

A woman in a blue and white costume is running a trail race. She is wearing a blue tank top, a white long-sleeved shirt, and a blue skirt. She has a race bib with the number 3110. She is holding a green phone and waving. The background is a misty forest.

CINDERELA TRAIL 2019



**LIVE
beach**
Praia de Marquálde

**23 JUNHO
09h00**

TRAIL 20 KM
MINI TRAIL 10KM
CAMINHADA 10 KM

Inscrições:
WWW.ACORRER.PT

Organização:



Info: cinderelatrail@gmail.com



REGULAMENTO

CINDERELA TRAIL

1. ORGANIZAÇÃO

O Evento é promovido pelo Grupo Cinderela em parceria com a Equipa Tombaminis trail team.

2. APRESENTAÇÃO

O evento tem como objetivo a promoção da prática de atividade física e turismo ativo na Zona de Mangualde, dando a conhecer o património histórico, cultural e ambiental da região. O evento é composto por três percursos:

- Trail de 20 km;
- Mini Trail 10km;
- Caminhada 10 km.

3. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

3.1 Idade de participação nas diferentes provas

- Trail de 20 km - podem inscrever-se, maiores de 18 anos à data do evento;
- Mini Trail 10km - podem inscrever-se, maiores de 18 anos à data do evento;
- Caminhada 10 km - não haverá restrições quanto à idade, no entanto na caminhada os menores participam sob total responsabilidade do seu responsável legal, sendo obrigatório por questões de seguro enviar um correio eletrónico com os dados do menor (Nome, Nº de CC e Responsável).

3.2 Condições físicas para participação nas provas

Todos os participantes devem estar conscientes da distância e das particularidades da prova em que vão participar e estar suficientemente treinados para concluírem a mesma.

3.3 Regularização da Inscrição

O processo de inscrição é feito através de formulário específico, disponível no site <https://www.acorrer.pt/eventos> e é válido apenas após a concretização do pagamento, recebendo o participante um comprovativo de inscrição. A inscrição no evento implica a aceitação do presente regulamento.

3.4 Prazos e Taxas de Inscrição

Abertura das inscrições no dia 1 de Maio de 2019

- Trail 20 km - 12,00 € (inclui almoço)
- Trail 20 km - 8,00 € (não inclui almoço)
- Mini Trail 10 km – 12,00 € (inclui almoço)
- Mini Trail 10 km – 8,00 € (não inclui almoço)
- Caminhada 10 km - 12,00 € (inclui almoço)
- Caminhada 10 km - 8,00 € (não inclui almoço)
- Almoço acompanhante – 6€

As inscrições encerram no dia 19 de junho de 2019, ou quando atingido o número de participantes que a organização entenda como limite.

3.5 Material incluído com a inscrição (Kit de Atleta)

Trail /Mini Trail e caminhada:



REGULAMENTO

- Dorsal com o número do atleta;
- Medalha finisher;
- Seguro de prova;
- Senha para almoço;
- Outros brindes e ofertas;

A organização coloca ainda à disposição dos atletas:

- Abastecimento de sólidos e líquidos
- Transporte para a chegada, em caso de abandono ou de ser impedido de continuar em prova;
- Abastecimento na chegada;
- Acesso a balneários no final da prova;

3.6 Colocação de Dorsal

O dorsal é pessoal e intransmissível e tem o número do atleta. Deve ser usado à frente do corpo, preferencialmente, à altura do peito, com a parte de baixo solta com o objetivo de registo do controlo. Caso seja perdido o dorsal durante a prova, o participante deve informar a organização nos postos de controlo do seu número de dorsal no sentido de ficar registada a sua passagem e substituído o dorsal. Os atletas são obrigados, sempre que solicitado pela organização, a mostrar o dorsal para efeitos de controlo e ou passagem.

3.7 Possibilidade de ajuda externa

Todos os participantes podem receber assistência pessoal durante a prova, a qual apenas pode ser prestada nos postos de controlo/abastecimento previamente definidos pela organização do evento.

