

Trail Monte da Padela 2014

Regulamento

1. Condições de participação

1.1. Idade de participação nas diferentes provas

Hard Trail da Padela 60 km – a partir dos 18 anos;

Trail da Padela 30 km – a partir dos 18 anos;

Mini Trail da Padela 15 km/ Caminhada – aberto a todas as idades

1.2. Inscrição regularizada

O ato de inscrição pressupõe a total aceitação das regras aqui estabelecidas.

1.3. Condições físicas

Para participar é indispensável:

- a. 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.
- b. De haver adquirido, antes do evento, uma capacidade real de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de prova, nomeadamente:
 1. Conseguir enfrentar sem ajuda externa condições ambientais e climatéricas adversas (noite, vento, neve, nevoeiro e chuva);
 2. Saber gerir os problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, as pequenas lesões, etc.

1.4. Ajuda externa

Não será permitido qualquer ajuda externa, pelo que o atleta deve estar consciente da sua condição física (ver ponto 1.3) e gerir os seus problemas que surjam para uma atividade em montanha, de forma segura.

1.5. Colocação dorsal

O número do atleta é pessoal e intransferível e deve ser usado à frente do corpo, preferencialmente, à altura do peito. O atleta que não estiver com o seu número à frente do corpo será advertido. Em caso de reincidência, sofrerá uma penalização de quinze minutos.

Em caso de perda do número, o atleta sofrerá um acréscimo de 15 minutos no tempo final da prova. Não é permitida qualquer alteração do peitoral número, sob pena de desclassificação.

Em caso de desistência ou desclassificação o atleta é obrigado a entregar o dorsal à organização, mas que será devolvido no final da prova (na meta ou secretariado).

1.6. Regras 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 caso de advertência, multa, desqualificação ou expulsão.

2. Prova

2.1. Apresentação da prova(s) / Organização

O Trail da Padela será realizado nos dias 8 e 9 de Janeiro de 2014, em Barroselas, independentemente das condições climatéricas do dia, desde que a organização entenda que não ofereçam risco aos participantes. O Trail da Padela será constituído por três provas: Hard Trail da Padela (60 km), Trail da Padela (30 km) e Mini Trail/Caminhada (15 km).

O Trail da Padela será organizado pela Padela Natural Associação Promotora com o apoio de outras associações locais e o apoio das juntas de freguesia que constam dos diferentes percursos do evento.

Dado tratar-se de uma modalidade exigente, a organização, se o entender e a segurança dos participantes o justificar, poderá ser alterar os percursos previamente estabelecidos para os três eventos.

A prova principal, Hard Trail da Padela, que terá lugar no dia 9 de março, tem início às 07h00, percorre caminhos e trilhos do Monte da Padela, Monte de Roques e Serra da Nora, na distância aproximada de 60 km e 3500 metros de desnível acumulado positivo, com início e fim na Vila de Barroselas na Escola Básica e Secundária de Barroselas.

O Trail da Padela, tem caracter competitivo e desnível acumulado positivo de aproximadamente 1500 metros. Terá a sua partida, às 08H30, e chegada na Vila de Barroselas na Escola Básica e Secundária de Barroselas

O Mini Trail/ Caminhada terá a sua partida, às 10H00, e chegada na Vila de Barroselas na Escola Básica e Secundária de Barroselas,

Os participantes devem, estar devidamente preparados com pelo menos meia hora de antecedência, devidamente equipados e aptos a participar na corrida. Existirá o controlo que abrirá 30 minutos antes de cada prova e encerrará 10 minutos antes da partida.

2.2. Programa / Horário (provisório)

8 de março	
14H30	Abertura de secretariado
19H00	Fecho de secretariado
21H30	Caminhada noturna pelos trilhos da Vila de Barroselas

9 de março	
6H00	Abertura de secretariado
7H00	Partida do Hard Trail da Padela
8h30	Partida do Trail da Padela
10H00	Partida do Mini Trail/Caminhada
10h15	Partida Junior Trail
17H00	Cerimónia Protocolar de entrega de troféus

2.3. Distancia / altimetria / categorização de dificuldade ATRP

Hard Trail da Padela: 60km e D+3500 UT/MD

Trail da Padela: 30km e D+1500 TL/MD

2.4. Mapa/ Perfil altimétrico/ descrição percurso

Será disponibilizado através da internet no blog do organizador, facebook do organizador e página facebook do evento.

2.5. Tempo limite

(Disponível brevemente)

2.6. Metodologia de controlo de tempos

Chip colocado na sapatilha ou dorsal. Este chip é entregue no levantamento do dorsal e o atleta deve devolver no final da prova. A não devolução do chip à organização implica o pagamento de 5,00€.

2.7. Postos de controlo

A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo os atletas respeitá-lo ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos.

Ao longo do percurso existirão postos de controlo surpresa para registo de passagem e verificação do material obrigatório (ver ponto 2.9). Os atletas terão que parar a fim de ser registado o controlo no seu dorsal ou indicar o seu número de dorsal ao controlador. Os atletas devem respeitar a ordem de chegada ao controlo. O controlo é da responsabilidade do atleta, pelo que este deve-se certificar que foi registada a sua passagem.

