

## **REGULAMENTO DA PROVA “TRILHOS MOINHOS DA GÂNDARA - 2016”**

- 1) A 3ª edição dos “TRILHOS MOINHOS DA GÂNDARA - 2016”, vai decorrer no dia 19 de junho de 2016 e é organizado pela Freguesia de Moinhos da Gândara, com o apoio de várias entidades e empresas e realiza-se na área geográfica da Freguesia.
- 2) Poderão participar todas as pessoas de ambos os sexos e de qualquer idade, com as seguintes condicionantes:
  - i) A participação, nos trilhos longo e curto, é aberta a todos os atletas com idade mínima de 14 anos, necessitando os menores de 18 anos de enviar à organização uma autorização do seu encarregado de educação, ou no dia da prova ser acompanhado pelo mesmo.
  - ii) O preenchimento e envio para a organização do formulário de inscrição na prova correspondem a uma declaração de aptidão física e psicológica por parte do atleta.
  - iii) Ter a plena consciência da extensão, especificidade da prova e estar totalmente preparado para isso.
  - iv) Ter adquirido, antes da prova, uma real capacidade de autonomia pessoal para gerir as dificuldades e problemas que podem advir neste tipo de evento.
  - v) Informar a Organização de qualquer problema de saúde que tenha, para conhecimento prévio dos primeiros socorros, caso necessite, tais como: diabetes, hipertensão, asma e outros.
- 3) OS TRILHOS MOINHOS DA GÂNDARA - 2016 são compostos por um Trilho Longo com cerca de 25 kms, de dificuldade moderada, um Trilho Curto com cerca de 12 kms e de dificuldade moderada e uma caminhada. Pequenas partes do percurso serão realizadas em estradas com trânsito automóvel e algumas travessias de vias principais, pelo que se pede aos participantes que respeitem as regras de segurança e trânsito.
- 4) Os dorsais dos Trilhos Longo e Curto **terão cores diferentes**:
  - i) O dorsal deve ser colocado de preferência no peito ou abdômen e deve estar visível durante toda a prova;
  - ii) O atleta deve-se fazer acompanhar de alfinetes para ajudar à colocação do dorsal;
- 5) Recomenda-se que o atleta se faça acompanhar dos seguintes equipamentos ao longo da prova:
  - a) Telemóvel; Equipamento e calçado adequado à realização da prova e Apito.
- 6) **INSCRIÇÕES:**
  - a) As inscrições podem ser efetuadas em <http://trail.jf-moinhosdagandara.pt> até às 24 horas da segunda-feira - dia 13/06/2016:
    - i) Todas as confirmações de inscrição (pagamentos) efetuadas após esta data sofrem uma penalização de 5€;
    - ii) No valor da inscrição está incluída a assistência em prova por parte da organização, seguro, abastecimento de líquidos e sólidos, lembranças e banhos.
    - iii) A todos os participantes que façam a sua inscrição até segunda-feira anterior à data da realização da prova, será entregue uma t-shirt alusiva ao evento. No entanto, aqueles que se inscreverem após a data referida anteriormente, caso não existam exemplares disponíveis, a organização poderá fazer-lhes chegar à posterior. Neste caso se houver custos adicionais com a expedição, estes serão suportados pelo participante.

**PARA A SUA INSCRIÇÃO FICAR VALIDADA E OBTER UM NÚMERO DE DORSAL DEFINITIVO, DEVERÁ EFETUAR O PAGAMENTO POR UMA DAS SEGUINTE FORMAS:**

- 7) **PAGAMENTOS:**
  - a) TRANSFERÊNCIA BANCÁRIA - IBAN: PT50004530524015049951906
    - i) O comprovativo de pagamento poderá ser enviado via correio eletrónico: [trilho@jf-moinhosdagandara.pt](mailto:trilho@jf-moinhosdagandara.pt) ou junto com a sua inscrição, com a indicação do nome e n.º de BI / CC do (s) participante (s).

