

Regulamento Trail – Rosa Albardeira

Cidade de Pombal

1. Condições de participação

1.1. *Idade participação diferentes provas*

Trail Longo Rosa Albardeira 35 km maiores de 18 anos;
Trail Curto Cidade Pombal 19 km maiores de 18 anos;
Caminhada da Cidade à Serra 15km

1.2. *Inscrição regularizada*

As inscrições terão que ser feitas através do preenchimento dos formulários disponibilizados pela organização em:

<http://www.offcrono.pt/portal/evento/inicio/pombaltrail>

O ato de inscrição só se encontra regularizado após entrega de comprovativo de pagamento.

1.3. *Condições físicas*

Devido às características destas provas só poderão participar atletas que gozem de boa saúde e que se encontrem aptos ao desenvolvimento de esforços físicos prolongados. A Organização destas provas não se responsabiliza por quaisquer problemas de saúde resultantes do esforço desenvolvido e aconselha os atletas participantes a fazerem o controlo médico com a devida antecedência. A Organização também não se responsabiliza por qualquer acidente ou outro dano sofrido antes, durante ou após a realização da prova, para além daqueles que se encontrem cobertos pelo seguro da prova.

1.4. *Definição possibilidade ajuda externa*

Haverá equipas de apoio, socorro e emergência constituídas por bombeiros para prestar os cuidados aos participantes que deles necessitem. No entanto não será permitida ajuda externa de apoio aos atletas que beneficiem o seu desempenho na prova.

1.5. *Colocação dorsal*

A organização irá fornecer um dorsal que os atletas deverão colocar na parte da frente do corpo. Só serão classificados os atletas que chegarem ao fim com o dorsal. Todos os atletas deverão ser portadores de quatro alfinetes para fixação do mesmo.

Em caso de desistência ou desclassificação o atleta é obrigado a entregar o dorsal à organização.

1.6. Regras conduta desportiva

Qualquer comportamento incorrecto da parte de um atleta para com a organização, adversário ou público em geral, implicará a sua imediata desclassificação.

2. Prova

2.1. Apresentação da prova / Organização

Esta prova irá ser organizada pelos Bombeiros Voluntários de Pombal em parceria com o Município de Pombal, com o apoio técnico da OFFcrono.

O dinheiro das inscrições irá reverter na sua totalidade a favor dos Bombeiros Voluntários de Pombal, para a aquisição de equipamento de proteção individual.

Os eventos serão realizados no dia **24 de abril 2016**, independentemente das condições climáticas desse dia, desde que a organização entenda que não ofereçam risco aos participantes.

Se a organização o entender e a segurança dos participantes o justificar, poderão ser alterados os percursos previamente estabelecidos.

A prova principal **Trail Longo Rosa Albardeira** tem início às 09h00, percorre caminhos e trilhos da Serra do Sicó – Freguesia de Pombal, Pelariga e Redinha, e tem uma distância aproximada de 35 km e 1600 metros de desnível acumulado positivo, com início e chegada no Largo do Cardal.

O **Trail Curto Cidade Pombal** tem início às 9h30, percorre também trilhos da serra do Sicó, com uma distância aproximada de 19 km.

A **Caminhada da Cidade à Serra** não tem carácter competitivo e terá início às 9h30

Os participantes poderão deixar as suas viaturas no estacionamento do Arnado, nesse dia será reservado apenas para os participantes.

Os participantes devem, estar devidamente preparados com pelo menos meia hora de antecedência, devidamente equipados e aptos a participar na corrida/caminhada.

A organização irá fazer controlo do material obrigatório e verificação dos dorsais, 30 minutos antes da partida.

O atravessamento de estradas públicas deve merecer a máxima atenção por parte dos atletas.

2.2. Programa / Horário

Sábado - 23 abril – abertura do secretariado das 14h às 21h (Largo do Cardal);

Domingo – 24 abril

7h30 – abertura secretariado (Átrio dos Paços do Concelho)

9h – **Trail Longo Rosa Albardeira**

9h30 – **Trail Curto Cidade Pombal**

9h30 – **Caminhada da Cidade à Serra**

2.3. Distâncias

Trail Longo Rosa Albardeira – +/-35 km

Trail Curto Cidade Pombal – +/- 19 km

Caminhada da Cidade à Serra – +/-15 km

2.4. Mapa/ Perfil altimétrico/ descrição percurso

Brevemente

2.5. Tempo limite

Brevemente

2.6. Metodologia de controlo de tempos

Os tempos obtidos serão cronometrados electronicamente, por pulseira chip, encerrando este serviço 08h00 depois do sinal de partida. Os atletas que entrem na meta depois de encerrado o controlo não serão classificados.

