



## **ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE LERIA**

Estádio Municipal de Leiria – Apartado 552

Ec Marrazes - 2416- 904 Leiria

Telef. 244 827 580 Fax 244 812 972

E-mail: [assleiria@adal.pt](mailto:assleiria@adal.pt)

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

# **ÉPOCA 2021 / 2022**

## **PARECER Nº 20 SOBRE PROVA DE ATLETISMO**

Nome da Prova: 12º Trilhos Loucos da Reixida – 2022

Organização: Associação Cultural, Recreativa e Desportiva de Reixida

Local da Realização: Reixida - Leiria

Data da Realização: 12 de Junho de 2022

### **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: 6 de Junho de 2022



A Direção da ADAL  
(Miguel Saraiya)

# REGULAMENTO



## 12ª EDIÇÃO DOS TRILHOS LOUCOS DA REIXIDA

12 de junho de 2022

Associação Cultural, Recreativa e Desportiva de Reixida



## ÍNDICE

1. Condições de participação .....	3
1.1. Idade limite para participação nas provas dos TLR .....	3
1.2. Inscrição regularizada .....	3
1.3. Aptidão/Condição Física .....	3
1.4. Ajuda externa .....	3
1.5. Dorsal .....	3
1.6. Conduta desportiva, cívica e ambiental .....	4
2. Prova .....	4
2.1. Apresentação das Provas e Organização .....	4
2.2. Programa do evento .....	5
2.3. Distância e Altimetria .....	5
2.4. Metodologia de controlo de tempos e passagens .....	5
2.5. Abastecimentos .....	6
2.6. Material obrigatório .....	6
2.7. Passagem de locais com tráfego rodoviário .....	6
2.8. Penalizações .....	6
2.9. Seguros .....	6
3. Inscrições .....	7
3.1. Processo de inscrições .....	7
3.2. Valores e período de inscrição .....	7
3.3. Serviços disponibilizados .....	7
4. Processo de inscrições .....	8
4.1. Data e hora entrega de prémios .....	8
4.2. Definição escalões etários e equipas .....	9
4.3. Prazo de reclamação .....	9



Os Trilhos Loucos da Reixida (TLR) são um evento de corrida na natureza, vertente de *trail running*, organizados pela Associação Cultural, Recreativa e Desportiva (ACRD) da Reixida. Os TLR são compostos por duas provas (Trilho Curto e Trilho Longo) e uma caminhada, que decorrem nas serras da Sr.<sup>a</sup> do Monte e da Maúncia, Leiria.

## 1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

### 1.1. Idade limite de participação nas provas dos TLR

Neste evento poderão participar indivíduos com idade igual ou superior a 18 anos (à data de 12/06/22).

### 1.2. Inscrição regularizada

A inscrição pressupõe a total aceitação das regras presentes neste Regulamento.

A inscrição é efetuada através do preenchimento do formulário online na página [www.recordepessoal.pt](http://www.recordepessoal.pt) e só é considerada regularizada após confirmado o pagamento da mesma (por comunicação ao inscrito e/ou em lista de inscritos).

### 1.3. Aptidão/Condição Física

Os participantes devem ter em consideração as exigências físicas e mentais que este tipo de evento apresenta, tais como: calor, frio, chuva, nevoeiro, terreno acidentado e irregular, desnível positivo e negativo, fadiga extrema. Para tal, cada participante deve estar consciente das dificuldades e riscos e assegurar que se encontra preparado, física e mentalmente.

### 1.4. Ajuda externa

Não é permitida a ajuda externa com exceção da oferecida pela organização nos locais de controlo de dorsais/tempos e abastecimento. A ajuda externa nestes pontos não deve em situação alguma causar constrangimentos ao normal decorrer da prova. O participante deve estar consciente das dificuldades inerentes a uma atividade na montanha (ver ponto 1.3).

A ajuda externa fora das condições atrás descritas implica a desclassificação do participante por parte da organização.