**Nota:** a inscrição só será validada após o recebimento do comprovativo de pagamento. Solicitamos que no dia do evento, se vos for solicitado, tenham disponível o comprovativo.
  - b) **VALOR DA TAXA DE INSCRIÇÃO – TRILHO LONGO E CURTO:**
    - i) Inscrições até às 24 horas de segunda-feira anterior à data da realização da prova:

- Taxa de inscrição: 8,00 €
  - Almoço: 5,00 €
- ii) Inscrições após as 24 horas de segunda-feira anterior à data da realização da prova:
- Taxa de inscrição: 13,00 €
  - Almoço: 5,00 €
- iii) Extras:
- Senhas de almoço - cada: 5,00 €

**Nota1:** Equipas com um conjunto maior que 8 (oito) em que esses elementos participem nos **trilhos longo ou curto** só paga 7,00€ por cada um dos participante, tendo um desconto de 1,00€, devendo fazer nota disso quando faz o pagamento e no envio do comprovativo (pagamento da equipa deve ser conjunto).

c) **VALOR DA TAXA DE INSCRIÇÃO – CAMINHADA:**

- i) Inscrições até às 24 horas de quarta-feira anterior à data da realização da prova:
- Taxa de inscrição: 5,00 €
  - Almoço: 5,00 €
- ii) Inscrições após as 24 horas de Quarta-feira anterior à data da realização da prova:
- Taxa de inscrição: 6,00 €
  - Almoço: 5,00 €
- iii) Extras:
- Senhas de almoço - cada: 5,00 €

8) **OUTRAS CONDIÇÕES:**

- a) A organização disponibiliza um local (piscina da freguesia) para os atletas tomarem banho. Como esta se encontra a cerca de 900 metros há transporte para quem necessitar. Mapa (link): <https://www.google.pt/maps/dir/40.2311467,-8.7744981/40.2346195,-8.7665373/@40.2317779,-8.7723794,615m/data=!3m1!1e3!4m4!4m3!1m0!1m0!3e2?hl=pt-PT>
- b) Para que os TRILHOS MOINHOS DA GÂNDARA - 2016 possam decorrer com as melhores condições possíveis a organização poderá vir a limitar o número de participantes.

9) **DESISTÊNCIAS:**

As situações em que já tenha sido validada a inscrição com o respetivo pagamento, mas exista a impossibilidade de participação do atleta, a organização analisarão cada uma individualmente. Nestes casos será necessário entrar em contato com a organização.

10) **DISPOSIÇÕES DA PROVA:**

- a) Tempos máximos autorizados para a realização das provas:
- i) Trilho curto 02:30 horas;
  - ii) Trilho Longo 04:00 horas.
- b) **Semi autossuficiência:**
- i) O participante deverá ser autossuficiente durante toda a prova, sem qualquer ajuda externa excetuando a da Organização, devendo o mesmo ser responsável pela comida e bebida ao longo da etapa.
  - ii) É permitido a entreaajuda entre os participantes quando ambas se encontram no percurso da prova.
  - iii) Ao longo dos percursos irão existir 3 postos de abastecimentos com líquidos e tendo 1 deles sólidos para consumo imediato. A organização fornece água pura para encher garrafas ou bolsas de água. O atleta deve assegurar que tem, a partir de cada posto de abastecimento, as quantidades de água e alimentos de que necessita para chegar até ao próximo ponto de reabastecimento.
  - iv) Poderão existir outros postos de abastecimento, com o apoio das populações.
  - v) Haverá também na meta água para os atletas e reforço com sólidos.
  - vi) A assistência pessoal é permitida em pontos de abastecimento, na área especificamente destinada a isso. Nestas zonas apenas poderá fornecer água ou alimentos. Está proibido o fornecimento de qualquer outra coisa que não o indicado.
  - vii) Nenhum atleta pode ser acompanhado, durante todo ou parte do percurso, por pessoas não acreditadas, exceto nas proximidades de postos de abastecimento.

