

REGULAMENTO

Preâmbulo

A povoação de Monte Francisco fica situado no Sotavento Algarvio, concelho de Castro Marim ladeada pela Reserva Natural do Sapal de Castro Marim e Vila Real de Santo António e pelo Castro Marim golfe Country club, a menos de dez minutos da nossa vizinha Espanha. O “Montinho” como os seus habitantes lhe chamam, muito próximo das melhores praias do Sotavento algarvio, e a menos de 2km da vila de Castro Marim, situa-se no interior do Concelho.

O aglomerado populacional oscila entre os meses de verão e de inverno, sendo que os cerca de 700 habitantes nos meses de verão, com a chegada dos filhos desta terra, que se encontram além-fronteiras, fazem com que a população aumente em larga escala, o que há mais de duas décadas veio dar origem à festa do Emigrante, onde se celebra a desejada e tão esperada chegada de todos aqueles que ao longo do ano, um dia tiveram que procurar fora da sua terra natal, uma vida melhor.

Há 25 anos que a povoação de Monte Francisco promove esta Festa do Emigrante, sendo que o mês de Agosto é mês de reencontros, é tempo de matar a saudade. Dezenas de famílias no primeiro fim-de-semana de Agosto, reúnem-se nesta povoação, num convívio que assinala o regresso às origens.

Ao longo do ano o ambiente tranquilo e a hospitalidade deste povo fazem desta terra um lugar aprazível, procurado por muitos quer para o descanso quer para o lazer. Ainda de referir, a título de curiosidade, que foi nesta localidade que nasceu a mãe do conhecido cantor Paco de Lúcia, dando o nome deste artista a uma das ruas da localidade. No entanto, a história que tem passado de geração em geração e que se conta, ainda hoje aos mais jovens, é a História do Velho do Moleiro.

O Moleiro de nome Francisco, que trabalhava todos os dias no seu Moinho situado mesmo me frente à Localidade do Monte Francisco, numa área de sapal (área encharcada periodicamente pelas marés) e pequenos braços de esteiro. (sendo o principal o esteiro do Francisco, nome do Moleiro). O moinho trabalhava diariamente para produzir as telhas típicas da região, era ganha-pão do moleiro e de algumas famílias que se ocupavam desta profissão,

e que viviam nesta terra, sendo mais tarde atribuído o nome do Moleiro a esta localidade.

Atendendo a que este é o primeiro Trail realizado nesta pequena localidade, não queríamos deixar de salientar alguns dos nossos principais objetivos deste evento, dando a conhecer esta povoação a quem não a conhece, “oferecer” um dia diferente de confraternização aos residentes e por último proporcionar a quem nos visita, uma manhã repleta de aventura e convívio por caminhos rurais e trilhos da nossa terra.

Artigo 1º

Objeto

O presente regulamento tem como objetivo definir as regras de participação no evento desportivo, 1º Trail do Moleiro.

Artigo 2º

Âmbito de Aplicação

O evento desportivo, 1º Trail do Moleiro promovido e organizado pela Equipa Avenida Trail e o Clube Campesino R.F.C., com o apoio da Câmara Municipal de Castro Marim e a Junta de Freguesia de Castro Marim, destina-se a todos os cidadãos que cumpram o disposto no presente regulamento.

Artigo 3º

Condições de participação

- 1 – As idades de participação são as seguintes:
 - Trail Curto 15 Km - serão admitidos atletas com idade igual ou superior a 16 anos,
 - Trail Longo 25 Km – serão admitidos atletas com idade igual ou superior a 18 anos;
 - Caminhada 10 Km – sem limite de idade, sendo que os menores de idade deverão fazer-se acompanhar por um responsável maior de idade.

Artigo 4º

Inscrição

- As inscrições devem ser efetuadas, no site www.acorrer.pt numa ligação existente para o efeito.
- O período de inscrições termina de acordo com prazo indicado no site www.acorrer.pt

- A inscrição fica regularizada após liquidação do pagamento até à sua data limite. Não será necessário o envio de comprovativo de pagamento.
- Todas as inscrições sem confirmação de pagamento até ao prazo limite poderão não ser consideradas. Cabe à organização avaliar a possibilidade de as adicionar e decidir em função das vagas, prazos e condições.
- As inscrições são pessoais e intransmissíveis.
- Todos os pedidos de informação deverão ser solicitados para o email campesinorfc@gmail.com ou tlm. 965292295 ou 927911820.
- A presente atividade desportiva está aberta a pessoas filiadas numa federação ou não, em representação individual ou coletiva (Clubes, Escolas, Associações Desportivas, Empresas).