### 1.5. Dorsal

O dorsal (e o seu número/nome associado), é pessoal e intransmissível. O não cumprimento desta regra poderá implicar procedimentos legais e/ou disciplinares para com os infratores.

O dorsal deve ser colocado na parte frontal do corpo, preferencialmente ao nível do peito. A não colocação do dorsal na parte frontal do corpo, a sua manipulação fraudulenta ou irregular será punida com desclassificação do participante infrator. Em



caso de desistência ou desclassificação, o dorsal deve ser entregue aos elementos da organização, podendo o mesmo ser devolvido ao participante no final da prova (meta e/ou secretariado).

### 1.6. Conduta desportiva, cívica e ambiental

Qualquer participante que não cumpra as regras básicas de boa conduta desportiva e/ou de conduta cívica em sociedade e/ou respeito ambiental, será desclassificado e impedido de participar em futuras edições (no mínimo na edição subsequente).

## 2. PROVA

### 2.1. Apresentação das Provas e Organização

Os Trilhos Loucos da Reixida (TLR) são um evento de corrida na natureza, vertente de *trail running*, organizados pela Associação Cultural, Recreativa e Desportiva de Reixida. Os TLR são compostos por duas provas: Trilho Curto e Trilho Longo que decorrem nas serras da Sr.<sup>a</sup> do Monte e da Maúnça, Leiria.

O evento é composto por duas provas e uma caminhada:

- Trail Longo 28km – TL28;
- Trail Curto 15km – TC15;
- Caminhada 10km – C10.



Os percursos dos TLR são compostos por caminhos, trilhos, estradas florestais, estradas rodoviárias, zona rural, rio Lis, penedos, entre outras designações. A prova será devidamente sinalizada por fitas de plástico (cores a designar), sinalização vertical (setas) e horizontal (marcação no terreno). Terá ainda o apoio de uma equipa de voluntários em zonas de maior perigo (ex.: estradas). Alertamos para o facto de o percurso não estar fechado em exclusivo para a prova, pelo que poderão existir viaturas, pessoas e animais a circular.

- O evento **TL28** tem início às 8h30m e percorrerá trilhos e caminhos nas serras da Sr.<sup>a</sup> do Monte e Maúnça, com uma distância de aproximadamente 28km e um desnível acumulado positivo aproximado de 1400 metros. Tem início e fim na localidade de Reixida, Leiria (percurso circular).

- O evento **TC15** tem início às 9h00m e percorrerá trilhos e caminhos nas serras da Sr.<sup>a</sup> do Monte e Maúnça, com uma distância de aproximadamente 15km e um desnível acumulado positivo aproximado de 550 metros. Tem início e fim na localidade de Reixida, Leiria (percurso circular).

- O evento **C10** tem início às 9h15m e percorrerá trilhos e caminhos nas serras da Sr.<sup>a</sup> do Monte e Maúnça, com uma distância de aproximadamente 10km e um desnível acumulado positivo aproximado de 350 metros. Tem início e fim na localidade de Reixida, Leiria (percurso circular).

Os participantes devem estar devidamente preparados para iniciar com, pelo menos, trinta minutos de antecedência para cada uma das provas. Em caso de necessidade, a organização procederá ao controlo 0 (zero) dos dorsais e *chips*, antes de iniciar cada uma das provas. Este procedimento será anunciado com antecedência.

A organização não atrasará as partidas por atrasos dos atletas, pelo que poderão iniciar a prova com o atraso que existir, até ao limite de 30 minutos após o início de cada prova.

Os horários de partida das provas poderão ser alterados pela organização, em casos em que se verifiquem alterações que possam colocar em causa a integridade física dos atletas (ex.: alterações climáticas).