11) **CLASSIFICAÇÕES e PRÉMIOS / DESCLASSIFICAÇÕES e PENALIZAÇÕES:**

- a) **A arbitragem e controlo de tempos está a cargo de uma empresa EXTERNA à organização do qual é feita através de CHIP.**
- b) **Todos os CHIPS/TRANSPONDERS pertencem a empresa de cronometragem e devem ser devolvidos no final do evento. Podendo a empresa de cronometragem, se perceber que foram “perdidos” propositados cobrar o valor de 20 euros ao participante.**
- c) Haverá controlo de tempos no início (controlo 0), durante o percurso em lugar indefinido, e no final.
- d) **A classificação não é mais que o registo de tempo por ordem de chegada:**
- Individualmente** - Será elaborada uma lista classificativa geral por trilho (Curto e Longo) e por escalões de todos os atletas, ordenada pelo tempo gasto entre a partida e linha de chegada.
  - Equipa** – Será elaborada uma lista classificativa das equipas por trilho (Curto e Longo), ordenando os três (3) primeiros atletas a chegarem a meta, da classificação geral, independentemente do escalão ou sexo. O calculo é efetuado através de: 1º Lugar (1ponto), 2º Lugar (2pontos), 23º Lugar (23pontos), ficando em primeiro a equipa que com o somatório tiver menos pontos. Equipas com menos de três (3) atletas não contam para a classificação de equipas.

e) **Escalões:**

MASCULINOS	FEMININOS
<b>MJUN:</b> 14 a 18 anos	<b>FJUN:</b> 14 a 18 anos
<b>MSUB25:</b> 19 a 25 anos	<b>FSUB25:</b> 19 a 25 anos
<b>MSEN:</b> 26 a 39 anos	<b>FSEN:</b> 26 a 39 anos
<b>M40:</b> 40 a 49 anos	<b>F40:</b> >= 40 anos
<b>M50:</b> >= 50 anos	

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

f) **Prémios:**

- **Troféus Equipas:**
  - Equipa mais numerosa (trilhos + caminhada).
  - Equipa com maior número de participantes (só trilhos).
  - Equipa melhor classificada geral do Trilho Longo.
  - Equipa melhor classificada geral do Trilho Curto.
- **Troféus Individuais:**
  - 3 Primeiros atletas classificados na geral trilho Longo:
    - Feminino;
    - Masculino.
  - 3 Primeiros atletas classificados na geral trilho Curto:
    - Feminino;
    - Masculino.
- **Medalhas:**
  - 3 Melhores classificados de cada escalão.

g) **Serão desclassificados/penalizações os atletas que:**

- Não cumpram os tempos máximos estipulados pela organização para a realização de cada uma das provas;
- Falhe um dos postos de controlo;
- Não cumpram o percurso estipulado;
- Não sigam as indicações de elementos da organização, empresa de cronometragem ou colaboradores;
- Tenham alguma conduta antidesportiva, nomeadamente, utilização de palavras ofensivas aos elementos da organização e atletas;
- Não levem o dorsal devidamente visível ou tenham perdido o mesmo e não saibam o número;
- Que passem mais que uma vez pela linha de meta;
- Tenham alguma conduta poluidora - penalizado com 1 hora.

12) **SECRETARIADO:**

No dia da prova, o secretariado funcionará junto à linha de partida da prova cumprindo o horário divulgado na página oficial da prova.

Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de um documento de identificação.

13) **APOIO E EMERGÊNCIA:**

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

A organização não se responsabiliza pela condição física dos atletas, 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.

14) **IMAGENS:**

As imagens captadas durante as provas poderão ser utilizadas pela organização para fins de divulgação e publicidade do evento.

15) **19. CONDIÇÕES METEOROLÓGICAS:**

A organização reserva-se ao direito de cancelar ou alterar trajeto(s) e/ou data(s) da(s) prova(s) em situações em que as condições climatéricas ou outras condições adversas ponham em risco a integridade física dos participantes. Neste tipo de situações não haverá lugar a qualquer indemnização total ou parcial dos inscritos.

16) **DIVERSOS:**

O preenchimento e envio do formulário de inscrição implicam que o atleta que se inscreve tome conhecimento e aceite sem quaisquer reservas o presente Regulamento.

17) **OBSERVAÇÕES:**

*Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pela organização, de cujas decisões não haverá recurso.*

*Os aditamentos ou alterações que possam vir a existir a este regulamento, serão publicadas na página “Notícias” do site oficial da prova “[trail.jf-moinhosdagandara.pt](http://trail.jf-moinhosdagandara.pt)”.*