A prova será em sistema de *open-road*, o atleta é responsável pela passagem de estradas.

2.8. Locais dos abastecimentos

Os postos de abastecimento serão confirmados a todos os participantes nas duas semanas anteriores ao evento e poderão ser descarregados da internet nos locais já citados no ponto 2.4. Os seis postos dispõem de abastecimentos líquidos e sólidos nos quilómetros 6º, 17º, 24º, 35º, 46º e 56º.

IMPORTANTE: É estritamente proibido a utilização ou transporte das vulgares garrafas ou copos de plástico.

2.9. Material obrigatório/ verificações de material

Mochila tipo *CamelBak* ou Cinto com recipiente(s), com capacidade mínima de 1 litro, manta de sobrevivência, apito, telemóvel, corta-vento ou impermeável se o tempo o obrigar, e com aviso da organização até 48 horas antes. A organização verificará junto de cada atleta se possuem este material, pois a prova desenrolar-se-á em zonas ermas e em que as condições climatéricas que poderão dificultar os avanços no terreno. A organização em função das previsões meteorológicas poderá alterar o equipamento obrigatório.

Aos atletas do Hard Trail 60km e do Trail 30km que no controlo 0 não apresentem o material obrigatório será impedido o acesso à zona de partida. Poderão recolher o material e apresentar-se novamente ao controlo 0 até cumprirem com as regras de segurança deste ponto.

No percurso serão efetuados controlos ao material obrigatório assim como à chegada será efetuado um controlo final sendo aplicáveis as penalizações descritas no ponto 2.11.

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

Apesar de estar montado um dispositivo de segurança distribuído por todo o percurso, o atleta deve ter atenção redobrada em zonas de tráfego rodoviário. As zonas de passagem de estrada estarão devidamente assinaladas antecipadamente com sinalética bem visível a alertar para o tráfego rodoviário.

2.11. Penalizações/ desclassificações

As penalizações serão aplicadas consoante a gravidade dos fatos verificados. Penalização por falha em 1 PC – 30 minutos, 2PC – 60 Minutos, 3 PC ou PC ZERO – Desclassificação.

A penalização máxima será a desqualificação do evento e/ou perda do prémio, também aplicada por falta de material e conduta não desportiva.

Nos controlos de passagem e de material obrigatório durante o percurso e no final da prova serão aplicadas as seguintes penalizações: na falta de um item do material obrigatório o atleta será penalizado e, 15 minutos. Por cada item adicional em falta, acresce 5 minutos.

2.12. Responsabilidades perante o atleta/ participante

O participante assume, por livre e espontânea vontade, os riscos e suas consequências decorrentes da participação na prova, sejam eles danos morais, físicos, materiais ou de qualquer natureza. Fica a organização, bem como quaisquer dos envolvidos na organização da prova, isentos da responsabilidade. A inscrição nas provas implicará total aceitação do presente regulamento.

2.13. Seguro desportivo

A organização contratualiza os seguros obrigatórios para este tipo de prova, estando o seu prémio incluído no valor da inscrição e cujas condições serão divulgadas antes da prova.

3. Inscrições

3.1. Processo inscrição (local, pagina web, transferência bancária)

Pode inscrever-se através do formulário específico que estará disponível no Site www.padelanatural.blogspot.com e Facebook, a partir das 00h00m do dia 1 de janeiro de 2014.

Deve efetuar o pagamento do valor indicado no prazo estipulado. A inscrição é anulada automaticamente caso o pagamento não seja efetuado no prazo. Perdendo, consequentemente a vaga.

O levantamento do dorsal depende da exibição do comprovativo de pagamento da inscrição correspondente.

Para mais informações: trail24mais1@gmail.com

As provas terão as seguintes taxas de inscrição abaixo indicadas.

Inscrições **até 31 de Janeiro:**

- a. Hard Trail da Padela – 25 euros
- b. Trail da Padela – 20 euros
- c. Mini Trail/Caminhada – 15 euros

Inscrições **de 01 de Fevereiro até 23 de Fevereiro:**

- a. Hard Trail da Padela – 27,5 euros
- b. Trail da Padela – 22,5 euros
- c. Mini Trail/Caminhada – 17,5 euros

Kit Light: Sem T-Shirt Técnica – redução de 5 eur ao valor da inscrição Base

Almoço: 5 euros

3.2. Valores e períodos de inscrição

As inscrições deverão ser feitas entre o dia 1 de janeiro e o dia 23 de Fevereiro de 2014.

3.3. Condições devolução do valor de inscrição

Em caso de desistência até 15 dias antes da prova o mesmo deve ser comunicado a organização por email. A organização compromete-se a devolver o valor pago subtraído das despesas tidas com a inscrição.

3.4. Material incluído com a inscrição

Hard Trail da Padela: dorsal, seguro de acidentes pessoal, T-shirt técnica (excepto Kit Light), prémios de presença e prémio de finalista.

