



ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE LEIRIA

Estádio Municipal de Leiria – Apartado 552

Ec Marrazes - 2416- 904 Leiria

Telef. 244 827 580 Fax 244 812 972

E-mail: assleiria@adal.pt

www.adal.pt

ÉPOCA 2022 / 2023

PARECER Nº 16 SOBRE PROVA DE ATLETISMO

Nome da Prova: Mesh Nazareth Trail 2023

Organização: Mesh Nazareth Associação de Solidariedade Social

Local da Realização: Nazaré

Data da Realização: 1 de Maio de 2023

PARECER:

Face ao regulamento apresentado e que se anexa, depois de devidamente analisado, a Associação Distrital de Atletismo de Leiria concede o **parecer favorável** à realização da prova acima referida, pelo que o Organizador se obriga a realizá-la de acordo com o estabelecido no Regulamento.

À data proposta para o evento, este reúne as condições de segurança que permitem a sua realização, sem prejuízo de vir a necessitar de parecer positivo e vinculativo da Unidade de Saúde Pública, de acordo com as orientações e restrições que possam estar vigentes à data do mesmo.

NOTA:

Compromete-se igualmente a garantir a presença da assistência médica necessária, das forças de segurança e da contratação dos Seguros de Responsabilidade Civil e Desportivos obrigatórios por lei.

Data: 3 de Março de 2023



A Direção da ADAL
(Miguel Saraiya)



Mesh Nazareth Trail

REGULAMENTO

1. ORGANIZAÇÃO

1.1 – 5º Mesh Nazareth Trail organizado pela Mesh Nazareth-Associação de Solidariedade Social.

2. OBJECTO

2.1 – 5º Mesh Nazareth Trail consiste numa corrida e caminhada de montanha a realizar no dia 01 de Maio de 2023.

3. SEGURANÇA / MATERIAL OBRIGATÓRIO

3.1 - Na prova de TRAIL, só poderão participar indivíduos com mais de 18 anos, que se encontrem com uma preparação física e psíquica apta a esforços longos, não se responsabilizando a organização por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela sua participação, aconselhando os participantes a atestarem a sua condição física pelas vias médicas adequadas.

A Caminhada destina-se a todos os indivíduos (sexo masculino e feminino), cuja condição física o permita. Não se aconselha, no entanto, a participação a crianças menores de 10 anos.

A responsabilidade da participação na caminhada de crianças e jovens até aos 18 anos, é da inteira responsabilidade dos pais, declinando a organização qualquer responsabilidade em termos de seguro em acidentes ocorridos.

3.2 - A organização celebra um seguro de acidentes pessoais para o dia da prova, os atletas desde que devidamente inscritos, terão direito ao referido seguro.

3.3 - A organização terá ao dispor dos atletas serviço de primeiros socorros durante a realização da prova.

3.4 – O seguinte material é obrigatório para os eventos de Trail: Telemóvel, apito e manta térmica.

4. PERCURSO

4.1 – O percurso será feito por trilhos existentes na área envolvente à Nazaré. Grau de dificuldade média. O percurso poderá estar escorregadio na subida ao Monte de S.

Bartolomeu/S. Brás, nalgumas descidas na Serra da Pescaria, e nas barreiras da encosta da Pederneira, o que implica ao atleta o máximo de cuidado.

4.1.1 – Os percursos da caminhada, do Mini Trail, Trail Curto e Trail Longo serão balizados com fitas e placas sinalizadoras.

4.2 – 5º Mesh Nazareth Trail consistirá em quatro provas, um Mini Trail e caminhada de aproximadamente 10Km, Trail Curto de aproximadamente 15 Km, fazendo este parte do Campeonato Distrital de Trail da ADAL, um Trail longo de aproximadamente 30 Km.

4.2.1 – A prova Trail Longo terá início às 9:00, o Mini Trail e Trail Curto partirão 9:30 e a caminhada partirá às 9:40.

5. ESCALÕES

5.1 – Serão considerados os seguintes escalões para o Trail Curto

Masculino

Feminino

Sub23 - 18/22

Seniores - 23/34

M35 - 35/39

M40 - 40/44

M45 - 45/49

M50 - 50/54

M55 - 55/59

M60 - 60/64

M65 - 65 ou mais anos



Serão considerados os seguintes escalões para o Trail Longo

Masculino

Feminino

Sub23 - 18/22

Seniores - 23/34

M35 - 35/39

M40 - 40/44

M45 - 45/49

M50 - 50/54

M55 - 55/59

M60 - 60/64

M65 - 65 ou mais anos

Serão premiados os 3 primeiros classificados da geral individual para o Mini Trail, Trail Curto e Trail Longo.

Será premiada a equipa mais numerosa.

