



GRUPO DESPORTIVO UNIÃO DA AZOIA

Rua da Baleeira – Serra da Azoia – CCI- nº 3201 – 2970-595 Sesimbra

Tel/Fax 21 268 51 57 E-mail: azoiaagdu@gmail.com Contribuinte – 501 084 711

Instituição com Estatuto de Utilidade Pública – Desp. nº11856/2012 de 6 Set.12

REGULAMENTO DO 4.º TRAIL DO CABO ESPICHEL / *IMOVILA*

1. ORGANIZAÇÃO

O 4.º *Trail* do Cabo Espichel / *Imovila* é um evento desportivo de corrida organizado pelo Grupo Desportivo União da Azoia (adiante designado GDUA).

2. DATA E HORÁRIO

2.1. O evento realiza-se no dia 18 de dezembro de 2016, com concentração junto ao Campo de Futebol do GDUA;

2.2. As partidas realizam-se nos seguintes horários:

- *Trail* Longo - 9h00
- *Trail* - 9h30
- Caminhada – 9h45

2.3. As partidas serão antecedidas por um período de 15 minutos para concentração e *briefing*.

3. DISTÂNCIA DOS PERCURSOS

O evento tem 3 percursos alternativos:

- a) *Trail* Longo de 30Km (dificuldade física e técnica alta);
- b) *Trail* de 15Km (dificuldade física e técnica média);
- c) Caminhada de 10 km (dificuldade física e técnica média).

4. ESCALÕES

4.1. O evento destina-se a todos os atletas, federados ou não, em representação individual ou coletiva (Escolas, Associações desportivas, etc.), tendo os seguintes escalões no *Trail*/Longo e *Trail*:

- Sénior Masculino - 18/39 anos
- Veteranos M 40 (40 a 49 anos)
- Veteranos M 50 (50 a 59 anos)
- Veteranos M 60 (mais de 60 anos)
- Seniores Femininos - 18/39 anos
- Veteranas F 40 (40 a 49 anos)
- Veteranas F 50 (50 a 59 anos)
- Veteranos F 60 (mais de 60 anos)

4.2. A caminhada é uma actividade sem escalões, de cariz não competitivo.

4.3. Os atletas de idade inferior a 18 anos apenas podem participar no Trail (15 Km) ou na Caminhada (10Km).

4.4. As idades indicadas referem-se ao final do ano civil (31/12/2016).

4.5. Em cada escalão, não havendo cinco atletas inscritos, os mesmos são classificados no escalão anterior.

5. INSCRIÇÕES

5.1. As inscrições abrem no dia 1 de novembro e fecham no dia 15 de dezembro ou quando for atingido o número limite de 400 participantes, no somatório dos três percursos;

5.2. A inscrição só se considera válida após pagamento da respetiva taxa. Caso os atletas não procedam ao pagamento até 5 dias após a inscrição a mesma será eliminada.

5.3. O valor da taxa de inscrição é o seguinte:

- *Trail* Longo e *Trail* – € 12,00
- Caminhada – € 6,00

5.4. Os sócios do GDUA com as quotas em dia beneficiam de 50% de desconto na taxa de inscrição.

5.5. Os residentes no concelho de Sesimbra beneficiam de um de desconto de 2,50€ na taxa de inscrição, desde que enviem documento comprovativo de morada após a realização da inscrição, para o email inscricoesgduazoia@gmail.com.

5.6. A inscrição inclui participação no evento, seguro, aluguer do chip (SI), *t-shirt*, abastecimentos sólidos e líquidos e banhos.

5.7. Os participantes inscrevem-se *on-line* em www.acorrer.pt.

5.8. O pagamento é realizado no multibanco ou através de *homebanking*, na opção pagamento de serviços através dos dados de pagamento emitidos pela aplicação de inscrições da Acorrer.

5.9. Em nenhuma circunstância serão devolvidas taxas de inscrições pagas.

5.10. Caso o atleta previamente inscrito não possa comparecer ao evento, poderá ceder a sua inscrição a outro atleta, desde que sejam observadas cumulativamente os seguintes condições:

a) Envio de e-mail para o endereço eletrónico inscricoesgduazoia@gmail.com, até às 23h59, de dia 16 de dezembro, com indicação dos seus dados e os do novo atleta a inscrever;

b) A troca de inscrição terá de ser confirmada pela organização do evento, via e-mail;

c) O novo atleta a inscrever terá de pagar no secretariado da prova uma taxa de 2,00 euros por alteração da inscrição;

5.11. Serão consideradas nulas as trocas de inscrições que não cumpram todos os requisitos referidos no ponto anterior, pelo que a organização não se responsabilizará

por quaisquer danos ou acidentes de atletas que não tenham cumprido o disposto no número anterior.

6. SECRETARIADO

6.1. Os atletas levantam o peitoral no secretariado da prova, o qual estará aberto das 20h30 às 22h00, no dia anterior ao evento, e das 7h30 às 9h00, no dia do evento.

6.2. Para efetuar o levantamento dos peitorais e *t-shirt*, os atletas deverão consultar o seu número na aplicação das inscrições, no site do evento (www.gduazoia.com) ou na lista de participantes exposta junto ao secretariado.