2.7. Postos de controlo

Durante o percurso serão colocados vários postos de controlo, os atletas que falhem a sua passagem num dos postos serão desclassificados.

Ao chegar aos postos de controlo os atletas deverão confirmar que a leitura do seu chip é devidamente efetuada (os postos de controlo emitem um som e uma luz perfeitamente perceptível).

2.8. Locais dos abastecimentos

Irão ser disponibilizados brevemente

2.9. Material obrigatório/ verificações de material

Os atletas antes da partida irão ser sujeitos a um controlo de verificação do seguinte material:

- ✓ Mochila tipo CamelBak ou Cinto com recipiente (s);
- ✓ Corta vento (opcional);
- ✓ Apito;
- ✓ Telemóvel operacional;

Este material é obrigatório e não será permitida a partida dos atletas que não apresentem este material.

2.10. Penalizações/ desclassificações

Controlos espalhados ao longo do percurso permitirão à organização desclassificar atletas que procurem, voluntariamente, encurtar a distância da prova ou pratiquem qualquer outra falta punível;

É expressamente vedada a troca de dorsais entre atletas, sejam ou não da mesma equipa.

A Organização reserva-se o direito de, por razões de saúde e através do seu departamento médico, obrigar um atleta a abandonar a prova.

A Organização poderá ainda desclassificar qualquer atleta que tenha uma conduta poluidora. O atleta terá de ser responsável pelo transporte das embalagens usadas de géis, bebidas energéticas ou outros produtos que utilizem durante a prova.

2.11. Responsabilidades perante o atleta/ participante

O ato de inscrição implica a aceitação do presente regulamento.

2.12. Seguro desportivo

A organização irá contratualizar, junto da Agência de Mediação Profissional de Seguros, Gaspar&Costa, os seguros obrigatórios, conforme o Decreto-Lei n.º 10/2009 de 12 de Janeiro.

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



Helder Gonçalves
Responsável Agência de Pombal
Email: helder.goncalves@gasparecosta.pt
Internet: www.gasparecosta.pt
Telemóvel: 912 558 388
Telefone 236 211 739
Fax 236 211 738

Número da Apólice: 888257020

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição

As inscrições deverão ser efetuadas em formulário próprio em:

<http://www.offcrono.pt/portal/evento/inicio/pombaltrail>

Em caso de dificuldades com a inscrição deverão contactar a Secretaria dos Bombeiros Voluntários de Pombal, através dos seguintes contactos:

Telefone Fixo - 236 200 926
Telemóvel Vodafone - 910 965 859
Telemóvel Meo - 962 005 122

3.2. Valores e períodos de inscrição

Evento	Até 10 de abril 2016 (23h59)	A partir 11 abril 2016
Trail Longo Rosa Albardeira	15 euros	18 euros
Trail Curto Cidade Pombal	10 euros	13 euros
Caminhada da Cidade à Serra	8 euros	10 euros

Atletas federados pagam o mesmo valor em todos os prazos de inscrição.

Por cada 10 inscrições da mesma equipa e que paguem ao mesmo tempo a organização oferece uma inscrição se a solicitarem atempadamente.

3.3. Condições devolução do valor de inscrição

Caberá à Organização analisar cada situação individualmente e decidir se haverá devolução do valor de inscrição em caso de desistência.

3.4. Material incluído com a inscrição

O valor de inscrição do **Trail Longo Rosa Albardeira** e do **Trail Curto Cidade Pombal** inclui:

- ✓ Refeição ligeira;
- ✓ Dorsal;
- ✓ T-shirt técnica;
- ✓ Abastecimentos líquidos e sólidos;
- ✓ Prémio de finalista;
- ✓ Seguro;

- ✓ Banho;
- ✓ Dormida em solo duro (Pavilhão Desportivo).

O valor de inscrição da ***Caminhada da Cidade à Serra*** inclui:

- ✓ Abastecimento;
- ✓ T-shirt .

3.5. Serviços disponibilizados

A organização disponibilizará um pavilhão para quem pretender pernoitar em Pombal.

Irão ser disponibilizados duches a 200 metros do local de chegada.

Irá ser disponibilizado um parque de estacionamento a 50 metros do local da partida.

4. Categorias e Prémios

4.1. Definição data, local e hora entrega prémios

Os prémios serão entregues no local, logo que estejam reunidas as condições.

Serão entregues troféus aos 3 primeiros classificados da geral individual e ao primeiro de cada escalão.

Prémios para as 5 primeiras equipas (4 elementos, melhor pontuação)

Todos os finalistas receberão uma pequena lembrança (prémio de Finisher).

4.2. Definição das categorias etárias/ sexo

	MASCULINO	FEMININO
18>39 anos	SEN M	SEN F
40>49 anos	M40	F 40
50>59 anos	M50	F 50
60>anos	M60	F 60