Artigo 5º

Valores e períodos de inscrição

1 - As inscrições devem ser concretizadas com pagamento efetuado até às 23:59h do dia 31 de Março de 2020:

A Caminhada será gratuita, com opção de compra da T-Shirt técnica com o valor de 5€.

Trail Longo 25 km 12.00€

Trail Curto 15 km 12.00 €

Almoço 5.00 €

Artigo 6º

Limite de inscrições

1 - O evento será ilimitado, contudo a organização apenas se responsabiliza pela atribuição de lembranças e T-Shirt Técnica às primeiras 300 inscrições devidamente confirmadas e liquidadas .

Artigo 7º

Devolução do valor de inscrição

1- Não haverá direito a devolução do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada por motivos imputáveis à organização.

Artigo 8º

Serviços / Material Fornecido

1- A participação no evento desportivo inclui:

- Pequeno-almoço;
- Dorsal;
- Seguro de acidentes pessoal;
- Abastecimentos sólidos e líquidos;
- Reforço á chegada;
- Massagens
- Banhos;
- T-Shirt Oficial do evento;
- Outros brindes que a organização consiga angariar.

Artigo 9º

Condições físicas

- Todos os participantes no evento, em qualquer uma das provas, devem estar cientes das condições físicas em que se encontram, devendo gozar de boa saúde e de uma preparação física e psíquica apta a esforços longos devendo estar preparados para terrenos acidentados, com um desnível positivo e negativo, com riscos e condições atmosféricas adversas.
- Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro e chuva.
- Saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc;
- Estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas, salvo situações de necessidade.

Artigo 10º

Dorsal

- A identificação por número de dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve estar sempre bem visível.
- O participante é responsável pela integridade do dorsal.
- Os dorsais serão entregues individualmente e os participantes deverão apresentar o documento de identificação no momento de recolha dos mesmos.
- Os meios de fixação do dorsal são entregues aos atletas no ato do levantamento do mesmo.

Artigo 11º

Regras de conduta desportiva

- Todos os atos do evento deverão ser norteados por um completo fair-play, assumindo a organização e os concorrentes, pelo facto de aceitarem este regulamento ao inscreverem – se.
- O comportamento inadequado e antidesportivo, como seja, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou física, poderá ser punido com advertência, desqualificação ou expulsão com proibição de inscrição em eventos posteriores promovidos pela equipa Avenida Trail / Campesino.
- Será desqualificado qualquer atleta que durante a realização da prova altere o percurso para o qual se inscreveu.

Artigo 12º

Responsabilidade Ambiental

- Considerando que o Trail Running é um desporto de contacto com a natureza, será importante zelar pelo cumprimento das normas de boa conduta ambiental, onde a nossa pegada fique apenas registada nas fotos, e na memória de quem percorrer estes trilhos.
- O respeito absoluto pela natureza e pelos animais, deverá ser uma das atitudes e compromisso de cada atleta, responsabilizando-se pelo transporte de todos os invólucros, resíduos, (mesmo que biodegradáveis ou não), especificamente géis, barras e/ou outros. Naturais.
- A organização pretende deixar o percurso melhor ou pelo menos igual ao que encontrou, sendo que existirá nos abastecimentos e na meta locais apropriados para que possam depositar todos os resíduos.

Artigo 13º

Prova

- 1 - O evento desportivo 1º Trail do Moleiro integra as seguintes distâncias:
 - Trail Longo – +- 25 Km
 - Trail Curto – +- 15 Km
 - Caminhada - +- 10 Km, sem vertente competitiva.
- 2 – Quer o Trail Longo quer o Trail curto integram nos seus percursos, caminhos, trilhos, ribeiras, entre outros.
- 3 - Todas as distâncias evitam no máximo estradas alcatroadas; quando atravessarem estradas alcatroadas siga e respeitem as regras de segurança, assim como a organização.
- 4 - A caminhada desenvolve-se numa zona próxima da povoação do Monte Francisco e conta com caminhos e trilhos de uma dificuldade fácil.
- 5 - As marcações principais dos percursos são efetuadas com bandeiras em pano, setas de mudança de direção, placas informativas ou, excepcionalmente, com marcação no solo.

