

REGULAMENTO 7º TrailLagares



A organização deste evento estará a cargo da associação “ADPLPBTT – Amigos do Pedal Lagares Clube”.

1. Condições de participação

O 7ºTrailLagares PNF 2019 é uma prova de aventura percorrida em trilhos sinalizados, pequenos estradões, ou estradas, visando percorrer todo o percurso no menor tempo possível, a disputar a 14 de Abril de 2019, e visando a promoção e divulgação turística e ambiental desta região e a prática de desporto em meio natural, com início e chegada junto ao pavilhão de Lagares na Av. do Desporto, Lagares Penafiel.

1.1. Idade de participação nas diferentes provas

O Trail Longo (28km) está aberto a maiores de idade (18 anos), o Trail Curto(17km) está aberto maiores de (16 anos) e a caminhada está aberta a menores desde que acompanhados por uma pessoa maior de idade.

Os menores de 16 anos poderão inscrever-se no “Kids Trail”.

1.2. Inscrição regularizada

A inscrição será feita através de do site de inscrições www.amigosdopedal.net ou www.lap2go.com, não sendo necessário enviar comprovativo de pagamento para a organização.

Aquando do levantamento do dorsal é necessário levar documento de identificação referente à inscrição.

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 haver 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.

Prova feita em semi-suficiência

1.4. Colocação dorsal e chip

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado á frente do atleta, de forma visível à organização. Não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação. Será fornecido a todos os atletas de Trail um chip que deverá ser obrigatoriamente colocado na sapatilha sob pena de não ser classificado.

1.5. 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. A prova, 7º TrailLagares será realizada no dia 14 de Abril de 2019, e será constituída por 3 eventos:

- Trail Longo com 28km
- Trail Curto com 17km
- Caminhada com 10 Km

(A organização reserva o direito de alterar as distâncias se necessário para garantir a segurança)

2.1.1. Kids Trail

Será no dia 6 de Abril de 2019 e será distribuída por 4 faixas etárias com classificação própria:

5 Aos 7 anos – 500 metros

8 Aos 10 anos – 1000 metros

11 Aos 13 anos – 1500 metros

14 Aos 15 anos – 2000 metros

A prova será na Aldeia Rural e Preservada de Quintandona

2.2. Programa/Horário

Dia 6 de Abril (Sábado): **(Quintandona- Lagares)**

13h00m/15h00m – Secretariado para entrega de dorsais (Apenas Kid's Trail).

15h00m – Kid's Trail

Dia 13 de Abril (Sábado): **(junto ao pavilhão de Lagares na Av. do Desporto, Lagares Penafiel)**

14h00m/20h00m – Secretariado para entrega de dorsais (TrailLagares).

Dia 14 de Abril (Domingo): **(junto ao pavilhão de Lagares na Av. do Desporto, Lagares Penafiel)**

07h00m – abertura do secretariado para entrega de dorsais.

08h30m – Controlo zero **Trail longo 28km.**

09h00m – Partida **Trail longo 28km.**

09H05m - Controlo zero **Trail Curto 17km.**

09h30m – Partida **Trail Curto 17km.**

09h45m – Partida da **Caminhada 10km.**

13h – Início da cerimónia de entrega de prémios do 6º TrailLagares.

(horários sujeitos a alterações)

2.3. Distância

O Trail Longo terá a distância de 28km.

O Trail Curto terá a distância de 17km.

A caminhada terá uma distância de 10km (não competitiva).

2.4. Mapa/ Altimetria "Ver site da prova"

2.5. 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.

Haverá um tempo limite de 2h30m para os atletas do Trail Longo percorrerem os primeiros 13km (Local da Divisão dos percursos).

Ultrapassando o tempo de passagem limites os atletas serão barrados pela organização porque 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.

2.6. Metodologia de controlo de tempos

O controlo de tempos será feito pela empresa "lap2go", com recurso a chip, sendo instalados sensores no início, em alguns pontos intermédios do percurso e no final do mesmo.

2.7. Postos de controlo

Os postos de controlo do 7º TrailLagares, serão em locais estratégicos para o efeito, a definir pela organização.

2.8. Locais de abastecimento

Os locais de abastecimento serão definidos de forma a garantir a boa alimentação e hidratação do atleta.

2.9. Material aconselhado

Telemóvel, depósito de água, ligadura, apito, manta térmica e corta-vento.

Os atletas deverão trazer o seu próprio copo ou depósito de água para ser utilizado nos abastecimentos, não serão disponibilizados pela organização.

2.10. Passagem em locais com tráfego rodoviário.

A prova atravessa estradas que não estarão vedadas á circulação rodoviária, ou seja, todos os atletas terão que ter algum cuidado ao passar nos troços rodoviários, mesmo assim a organização terá voluntários nesses pontos.

2.11. Desclassificações

Será penalizado ou desclassificado todo aquele que:

a: Não complete a totalidade do percurso (desclassificado)

b: Deteriore ou suje o meio por onde passe (desclassificado)

c: Alteração do dorsal (desqualificado)

d: Tenha alguma conduta antidesportiva (desclassificado)

2.12. Responsabilidades perante o atleta/participante

2.13. Seguro desportivo. Disponível participação no secretariado da prova.

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição

As inscrições terão que ser efetuadas na plataforma de inscrições www.lap2go.com, qualquer questão relacionada com as inscrições contactar suporte@lap2go.com ou +351 308801674.

