugar a definir pela organização.
12. Atingindo o respetivo limite de prova, deverão os atletas retirar-se da mesma, pois nem a organização nem os serviços de assistência podem garantir a sua cobertura. Assim, os “Corredores Vassoura” ou o responsável de cada controle poderão retirar da prova qualquer corredor se o seu tempo na corrida, ou o seu estado de saúde assim aconselhar.
13. Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais, ou de qualquer outra natureza, a si mesmos e/ou a terceiros. A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente, de negligência, ou de roubo de objetos e/ou valores, de cada participante. Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos de responsabilidade resultante dos atos acima descritos.
14. 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 depositar os resíduos no abastecimento mais próximo, ou transportá-lo até à linha da meta.
15. Em caso de alterações do percurso ou cancelamento da prova no dia da mesma, seja por questões de condições climatéricas adversas ou outros motivos que a organização julgue decisivos, o valor da inscrição não será devolvido.
16. Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos pela comissão organizadora, de cujas decisões não haverá recurso.
17. Ao inscrever-se o participante está a concordar na íntegra com o presente regulamento.
18. Definição das categorias etárias/sexo:
 - a. Masculinos:
 - M Seniores (23 a 39 anos)
 - M40 (40 a 44 anos)
 - M45 (45 a 49 anos)
 - M50 (50 a 54 anos)
 - M55 (55 a 59 anos)
 - b. Femininos:
 - F Seniores (23 a 39 anos)
 - F40 (40 a 44 anos)
 - F45 (45 a 49 anos)
 - F50 (50 a 54 anos)
 - F55 (55 a 59 anos)

Obs:

- A) Os escalões referem-se à idade do participante na data da prova.
- B) Para a classificação por equipas contam os tempos dos 3 melhores atletas na classificação geral (não há distinção de sexo ou idade).