

Regulamento Luso Trail 2016

1. Generalidades

1. Numa organização do Atletas.net em colaboração com a Câmara Municipal da Mealhada, Fundação Mata do Bussaco e Junta de Freguesia do Luso, realiza-se, com partida e chegada na Vila do Luso, a 15 de maio de 2016, a prova desportiva denominada 4º Luso Trail, na vertente de corrida de montanha.

2. Percursos e distâncias

2.1. São as seguintes as distâncias e hora de partida das provas do Luso Trail:

TL - Trail Longo - 25 km

TC – Trail Curto - 15 km

Caminhada - 9 km

2.2. O local de partida e de chegada será na Avenida Emídio Navarro, na Vila do Luso.

3. Escalões etários

3.1. Serão considerados os seguintes escalões etários, comuns às provas de Trail Longo (25km) e Trail Curto(15km)

Masculinos

(SEN M) – Seniores masculinos – dos 18 aos 39 anos
VET M40 - Veteranos masculinos (Dos 40 aos 44 anos)
VET M45 - Veteranos masculinos (Dos 45 aos 49 anos)
VET M50 - Veteranos masculinos (Dos 50 aos 54 anos)
VET M55 - Veteranos masculinos (Dos 55 aos 59 anos)
VET M60 – Veteranos masculinos (Dos 60 anos em diante)

Femininos

(SEN F) – Seniores femininos – dos 18 aos 39 anos
VET F40 - Veteranos femininos (Dos 40 aos 44 anos)
VET F45 - Veteranos femininos (Dos 45 aos 49 anos)
VET F50 - Veteranos femininos (Dos 50 anos em diante)
VET F55 - Veteranos femininos (Dos 45 aos 49 anos)
VET F55 - Veteranos femininos (Dos 50 aos 54 anos)
VET F60 - Veteranos femininos (Dos 60 anos em diante)

3.2. Para o apuramento dos escalões etários é considerada a idade à data de realização da prova.

4. Partidas

4.1. As partidas do Luso Trail serão feitas de acordo com a distância:

10:00 horas - Trail longo (25km)

10:15 horas – Trail Curto (15km)

10:15 horas – Caminhada (9km)

5. Inscrições

5.1. As inscrições poderão ser feitas em www.atletas.net/lusotrail estando sujeitas às seguintes taxas de inscrição:

Trail Longo 25 km

De 1 a 31 de janeiro: 14 euros

De 1 de fevereiro a 1 de maio de 2016 - 17 euros

De 1 a 11 de maio - 18 euros

De 12 a 14 de maio: 20 euros

Trail Curto 15 km

De 1 a 31 de janeiro: 13 euros

De 1 de fevereiro a 1 de maio de 2016 - 16 euros

De 1 a 11 de maio - 17 euros

De 12 a 14 de maio: 19 euros

Caminhada

De 1 a 31 de janeiro: 11 euros

De 1 de fevereiro a 1 de maio de 2016 - 13 euros

De 1 a 11 de maio - 14 euros

De 12 a 14 de maio: 16 euros

5.2. A inscrição de cada uma das prova inclui:

- a) Dorsal;
- b) Mochila;
- c) Camisola técnica alusiva ao evento;
- d) Medalhão alusivo ao evento;
- e) Abastecimentos no percurso (alimentos sólidos e líquidos);
- f) Seguro desportivo;

- g) Duche de água quente;
- h) Acesso livre à zona de massagens;
- i) Guarda-roupa;
- j) Kit alimentar no final, com sandes mista com pão de avó + sumo/cerveja + peça de fruta + doce;
- l) Chip integrado no dorsal (para as provas de 25 e 15 km);

5.3. Não serão aceites inscrições por email ou telefone;

5.4. Não serão permitidas inscrições no dia da prova;

5.5. As inscrições são pessoais e intransmissíveis;

5.6. Em caso de desistência da participação na prova só é devolvido o dinheiro da inscrição por motivo justificado por atestado médico;

5.7. Dada a natureza dos percursos, em montanha e em alguns caso com declives acentuados, é desaconselhada a participação de pessoas com mobilidade reduzida e de crianças;

5.8. As inscrições estão limitadas a 1000 participantes, podendo a organização alterar esse limite em função da disponibilidade de stocks;

5.9. Por cada inscrição efetuada e paga, a organização doará um euro para os Bombeiros Voluntários da Mealhada;

6. Levantamento de dorsais e kits de inscrição

6.1. O levantamento de dorsais e kits de inscrição pode ser nos seguintes locais, datas e horários:

Largo do Coreto (no centro do Luso) (sábado, 14 de maio de 2015, das 15:00 às 20 horas e domingo, 15 de maio de 2015, das 08:00 às 9:30 horas);

6.2. Aconselha-se vivamente que o levantamento de dorsais e kits de inscrição possa ser feito na véspera da prova, a fim de evitar filas de espera

6.3. Para poderem proceder ao levantamento dos dorsais é obrigatória a apresentação, em papel ou em suporte digital, do Comprovativo de Inscrição, que poderá ser obtido a partir da Área Pessoal » As minhas inscrições ou em alternativa de um documento de identificação ou cópia do mesmo;

6.4. Uma só pessoa pode levantar vários dorsais desde que se faça acompanhar dos Comprovativos de Inscrição ou das cópias dos documentos de identificação dos participantes em questão;