## 2.2. Programa do evento

### Sábado, 11 de junho 2022

16h00m – abertura do secretariado para entrega dos dorsais na sede da ACRD da Reixida

20h00m – encerramento do secretariado

### Domingo, 12 de junho de 2022

07h00m – abertura do secretariado na sede da ACRD da Reixida

08h30m – encerramento do secretariado

08h20m – *briefing* na zona de partida do TL28

08h30m – partida do TL28

08h50m – *briefing* na zona de partida do TC15

09h00m – partida do TC15

09h15m – partida da C10

12h00m – início do serviço de almoços (sede da ACRD da Reixida)

14h00m – cerimónia de entrega prémios (sede da ACRD da Reixida)

Existirá o acesso a balneários para banhos na localidade de Cortes (junto ao recinto desportivo). Dado o número elevado de banhos, poderá a água quente não estar disponível para todos os participantes.

## 2.3. Distância e Altimetria

Prova	Distância	D +	D -	Tempo máximo
TL28 (trilho longo)	± 28 km	± 1400 m	± 1400 m	5h00m
TC15 (trilho curto)	± 15 km	± 550 m	± 550 m	4h00m



## 2.4. Metodologia de controlo de tempos e passagens

O controlo de tempo será efetuado com chip incorporado no dorsal e fornecido pela organização no secretariado (ver ponto 2.2).

Os postos de controlo serão dispersos pelos percursos, em locais não anunciados e terão um sistema automático de controlo (ex.: tapete eletrónico)

Ainda assim, os participantes deverão colocar o dorsal em zona visível aquando da passagem nos postos (visíveis à distância), para que os voluntários possam fazer o duplo controlo.

## 2.5. Abastecimentos

Os abastecimentos serão em quantidade suficiente para o normal decorrer das provas, de acordo com a experiência da organização. Nos abastecimentos existirão líquidos e sólidos, todavia aconselham-se os participantes a transportarem consigo uma reserva líquida e sólida.

## 2.6. Material obrigatório

Não há material obrigatório para ambas as provas.

Contudo e de forma a precaver qualquer tipo de problema a organização recomenda:

- roupa e calçado adequado à prática da modalidade e das condições climáticas;
- telemóvel em funcionamento pleno;
- manta térmica;
- apito
- reserva de abastecimento líquido e sólido.



## 2.7. Passagem de locais com tráfego rodoviário

Apenas na zona de partida e chegada há corte de trânsito. Nos restantes atravessamentos de estrada os participantes devem cumprir as normas de trânsito para peões.

## 2.8. Penalizações

O não cumprimento de qualquer ponto deste regulamento, antes, durante e após a prova, implicará a aplicação de penalizações que poderão ser as seguintes:

- advertência disciplinar (à segunda advertência o participante ficará impedido de se inscrever na edição subsequente);
- desclassificação da prova;
- inibição de inscrição em futura edição (ou futuras).

A organização da prova decidirá, em conformidade, a aplicação das penalizações atrás descritas e responsabilizar-se-á pela sua comunicação ao participante.

Alertam-se os participantes de que a ACRD se reserva ao direito de acionar meios e procedimentos legais quando o bom nome da prova, organização e/ou ACRD, forem colocados em causa.

## 2.9. Seguros

A prova estará coberta por um Seguro de Responsabilidade Civil (apólice a designar). Cada participante estará coberto por um seguro desportivo.

O pagamento da franquia do seguro, em caso de acidente, é da exclusiva responsabilidade dos atletas.

A organização não assumirá despesas de sinistros, dos quais não tomou conhecimento em tempo oportuno para ativar o seguro.

## 3. INSCRIÇÕES

### 3.1. Processo de inscrições

A inscrição individual ou coletiva (equipas) é feita, única e exclusivamente, na página [www.recordepessoal.pt](http://www.recordepessoal.pt). Deverão seguir as instruções que o processo for indicando, em caso de dúvida deverão contactar [geral@recordepessoal.pt](mailto:geral@recordepessoal.pt).

**Não serão aceites inscrições por email ou telefone.**

Ao realizar a inscrição, os participantes aceitam os termos do presente regulamento. A inscrição apenas é considerada válida após confirmação do pagamento.

O levantamento do dorsal depende da exibição do comprovativo de pagamento da inscrição correspondente e de um documento de identificação.