Artigo 14º

Tempo limite

- 1 - As distâncias de Trail Curto e Trail Longo têm tempo limite para a sua conclusão, sendo que:
 - ✓ O Trail Curto - terá um tempo limite de 3 horas 30 minutos, ou seja, às 12:30h na linha da meta.
 - ✓ O Trail Longo - terá um tempo limite de 5 horas, ou seja, às 14:00h na linha da meta.

Os atletas que ultrapassarem estes tempos já não será contabilizada a sua classificação, contudo, se pretenderem terminar a prova podem fazê-lo sob a sua responsabilidade.

Artigo 15º

Programa

- Sábado, 4 de Abril de 2020 sede do Campesino
- 19:00h - Abertura do secretariado para levantamento do dorsal; 22:00h - Encerramento do Secretariado.
- Domingo, 5 de Abril de 2020 Monte Francisco junto á sede do Campesino RFC
- 07:00h - Abertura do secretariado para levantamento do dorsal;
- 08:30 - Encerramento do Secretariado
- 08:45 - Briefing para todas as distâncias 09:00 – Partida do Trail Longo
- 09:15 - Partida do Trail Curto 09:30 - Partida para a Caminhada
- 12:30 – Hora limite de chegada do Trail Curto
- 13:00 – Início do almoço
- 14:00 - Hora limite de chegada Trail Longo
- 14:30 - Entrega de Prémios

O horário pode ser alterado em função de imprevistos ou das chegadas dos atletas.

Artigo 16º

Controle de Tempos

O controlo de tempos da prova será da responsabilidade da entidade organizadora e da empresa www.acorrer.pt

Artigo 17º

Postos de controlo

- Todos os participantes são obrigados a percorrer na íntegra os percursos fornecidos pela organização sob pena de desclassificação.
- Os postos de controlo são colocados em locais estratégicos.

- A não passagem por um posto de controlo levará à desclassificação do atleta.

Artigo 18º

Abastecimentos

1º Ao longo das provas será fornecido abastecimento composto por sólidos e líquidos:

- Trail Curto - 2 posto de abastecimento +- 6Km e +-12Km;
- Trail Longo - 3 postos de abastecimento +- 6Km, +- 12Km e +- 19Km;
- Caminhada - 1 posto de abastecimento +- 5 Km;

Artigo 19º

Material aconselhável / obrigatório

- 1- A prova far-se-á em regime de semi-autonomia dos atletas pelo que estes deverão, obrigatoriamente, ser portadores do seguinte material mínimo:
 - ✓ Reservatório para líquidos (bidon, flash, copo reutilizável, etc.);
 - ✓ Telemóvel;
 - ✓ Apito;
- 2- É da exclusiva responsabilidade dos atletas serem portadores do material acima descrito.
- 3- Por motivos ambientais a prova decorrerá em Semi-auto-suficiência com enchimento de recipientes, e não serão distribuídas garrafas de água aos atletas, os atletas deverão nas zonas de abastecimento encher o seu reservatório, ou em alternativa beber no local.

Artigo 20º

Prémios

1 - Prémios dos Trail:

- a) - Prémio Simbólico para os três primeiros classificados da geral (de cada género);
- b) - Prémio Simbólico para os três primeiros classificados por escalão etário masculino e feminino;
- c) - Prémio Simbólico para as três melhores equipas da geral (para a classificação coletiva contam os 4 melhores elementos masculinos e femininos);
- d) - Prémio Finish para todos os participantes que terminarem a prova.

Artigo 21º

Categorias etárias

Faixa etária	Masculino	Feminino
16– 22 anos	M Sub23	F Sub23
23 - 39 anos	M Seniores	F Seniores
40 - 44 anos	M40	F40
45 – 49 anos	M45	F45
50 - 54 anos	M50	F50
55 – 59 anos	M55	F55
Mais de 60 anos	M60	F60
Paratletas	Masculino	Feminino

Artigo 22º

Direitos de Imagem

- O participante, ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem tal como captada nas filmagens/registos fotográficos que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução e utilização para fins promocionais das entidades promotoras.

Artigo 23º

Alterações

- A organização reserva o direito a realizar as modificações que considere necessárias para melhorar as provas ou sob influência das condições encontradas no dia do evento, assim como à suspensão do mesmo se não existirem condições que permitam a realização prevista ou a sua segurança.

Artigo 24º

Casos Omissos

Os casos omissos serão resolvidos pela Organização.

Informação útil do Evento

Toda a informação referente a este evento será disponibilizada no site

<https://www.facebook.com/events/2842838939275740/>

A Organização Avenida Trail / Campesino RFC