3.8 Cancelamento da Inscrição

A inscrição de um participante pode ser cancelada mediante pedido apresentado por escrito pelo próprio até dia 19 de junho, com direito à devolução de 50% do valor da inscrição.

3.9 Devolução do valor de inscrição Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição depois do fecho das inscrições, e por adiamento da prova por motivos alheios á organização.

4. SECRETARIADO

Todos os atletas devem proceder ao levantamento dos dorsais/peitorais durante o período de funcionamento do Secretariado, podendo ser solicitado pela organização a apresentação do Cartão de Cidadão e vistoria ao material obrigatório.

5. PROGRAMA

Sábado,

22 de Junho de 2019

15:00h - Abertura do secretariado na Praia de Mangualde.

18:00h - Encerramento do Secretariado.

Domingo,

23 de Junho de 2019

07:00h - Abertura de secretariado na zona de partida.

08:30h - Encerramento de secretariado.

09:00h – Partida para Trail 20km

09:15h – Partida para Mini Trail 10km

09:20h – Partida para Caminhada 10km



REGULAMENTO

10:15h – Chegada prevista do 1º atleta do Mini Trail.

10:30h – Chegada prevista do 1º atleta do Trail.

11:25h – Chegada prevista do 1º atleta da caminhada.

12:00h – Início serviço de Almoço

13:00h – Entrega de prémios.

14:30h - Encerramento serviço de Almoço.

A organização reserva-se ao direito de alteração do programa por motivos que advenham do decorrer do evento.

6. PROVA

6.1 Percurso

Todos os percursos são marcados de acordo com as setas, fitas e ou indicação específica, de modo a que sejam de fácil identificação para o atleta.

6.2 Distâncias, categorias e altimetrias

O evento é composto por três percursos:

- Trail de 20 km
- Mini Trail 10km
- Caminhada 10 km.

Para todos os percursos serão divulgados previamente os respetivos perfis altimétricos nos diferentes formatos de promoção da prova.

6.3 Sistema de Controlo de Tempos

6.3.1 Os participantes devem estar preparados com pelo menos meia hora de antecedência do horário de partida e devidamente equipados.

6.3.2 Para o controlo de tempos é utilizado um sistema eletrónico de controlo de tempos, em caso de necessidade extrema, poderá também ser usado controlo manual.

6.4 Material Obrigatório

O material obrigatório para todos os atletas participantes é:

- O peitoral/dorsal visível,
- Telemóvel
- Reserva para líquidos

O material opcional para todos os atletas é;

- O copo de hidratação e outro material que o atleta achar necessário para a realização da prova.

A organização, em função das previsões meteorológicas, pode exigir previamente o uso de determinado equipamento específico obrigatório para além do indicado; Os atletas que não se façam acompanhar do material obrigatório durante a prova, podem ser penalizados, sendo da responsabilidade dos atletas qualquer incidente por falta do mesmo.

6.5 Tempo Limite

O tempo limite de execução é de:

- 4 Horas para o Trail de 20 km
- 3 Horas para o Mini Trail 10 Km
- 3h30 para a caminhada 10km.

Todos participantes que não cumpram os tempos limite de chegada podem ser desclassificados.



REGULAMENTO

6.6 Postos de Controlo e Abastecimento

Os postos de abastecimento funcionarão simultaneamente como posto de controlo de passagem, e para além dos mencionados, haverão também postos de controlo aleatórios.

6.7 Segurança

O evento realiza-se independentemente das condições climáticas do dia do evento, podendo a organização entender pelo seu cancelamento ou adiamento, sempre que entenda estar em risco a integridade física dos participantes;

Na passagem em locais com tráfego rodoviário ou em áreas de perigo devidamente sinalizadas, como tal durante os percursos os atletas devem ser responsáveis, cumprir as normas de trânsito relativas ao código da estrada e a sua legislação regulamentar, e zelar pela sua segurança e integridade física;

Haverá dois postos de apoio médico aos participantes, estando um localizado na chegada e outro durante o percurso;

O peitoral/dorsal incluirá um número de contato de emergência.