5.2 – Para efeito de classificação dos atletas nos escalões será considerada à idade que o atleta terá a 31 de outubro da corrente época competitiva.

6. INSCRIÇÕES

6.1 - As inscrições dos atletas e caminheiros devem ser efetuadas através do Site www.recordepessoal.pt, até às 24H00 do dia 26 de Abril de 2023. As inscrições são limitadas.

6.1.1 – Os dados para a inscrição são os seguintes:

Ø Nome completo;

Ø Nº do CC/BI;

Ø Sexo

Ø Data de Nascimento



- Ø Clube
- Ø Escalão
- Ø Morada completa
- Ø Endereço Eletrónico
- Ø Tamanho T-Shirt
- Ø 10km caminhada e Mini Trail, 15 Km Trail Curto e 30km Trail Longo

6.1.2 – A inscrição para a prova tem, o custo de 9,00 € caminhada, 16,00 € Mini Trail, Trail Curto e Trail Longo. Atletas federados na ADAL 15€.

§ - A taxa de inscrição inclui:

- Ø Seguro
- Ø T' Shirt

6.1.3 – Almoço.

O almoço têm um custo adicional de 8 €.

6.2 – As inscrições encerram no dia 26 de Abril não se aceitam inscrições após esse dia.

6.3 - Pagamento por referência multibanco.

6.4- A inscrição só será válida após pagamento

6.5 - Para quaisquer esclarecimentos deverão contactar a organização através de telefone 244471334 ou telemóvel 914 795 320 ou e-mail: geral@recordepessoal.pt.

6.6 – As inscrições para o Trail, assim como para a Caminhada são LIMITADAS.

6.7 - Não são devolvidas as taxas de inscrição.

7. CLASSIFICAÇÕES/PRÊMIOS

7.1 – Para os Trail's serão classificados com troféu:

1º, 2º, 3º lugar da Geral (masculino e feminino);

1º, 2º e 3º lugar por cada escalão mencionado em 5.1; Trail Curto e longo.



7.2 – Haverá um troféu para a equipa mais numerosa.

7.3 – Haverá um prémio a atribuir ao 1º atleta a cortar a meta volante denominado 4º Prémio Mário Caseiro.

7.4 – Haverá prémios “finisher” para os participantes que terminarem o trail.

8. ABASTECIMENTOS

8.1 - A organização vai fornecer pontos de água e sólidos em vários pontos.

Durante o percurso, a organização não fornece garrafas de água, os atletas deverão estar munidos de recipiente próprio

8.2 – No final da prova haverá uma zona com água e sólidos.

8.3 – A organização agradece que protejam a natureza evitando colocar lixo para o chão.

9. DESCLASSIFICAÇÕES/PENALIZAÇÕES

9.1 - Será alvo de desclassificação o atleta que:

∅ não cumpra o percurso estipulado;

∅ não respeite as indicações de elementos da organização ou colaboradores;

∅ tenha conduta anti-desportiva;

∅ tenha conduta poluidora;

∅ Não respeite o Código de Conduta e boas práticas dos visitantes nas áreas protegidas.

∅ ultrapassar o tempo limite de 5 horas no Trail Longo.

9.2 - A organização excluirá em futuras inscrições os atletas ou caminhantes que sejam abrangidos nestes dois últimos pontos.

9.3 - Penalização de 15 minutos para quem não se fizer acompanhar de um ou mais itens do material obrigatório.

10. SECRETARIADO E LEVANTAMENTO DE DORSAIS

10.1 - O secretariado funcionará na Sede da Associação (Avenida Nogent Sur Marne, 14 2450-138 Nazaré - em frente ao Pingo Doce) , podendo os dorsais serem levantados no dia antes da prova das 15H00 até às 20H00 e no dia da prova nas instalações da Associação Recreativa Pederneirense a partir das 07H30 até às 08H30.

10.2 - Os atletas devem fazer-se acompanhar do Bilhete de Identidade/CC e de alfinetes.



12. BANHOS

12.1 – Após a prova os atletas/caminhantes poderão tomar banho na Associação Recreativa Pederneirense

13. OUTRAS OBSERVAÇÕES

13.1 - Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de causar danos materiais, morais ou de saúde a si mesmos ou a terceiros.

13.2 - A organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente fora do âmbito da prova, negligência, roubo dos objetos e valores dos participantes.

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

14. ACEITAÇÃO DO REGULAMENTO

14.1 - O ato de inscrição pressupõe o conhecimento do presente regulamento, e comprometendo-se a submeter sem reserva a todas as suas prescrições.

14.2 – Todos os casos omissos serão resolvidos pela organização, que utilizará critérios de imparcialidade e justiça.

Versão 1.01 fevereiro 2023