Trail da Padela: dorsal, seguro de acidentes pessoal, T-shirt técnica (excepto Kit Light) e prémios de presença.

Mini Trail/Caminhada: seguro de acidentes pessoal e T-shirt técnica (excepto Kit Light).

3.5. Secretariado da prova/ horários e locais

O Secretariado funcionará em local a anunciar nos horários já definidos no ponto 2.2.

3.6. Serviços disponibilizados (transporte, massagem, duche, etc.)

Transporte de atletas, duche e outros que a organização consiga garantir até ao dia do evento.

4. Categorias e Prémios

4.1. Definição data, local e hora entrega prémios

Local a designar – ver horário do ponto 2.2.

4.2. Definição das categorias etárias/ sexo individuais e equipas

	MASCULINO	FEMININO
18>23 anos	SUB23 M	SUB23 F
24>39 anos	SEN M	SEN F
40>44 anos	M40	F40
45>49 anos	M45	F45
50>54 anos	M50	F50
56>59 anos	M55	F55
60>anos	M60	F60
Deficientes	DM	DF

5. Informações

5.1. Como chegar

Será disponibilizado um guia informativo com informações pertinentes com indicações e alojamentos.

5.2. Onde ficar

Será disponibilizado um guia informativo com informações pertinentes com indicações e alojamentos.

5.3. Locais a visitar

A cidade de Viana do Castelo é um dos ícones do Alto Minho. Além de ser considerada uma das mecas da arquitetura pela revista Wallpaper, também tem merecido uma maior atenção por parte dos turistas estrangeiros que visitam o Porto e colocam Viana do Castelo nos seus roteiros como uma cidade a visitar.

6. Publicidade e Imagem

- a. Os concorrentes estarão livres de captar imagens fotográficas e vídeos do evento.
- b. Os concorrentes poderão afixar no seu vestuário pessoal ou da sua equipa de assistência, qualquer inscrição publicitária de marcas, produtos ou empresas.
- c. A Organização da prova Trail Monte da Padela, respetivos Patrocinadores e as entidades que colaboram na Organização desta Manifestação Desportiva, reservam-se os direitos de utilizar livremente, em todos os resultados por eles obtidos. A prova poderá ser gravada em vídeo e/ou fotografada pela Organização do evento e

jornalistas para posterior aproveitamento publicitário. Os participantes que tiverem alguma restrição quanto ao uso da sua imagem deverão automaticamente a autorizar o uso a qualquer tempo, independentemente de compensação financeira.

- d.** A publicidade usada pelas equipas não pode obstruir o número e as inscrições oficiais da prova Trail Monte da Padela, nem fazer referência a bebidas alcoólicas e marcas de tabaco, sendo punidos com desclassificação os participantes que infringjam este disposto.

7.Responsabilidade ambiental

Os espaços, em que este evento decorrerá este evento, merecem ser acarinhados para poderem ser usufruídos pelas pessoas que nele treinam, caminham ou mesmo trabalham. A organização pede a todos os atletas que guardem consigo qualquer material que seja nocivo para o meio ambiente e o deposite no posto de controlo mais próximo ou na chegada da sua prova. Se queremos que este evento se mantenha por muitos e bons anos, é essencial que a conduta dos seus participantes seja a mais correta.

8. Desclassificações

Ficará desclassificado todo aquele que:

- a.** Não cumpra o presente regulamento;
- b.** Não complete a totalidade do percurso;
- c.** Deteriore ou suje o meio por onde passe;
- d.** Não leve o seu número bem visível;
- e.** Ignore as indicações da organização;
- f.** Tenha algum tipo de conduta antidesportiva.
- g.** A organização impedirá em futuras edições as inscrições de participantes que sejam abrangidos por alguma das últimas duas alíneas.

9.Secretariado

O secretariado funcionará no dia 8 de março entre as 14h e as 19h e no dia 9 de Março, das 06h30.

Todos os atletas deverão fazer-se acompanhar de um documento de identificação e de alfinetes.

10.Diversos

A organização reserva-se ao direito de realizar as modificações que considere necessárias dependendo das diferentes condições, assim como à suspensão da prova se as condições meteorológicas assim o obrigarem, ou devido a força maior.

Os participantes ficam obrigados a auxiliar os acidentados e a respeitar e cumprir as regras de viação sempre que atravessarem estradas, localidades.

11.Apoio e Emergência

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

12.Casos omissos

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

Regulamento Uphill

1. As 3 provas, Hard Trail 60km, Trail 30km e Mini Trail 15km, percorrerão um troço cronometrado caracterizado por inclinação e extensão excepcionais. Esta secção estará devidamente identificada e o tempo de partida será registado por um comissário no início da secção e o tempo oficial por um comissário no final.
2. Vence o prémio Uphill quem fizer menor tempo nessa parte cronometrada, ou no somatório delas se existir mais do que uma secção, e que termine a prova onde está inscrito dentro dos tempos limites.
3. Serão apurados vencedores para cada uma das 3 provas, Hard Trail 60km, Trail 30km e Mini Trail 15km.
 - c. O tempo só será divulgado no final após o último concorrente terminar o Uphill.