6.8 Responsabilidade do Atleta

O participante é responsável pelo transporte dos invólucros e outro lixo não natural, provenientes de géis, barras, entre outros materiais, no seu próprio material, e depositá-lo no abastecimento mais próximo ou transportá-lo até á meta.

Não é permitido destruir ou alterar propositadamente qualquer elemento natural (muros, plantações, sinalética, marcações, etc.) ao longo do percurso.

Os atletas devem ser responsáveis e abster-se de quaisquer atos que possam causar danos a terceiros, nomeadamente em terrenos contíguos aos percursos.

O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas as modalidades, serão caso de advertência, desqualificação e/ou expulsão, sem lugar a qualquer tipo de reembolso.

Sendo este um evento que promove e privilegia os princípios da Ética Desportiva, todos os participantes encontram-se obrigados a prestar auxílio durante a prova a qualquer participante em situação de perigo, bem como a alertar os elementos da organização no posto de controlo/abastecimento mais próximo.

6.9 Seguro

1 - Todos os participantes no evento beneficiarão de um seguro desportivo, da responsabilidade da organização.

2 - As condições da apólice do seguro de acidentes pessoais são as do seguro desportivo obrigatório em vigor, conforme o Decreto-Lei n.º 10/2009 de 12 de Janeiro, aplicável a todos os participantes

Todas as ocorrências devem ser comunicadas, formalmente, para o correio eletrónico

cinderelatrail@gmail.com até às 16h00 do dia 24 de junho de 2019.

7. PRÉMIOS, CATEGORIAS E CLASSIFICAÇÕES

7.1 Prémios

Prémios (Trail de 20 km e Mini Trail 10km) serão atribuídos prémios aos 3 primeiros classificados de cada escalão M/F.

7.2 Sistema de Classificação e Pontuação

As categorias etárias serão definidas automaticamente em função dos dados disponibilizados pelos participantes no ato da inscrição. Considera-se a idade que o atleta terá a 31 de dezembro de 2018.

- Sub -23 M/F – 18 a 22 anos;
- Sénior M/F – 23 a 39 anos;
- Elite M/F – 40 a 54 anos;
- Master M/F – mais de 55 anos;

7.3 Penalizações e Reclamações



REGULAMENTO

Qualquer reclamação às classificações deve ser efetuada à organização no dia do evento, para que a mesma possa ser analisada e deliberada o mais rápido possível pela organização.

Outras reclamações ou sugestões podem ser dirigidas à organização da prova através do correio eletrónico geral ou da página de Facebook.

8. ANPC- Autoridade Nacional da Proteção Civil

Qualquer impedimento pela ANPC- Autoridade Nacional da Proteção Civil para a realização do evento na data prevista por condições de segurança, a organização reserva-se ao direito de marcar uma nova data, em que reúna total e inequívoca segurança para os participantes.

9. PROTEÇÃO DE DADOS

Todo o participante, ao formalizar a sua inscrição, autoriza a publicação dos seus dados pessoais necessários ao desenrolar da prova, seja nas listas oficiais, em meios de comunicação ou internet, assim como, o seu uso para envio de informação relativa ao evento, incluindo posteriores edições. Igualmente autoriza que as imagens recolhidas (fotografia ou vídeo) possam ser utilizadas de forma intemporal em qualquer ação publicitária, com o único fim de promoção e divulgação do evento. Cada participante é responsável pela veracidade dos dados fornecidos na sua inscrição. Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um correio eletrónico para cinderelatrail@gmail.com.

10. OMISSÕES

Os casos omissos no presente regulamento são decididos pela organização com respeito pelas normas legais e regulamentares em vigor.

Por razões de força maior a organização reserva-se ao direito de proceder a alterações ao presente Regulamento, sendo estas comunicadas previamente nos locais de promoção do evento.

11. INFORMAÇÕES E CONTACTOS

Redes Sociais: <https://www.facebook.com/Cinderela-Trail-348827602417969/>

Correio eletrónico: cinderelatrail@gmail.com

Contacto: 964723587

Coordenadas ponto de partida: 40.612104,-7.748401