Após ser feita a inscrição, os atletas terão que regularizar o pagamento no prazo máximo de 3 dias, após estes dias a inscrição será anulada, sendo necessário fazer novamente a inscrição.

As Equipas com 10 ou mais elementos (exclui Caminhada) terão um desconto de 2 euros por atleta.

3.2. Valores e período de inscrição

O período das inscrições vai desde o dia 12 de Janeiro até ao dia 07 de Fevereiro.

Trail Longo 28Km – 12 euros

Trail Curto 17km – 10 euros

Caminhada 10km – 5 euros

De dia 08 de Fevereiro até ao dia 07 de Março

Trail Longo 28Km – 14 euros

Trail Curto 17km – 12 euros

Caminhada 10km – 5 euros

De dia 08 de Março até ao dia de 07 de Abril

Trail Longo 28Km – 16 euros

Trail Curto 17km – 14 euros

Caminhada 10km – 6 euros

Merchandising do evento (opcional)

Camisola técnica do evento – 4 euros

Buff do evento – 3 euros

Para garantir a segurança e conforto dos participantes, poderá haver limites de inscrições, que serão comunicados previamente.

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 de 15 dias de antecedência à realização da prova.

3.4. Material incluído com a inscrição

Trail Longo 28Km e Trail Curto 17Km

- dorsal
- seguro de acidentes pessoal
- abastecimentos
- prémio Finisher
- Classificação
- Banho quente
- Diploma de participação (sem foto)
- Lembrança

Caminhada 10 Km

- dorsal
- seguro de acidentes pessoal
- abastecimentos
- Banho quente

3.5. Secretariado da prova/horários e local

O horário para entrega dos dorsais e alterações de última hora no dia 13 de Abril (Sábado) será desde as 14h às 20h, **no Centro Escolar (em frente ao Pavilhão)**.

No Domingo dia 14 de Abril estará aberto a partir das 7h, **no Centro Escolar (em frente ao Pavilhão)**, rua do Desporto 4560 187 Lagares Penafiel.

Para o levantamento do dorsal deverá fazer-se acompanhar do documento comprovativo de pagamento, e de um documento de identificação.

4. Categorias e Prémios

4.1. Entrega dos prémios

A entrega de prémios será junto á meta, no Domingo a partir das 13h.

4.2. Definição das categorias etárias

Escalões:

Juniors - Masc\Fem (16 a 18 anos) – **Escalão limitado ao Trail Curto 17Km**

Sub 23 - Masc\Fem (19 a 22 anos)

Seniores - Masc \Fem (23 a 39 anos)

M40 - Masc \Fem (40 a 49 anos)

M50 - Masc \Fem (50 anos ou mais)

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

4.2.1 Prémios

Trail Curto 17Km

Geral Masc\Fem – 1º,2º,3º – Troféu + Inscrição 2020

Juniors - Masc\Fem (16 a 18 anos) – 1º,2º,3º – Troféu

Sub 23 - Masc\Fem (19 a 22 anos) – 1º,2º,3º – Troféu

Seniores - Masc \Fem (23 a 39 anos) – 1º,2º,3º – Troféu

M40 - Masc \Fem (40 a 49 anos) – 1º,2º,3º – Troféu

M50 - Masc \Fem (50 anos ou mais) – 1º,2º,3º – Troféu

Equipas (Melhores 3 Classificados) - 1º,2º,3º - Troféu

Trail Longo 28Km

Geral Masc\Fem – 1º,2º,3º – Troféu + Inscrição 2020

Sub 23 - Masc\Fem (19 a 22 anos) – 1º,2º,3º – Troféu

Seniores - Masc \Fem (23 a 39 anos) – 1º,2º,3º – Troféu

M40 - Masc \Fem (40 a 49 anos) – 1º,2º,3º – Troféu

M50 - Masc \Fem (50 anos ou mais) – 1º,2º,3º – Troféu

Equipas (Melhores 3 Classificados) - 1º,2º,3º - Troféu

Exemplo de cálculo de pontos:

Equipa A: 5º + 6º + 7º = 18 => 1º lugar

Equipa B: 3º + 4º + 16º = 23 => 2º lugar

Equipa C: 1º + 2º + 28º = 31 => 3º lugar

Maiores Equipas (Não inclui os participantes da caminhada)

1º,2º,3º – Troféu

4.3 Prazo para a reclamação de classificações.

Prazo de 24 horas para apresentação de reclamações por email para: amigosdopedal07@gmail.com

5. Informações

5.1. Como chegar

(Ver site da prova)

5.2. Onde ficar

(Ver site da prova)

5.3. Locais a visitar

(Ver site da prova)

5.4. Reclamações

Todas as reclamações terão que ser dirigidas ao secretariado acompanhadas de 100 euros, sendo que este valor será devolvido se a reclamação for aceite.

Notas e alterações

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