



## **Regulamento Trilhos Vale do Leça 2016**

### **1. Condições de participação**

#### **1.1- Idade participação diferentes provas**

O TVL é uma prova que percorre trilhos e caminhos nas freguesias de Guifões, Custóias e Santa Cruz do Bispo em Matosinhos.

O Trail 24km está aberto a maiores de idade (18 anos). Os percurso de Trail/caminhada 12km aberta a menores desde que acompanhados por uma pessoa maior de idade.

#### **1.2-Inscrição regularizada**

A inscrição será feita através do site [www.funevents.pt](http://www.funevents.pt) e será necessário enviar comprovativo de pagamento para [geral@funevents.pt](mailto:geral@funevents.pt). Quando realizar a sua inscrição (necessita de registo no site como cliente), receberá um mail de resumo onde constam os passos e informação para formalizar o pagamento e poder ver a sua inscrição confirmada. Aquando do levantamento do dorsal é necessário levar documento de identificação referente à inscrição porque este pode ser pedido.

#### **1.3-Condições físicas**

Para participar é indispensável:

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado fisicamente e mentalmente.
- De ter adquirido, antes do evento, capacidades reais de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas.
- 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.

#### **1.4. Definição possibilidade de ajuda externa**

Os atletas podem receber ajuda externa desde que não haja interferência com outro atleta.

### 1.5. Colocação dorsal

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado à frente do atleta e de preferência à altura do peito/barriga.

### 1.6. Regras de conduta desportiva

O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas as modalidades, serão alvo de advertência, expulsão ou desqualificação.

## 2. Prova

### 2.1. Apresentação da prova (s) / Organização

O TVL é uma organização da Funevents com a colaboração da União de Freguesias de Custóias, Guifões e Leça do Balio, assim como da Matosinhosport e da Camara Municipal de Matosinhos.

Será realizado nos dias 10 de Junho de 2016, com partidas em locais distintos:

12km 200d+ Leça do Balio a Santa Cruz do Bispo – Partida no Mosteiro de Leça do Balio e Chegada em Esposade

12km 800d+ Santa Cruz do Bispo ao Castro de Guifões – Partida em Esposade e Chegada ao Campo de Tiro de Guifões

24km 1000d+ Leça do Balio ao Castro de Guifões – Partida no Mosteiro de Leça do Balio e chegada ao Campo de Tiro de Guifões

O TVL será constituído por 3 eventos:



2 - Trail Curtos/Caminhada com a distância de 12km



1 - Trail Longo com a distância de 24km .

(A organização reserva o direito de alterar as distâncias se assim o entender para alterações que nunca excedam os 15%)

## 2.2. Programa / Horário

### Trilhos Vale do Leça 2016

Sexta dia 10 de Junho

Abertura de secretariado 7.00h (Levantamento Dorsais, 24km 1000d+, 12km 200d+ e 12km 800d+)

9.30h – Partida 12Km 800d+ (Esposade) – Corresponde aos Km 12 ao 24 da prova Trail Longo 24 1000d+ - Prova cronometrada

10.00h – Partida 24K 1000d+ (Mosteiro Leça do Balio) - Prova cronometrada

10.15h – Partida 12km 200d+ (Mosteiro Leça do Balio) – Prova não cronometrada

Fecho do secretariado 9h

14h00 – Encerramento e cerimónia entrega de Prémios

## 2.3. Distância / Altimetria / Dificuldade ATRP

O TVL Longo terá a distância de 24km (Trail Longo) e um desnível positivo de +1000m

As distâncias de 12km Trail/Caminhada (Trail Curto) tem um desnível positivo de 200d+ (Km 1 ao 12 da TVL Longo) ou 800d+ (Km 12 ao 24 da TVL Longo).

## 2.4. Mapa / Perfil Altimétrico / Descrição do Percurso

Página de facebook

<https://www.facebook.com/Trilhos-Vale-do-Le%C3%A7a-531033310402613/?fref=ts>

Evento facebook:

<https://www.facebook.com/events/211720429207545/permalink/213515509028037/>

Esta informação será partilhada assim que seja possível.

## 2.5. Tempo Limite

Apenas existe tempo limite para a prova de 24km 1000d+

Os atletas podem fazer o percurso a correr ou a caminhar desde que não ultrapassem o tempo limite que será de 4 horas.

Ultrapassando o tempo de passagem limite, os atletas deverão afastar-se, pois nem a organização nem os serviços de assistência podem garantir a sua segurança, podendo “os corredores vassouras” levantarem as fitas de marcação do percurso após o tempo limite.

Se a organização entender afastar um atleta devido ao seu estado de saúde este assim o deve fazer, de modo a garantir o seu bem-estar.

## 2.6. Metodologia de controlo de tempos

[www.sportevents.pt](http://www.sportevents.pt)

Vencem os atletas individuais que chegarem à meta no menor tempo.

Vencem as equipas com a soma das 4 primeiras classificações mais altas (soma dá assim o valor mais baixo ao vencedor)

## 2.7. Postos de controlo

Surpresa

## 2.8. Locais de abastecimento

TVL 12km 200d+ - Aproximadamente entre o km 6/7 e ao km 12

(Informação correcta e precisa na altimetria final)

TVL 12km 800d+ – Aproximadamente ao km 18/19 assim como no final ao km 24 (Informação correcta e precisa na altimetria final)

TVL 24km 1000d+ - Aproximadamente ao km 6/7, ao km 12, aproximadamente ao Km 18/19 e ao km 24 no final

## 2.9. Material obrigatório e aconselhável:

Obrigatório:

- Telemóvel
- Depósito de água

(a organização não irá fornecer copos nos abastecimentos)

Aconselhável:

- Manta térmica
- Mochila ou cinto de hidratação
- Corta-vento (se as condições climatéricas forem adversas)
- Chapéu ou gorro

## 2.10. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário ou ferroviário

A prova irá decorrer em poucos troços de passagem com tráfego rodoviário.