**Não é permitida a troca entre provas ou a troca entre atletas.**

### 3.2. Valores e período de inscrição

Até às 23H59M de dia 4 de junho de 2022

TL28 – 12€

TC15 – 10€

C10 – 6€

Almoço – 5.00€

Almoço de acompanhante – 7.50€

A inscrição inclui: t-shirt alusiva ao evento, seguro desportivo individual, seguro de responsabilidade civil (prova), abastecimentos, dorsal, banho (não está garantida água quente para todos).

Há limite de almoços, pelo que se incentivam os participantes a efetuar a reserva com antecedência.



Caso o atleta deseje cancelar a sua inscrição, deverá contactar a organização.  
Em caso de desistência após o dia 4 de junho de 2022, não será devolvido o valor da inscrição.

### 3.3. Serviços disponibilizados

- Solo duro sob solicitação (via email para [trilhosloucosdareixida@gmail.com](mailto:trilhosloucosdareixida@gmail.com));
- Abastecimento de sólidos e líquidos nos postos assinalados;
- Transporte para a chegada, em caso de abandono\* ou ser impedimento de continuação em prova (pela organização);
- Massagem no final da prova (por ordem de chegada e com limite horário e/ou número de massagens concedidas pela instituição parceira).

\*Em caso de abandono os atletas deverão se deslocar para os abastecimentos ou pontos de segurança, salvo situações de doença/acidente.

## 4. PRÉMIOS E CATEGORIAS

### 4.1. Data e hora entrega de prémios

A cerimónia de entrega de prémios realizar-se-á às 14h00m na sede da ACRD da Reixida.

### 4.2. Definição escalões etários e equipas

#### Trail Longo 28k – TL28

- S M (sénior masculino de 18 a 39 anos)
- M 40 (masculino de 40 a 44 anos)
- M 45 {masculino de 45 a 49 anos}
- M 50 (masculino de 50 a 54 anos)
- M 55 [masculino de 55 a 59 anos]
- M 60 (masculino com 60 ou mais anos)
- S F (sénior feminino de 18 a 39 anos)
- F 40 (feminino de 40 a 44 anos)
- F 45 [feminino de 45 a 49 anos]
- F 50 (feminino com mais de 50 anos)
- F 55 (feminino com 55 ou mais anos)

A idade é referente ao dia do evento.

#### Trail Curto 15k – TC15

- S M (masculinos de 18 a 39 anos)
- M 40 (masculinos de 40 a 49 anos)
- M 50 (masculino de 50 a 59 anos)
- M 60 (masculino com 60 anos ou mais anos)
- S F (femininos de 18 a 39 anos)



F 40 (femininos de 40 a 49 anos)

F 50 (feminino com 50 ou mais anos)

A idade é referente ao dia do evento.

### **Equipas – TL28**

Serão premiadas as 5 melhores equipas com 4 elementos.

### **Equipas – TC15**

Serão premiadas as 3 melhores equipas com 4 elementos.

Para o prémio de equipa é contabilizado a soma dos tempos dos primeiros 4 elementos. O não levantamento do prémio no dia da prova ou a ausência dos premiados na respetiva cerimónia, entende-se como renúncia aos mesmos, revertendo estes para a organização que lhe dará o destino que entender.

### **4.3. Prazo de reclamação**

Qualquer reclamação deve ser feita à organização no prazo máximo de 1h00m após a cerimónia de entrega de prémios (via email para [trilhosloucosdareixida@gmail.com](mailto:trilhosloucosdareixida@gmail.com)). Os resultados podem ser reclamados até 5 dias após a publicação dos mesmos, junto da organização.

Estas regras podem ser editadas, alteradas ou melhoradas a qualquer momento pela entidade organizadora, sem aviso prévio. O facto de realizar a sua inscrição implica a aceitação do presente regulamento.

A organização decidirá sobre todos os assuntos relacionados com o evento e que não foram objeto de regulamentação ou sobre más interpretações do presente regulamento.

O Diretor de prova  
Adelino Santos