6.3. O Secretariado da prova está instalado na sede do GDUA, sito na Rua da Baleeira, Serra da Azoia, Sesimbra.

7. O PERCURSO

7.1. O 4.º *Trail* do Cabo Espichel / *Imovila* decorrerá em trilhos, caminhos rurais e estradas do concelho de Sesimbra. Chama-se especial atenção para o facto de o percurso estar aberto à passagem de veículos, pelo que todos os participantes devem respeitar as regras de circulação do código da estrada.

7.2. O 4.º *Trail* do Cabo Espichel / *Imovila* é uma atividade não guiada, pelo que todos os participantes deverão prestar atenção à sinalização do percurso (fitas sinalizadoras e sinais indicadores de mudança de direção).

7.3. Todos os participantes deverão respeitar e seguir o itinerário marcado e atender aos conselhos e indicações por parte da organização.

7.4. Os participantes que deixem de visualizar a sinalização existente, durante uma extensão de 200 metros, devem parar a sua marcha, regressar ao último local onde viram as marcações e, caso não consigam retomar o percurso, pedir aconselhamento à organização através dos números de telemóvel disponíveis no peitoral.

8. CONTROLO DO PERCURSO

8.1. Os postos de controlo serão assinalados no terreno com **balizas de orientação** e controladores.

8.2. Durante o percurso existirão diversos pontos de controlo, não sendo a sua localização conhecida dos participantes.

8.3. O controlo de passagem e cronometragem será efetuado pelo sistema electrónico ***Sportident***.

8.4. Cada participante receberá com o peitoral um chip (***SI card***) que transportará no dedo e usará nos postos de controlo para registar a passagem e o respetivo tempo.

8.5. Só aos participantes que tenham efetuado todos os controlos previstos para o percurso escolhido, será validada a conclusão do percurso através da divulgação do tempo de prova.

8.6. O peitoral do 4.º *Trail* do Cabo Espichel / *Imovila* deve estar sempre visível na frente do participante.

9. ABASTECIMENTOS

9.1. Os participantes realizam o percurso em autonomia e devem providenciar forma de transporte do seu abastecimento.

9.2. A organização providencia, durante os percursos, os seguintes pontos de reabastecimento de sólidos e líquidos, devidamente identificados com a denominação de ZA1 – ZA2 – ZA3:

a) No *Trail* Longo (30 Km) existirão três zonas de abastecimento;

b) No *Trail* (15 Km) existirá uma zona de abastecimento;

c) Na caminhada existirá uma zona de abastecimento.

9.3. Nos abastecimentos a água não será fornecida em garrafas, pelo que cada participante deverá ter o seu recipiente próprio ou beber no local em copo fornecido.

10. SEGUROS E RESPONSABILIDADES

10.1. Ao inscrever-se no evento os participantes subscrevem um seguro de acidentes pessoal com as coberturas definidas na legislação aplicável a eventos destas características.

10.2. Todos os participantes deverão ter presente que o evento ocorrerá na zona do Parque Natural da Arrábida e, como tal, é expressamente proibido deixar lixo, razão pela qual poderão ser desclassificados.

10.3. Aos menores de 18 anos, será exigida uma declaração assinada por um dos pais ou tutor legal a autorizar a sua participação em formulário disponibilizado pela organização, que deverá ser enviado para inscricoesgduazoia@gmail.com ou entregue no secretariado.

10.4. Em caso de perda do *SI Card*, o participante pagará €40, correspondente ao valor de reposição do equipamento e portes.

10.5. A inscrição e a participação no 4.º *Trail* do Cabo Espichel / *Imovila* pressupõem a aceitação incondicional de todos os pontos do presente regulamento.

11. COMUNICAÇÕES

11.1. A página do evento no *facebook* (www.facebook.com/events/1308632152481408/) serve apenas para divulgação e informação sobre a prova.

11.2. Qualquer assunto que deva ser tratado com a organização do evento terá de ser efetuado exclusivamente para o endereço inscricoesgduazoia@gmail.com, devendo aguardar resposta ao e-mail enviado no espaço de 48 horas. Caso não obtenha resposta, deverá enviar novo e-mail.

12. PRÉMIOS

12.1. No *Trail* Longo (30Km) e no *Trail* (15Km) serão atribuídos os seguintes prémios:

a) Prémio para os três primeiros classificados de cada escalão/género;

b) Prémio coletivo para as três primeiras equipas de cada percurso.

12.2. São classificadas coletivamente os clubes que tenham no mínimo quatro atletas, sendo contabilizados os quatro melhores resultados individuais de cada equipa. A classificação é obtida pelo somatório dos pontos atribuídos por ordem de chegada a cada atleta.

13. DIREITO À IMAGEM

O ato de inscrição na prova confere à organização do evento o direito à gravação total ou parcial da participação do atleta na mesma e à utilização da sua imagem para a promoção e difusão da prova em todas as suas formas (rádio, imprensa escrita, vídeo, fotografia, internet, cartazes, meios de comunicação social, etc.), cedendo o atleta todos os direitos da sua exploração comercial e publicitária, sem direito a qualquer compensação económica.

14. CASOS OMISSOS OU DÚVIDAS

Os casos omissos, dúvidas ou situações menos claras neste regulamento serão decididos pela direção do evento.