A prova será em open road, ou seja, todos os atletas terão que ter algum cuidado ao passar nos troços rodoviários, mesmo assim a organização terá voluntários ou forças de segurança nesses pontos.

## 2.11. Penalizações / desclassificações

Será penalizado ou desclassificado todo aquele que:

- a) Não leve o material obrigatório (desclassificado);
- b) Não complete a totalidade do percurso (desclassificado);
- c) Deteriore ou suje o meio por onde passe (desclassificado);
- d) Não leve o dorsal bem visível (penalizado em 15m);
- e) Alteração do dorsal (desqualificação);
- f) Ignore as indicações da organização (penalizado em 1h);
- g) Tenha alguma conduta antidesportiva (desclassificado);
- h) Não passe nos postos de controlo (desclassificado);

## 2.12. Seguro desportivo

Todos os atletas estarão cobertos por um seguro de acidentes pessoais;

## 3. Inscrições

### 3.1. Processo inscrição

As inscrições terão que ser efetuadas online no site [www.funevents.pt](http://www.funevents.pt) - eventos – Trilhos Vale do Leça - Inscrição

Após ser feita a inscrição os atletas terão que regularizar o pagamento, enviar comprovativo e aguardar a confirmação da inscrição.

### 3.2. Taxas de inscrição

As inscrições iniciam dia 20 de Abril de 2016 e terminam dia 3 de Junho às 23.59h ou antes, no caso das vagas serem todas preenchidas até essa data.

Valores de inscrição individual ou grupos até 7 atletas em qualquer prova:

Inscrições para estes casos em [www.funevents.pt](http://www.funevents.pt)

- 24km Individual: 15 euros

- 12km Individual 9 euros (para qualquer uma das provas de 12km)

Política de descontos de grupos/equipas com 8 ou mais elementos:

Inscrições para estes casos: Pedido de ficha de inscrição manual por mail para [geral@funevents.pt](mailto:geral@funevents.pt)

- 24km Individual: 13 euros

- 12km Individual: 8 euros (para qualquer uma das provas de 12km)

### 3.2.1 Lotação

1000 vagas distribuídas pelas 3 categorias:

24km 1000d+ | 12km 200d+ | 12km 800d+

### 3.3. Condições de devolução do valor de inscrição

Em momento nenhum o valor da inscrição será devolvido caso o atleta desista da prova, a qualquer tempo. Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser efetuadas no prazo máximo até dia 03 de Junho.

Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos/motivos.

### 3.4. Material incluído com a inscrição

Dorsal

Seguro de acidentes pessoal

Abastecimentos

T-Shirt

Brinde Finisher

### 3.5. Prémios e pódio

Serão realizadas as cerimónias de Pódio no Clube dos Caçadores no final das provas 24km 1000d+ e 12km 800d+, havendo classificação e troféus para os individuais e equipas destas duas provas (12km 200d+ não é cronometrado)

### 3.6. Secretariado da prova / horários e local

Sexta dia 10 das 7 às 9h em local a indicar junto ao Clube dos Caçadores em Guifões.

O levantamento do dorsal deverá ser feito pelo próprio, mediante apresentação de documento identificativo ou poderá ser feito por terceiros desde que levem fotocópia do atleta em causa.

O Levantamento de dorsais de equipas de 8 ou mais elemento só pode ser levantado pelo responsável das inscrições e num único lote fechado.

### 3.7. Serviços disponibilizados

Entrada na feira do Trail, duche após a prova nos balneários do Pavilhão do Guifões Sport Club

## 4. Categorias/Escalões

### 4.2. Definição das categorias etárias/ sexo / individuais e equipas

Masculinos:

Prova de 24km 1000d+

Seniores – 18 a 39 anos

M40 – 40 a 49 anos

M50 – mais de 50 anos

Femininos:

Seniores – 18 a 39 anos

M40 – 40 a 49 anos

M50 – mais de 50 anos

Nota: as idades acima indicadas dizem respeito ao dia da competição.



Prova de 12km 1000d+

Seniores – 18 a 39 anos

M40 – 40 a 49 anos

M50 – mais de 50 anos

Femininos:

Seniores – 18 a 39 anos

M40 – 40 a 49 anos

M50 – mais de 50 anos

Equipas:

Apenas na prova de 24km

Nas equipas não há escalões e é considerada “equipa” o conjunto dos 4 primeiros elementos dessa mesma equipa.

## 5. Informações

### 5.1. Como chegar

41°11'50.89" | 8°40'16.58"

## 6. Marcação e controlos

O percurso estará marcado com fitas de cor viva.

Os Controlos serão Surpresa e fotográficos.

## 7. Responsabilidade ambiental

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.

## 8. Direitos de imagem

A inscrição (preenchimento e envio de pagamento) implica a aceitação do presente regulamento.



Implica 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.

#### 9. Apoio e emergência

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem.

#### 10. Casos omissos

Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos pela comissão organizadora, de cujas decisões não haverá recurso.

Qualquer dúvida deverão escrever para [geral@funevents.pt](mailto:geral@funevents.pt)

#### 11. Diversos

Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar as regras de viação nos cruzamentos da estrada.

A organização reserva-se o direito a realizar as modificações que considere necessárias para a realização do evento.

Este regulamento ainda pode ser alterado de modo a que fique mais completa a informação.

Este regulamento foi feito de acordo com o “regulamento tipo” da Associação de Trail Running de Portugal

Responsáveis de Prova:

Ricardo Bomtempo

Victor Martins

União de Freguesias de Custóias, Guifões e Leça do Balio.