7. Identificação

7.1. Cada um dos participantes está obrigado a usar o dorsal colocado ao peito de forma bem visível, fixado nas

pontas por alfinetes de dama/pregadeiras fornecidos pela organização;

7.2. Os participantes das várias distâncias serão distinguidos pelo uso do dorsal de coloração diferente;

7.3. Participantes sem dorsal serão convidadas por membros da organização ou pelas forças policiais a abandonar o percurso da prova, estando-lhes vedado o acesso à reta da meta;

7.4. O chip é colocado no dorsal e não é necessária a sua devolução;

8. Prémios

8.1. Todos os atletas (Trail Longo, Trail Curto e Caminhada) chegados à meta recebem um medalhão alusivo ao evento;

8.2. Os três primeiros classificados de cada escalão recebem troféus;

8.3. A cerimónia de entrega dos prémios aos primeiros classificados de cada escalão decorre no Largo do Coreto, às 12:45 horas;

8.4. Haverá classificações coletivas para as 3 primeiras equipas nas provas de 25 e 15 km contando para o efeito os 4 primeiros atletas de cada equipa, independentemente do género ou escalão;

8.5. Não haverá prémios monetários;

9. Seguro desportivo

9.1. A organização tem um seguro desportivo a favor dos participantes não federados, (artigos 15º e 18º do Decreto-Lei nº 10/2009). O seguro de provas desportivas cobre os riscos de morte ou invalidez permanente e despesas de tratamento constantes na respectiva apólice;

9.2. Todos os participantes, sem excepção, devem se assegurar que se encontram física e psicologicamente aptos a participarem na prova em que se inscrevem, não se responsabilizando a organização por situações que decorram fora da abrangência do seguro desportivo obrigatório;

10. Segurança no percurso

10.1. Caberá às forças policiais e a membros da organização devidamente identificados.

11. Direitos de imagem

11. O participante, ao proceder à sua inscrição, autoriza a cedência, ao Atletas.net e à Câmara Municipal da Mealhada, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem, captada em filmagens e em fotografias que terão lugar durante a realização do prova, autorizando a sua reprodução para fins de divulgação de campanhas do Atletas.net.

12. Júri da prova

12.1. O Júri da Prova é constituído pelo Diretor da Prova e pelo Delegado da Associação de Atletismo de Aveiro.

12.2. Compete aos fiscais de percurso, juízes de partida e chegada, anotarem e desclassificarem os atletas que:

- a) Não cumpram o percurso da prova;
- b) Obstruam intencionalmente outros participantes;
- c) Tenham comportamento poluidor.

12.3. Quaisquer reclamações ou protestos têm de ser apresentados por escrito, obrigatoriamente feito em impresso próprio disponibilizado pela organização ou por email e dirigido a um dos membros do Juri da Prova, até às 18 horas de terça-feira, dia 19 de maio de 2015, pelo que após esse momento as classificações serão consideradas oficiais e homologadas;

13. Serviços e Facilidades

13.1. Todos os participantes podem usufruir gratuitamente de:

- a) Massagens;
- b) Serviço de Guarda-roupa (na Av. Emídio Navarro – junto à meta);
- c) Duches (no Pavilhão Gimnodesportivo do Luso);
- e) Abastecimentos sólidos e líquidos constituídos por água, refrigerantes, bebidas isotónicas, alimentos açucarados, salgados, carnes, pão e fruta;
- f) Serviço de Pronto-Socorro e Recolha (assegurado por elementos da organização posicionados em pontos estratégicos do percurso e preparados para assistir os

participantes com cuidados médicos (primeiros-socorros), e transporte em caso de abandono, mediante contacto telefónico e efectuado para a Central de Acompanhamento, situada na zona da meta.

13.2. Os números de contacto estarão impressos no dorsal, assim como o perfil de altimetria e distância do percurso de cada uma das provas;

13.3. O Guarda-Roupa é um serviço gratuito e está condicionado à amostragem do dorsal para depósito e levantamento dos pertences pessoais, sendo que cada saco é identificado com o número de dorsal do participante, estando disponível na zona da meta, das 08:30 às 13:30 horas;

13.4. A organização não se responsabiliza pela eventual falta de pertences pessoais, pelo que se aconselha que não deixem no Guarda-Roupa objetos de valor;

14. Recomendações

14.1. Em nome da defesa do meio-ambiente é expressamente proibido aos participantes:

- a) Atentar contra a fauna e flora;
- b) Abandonar qualquer resíduo sólido no percurso da prova;

14.2. Os participantes devem se fazer munir do seguinte material, que não sendo obrigatório, é altamente recomendável:

- a) Apito (para que em caso de eventual queda em locais de mais difícil acesso possam ser mais facilmente detetada a sua localização);
- b) Telemóvel com bateria carregada;

c) Água e barras energéticas.

14.3. Os participantes serão controlados à partida através do sistema de chips, sendo este um procedimento que irá permitir à organização perceber quantos atletas efectivamente estão no percurso. É importante que os participantes sigam as instruções da organização de como colocar o respectivo chip, não só para que o procedimento de segurança atrás referido possa ser efectuado com rigor, assim como as classificações das diferentes provas que irão decorrer em simultâneo;

14.4. No decorrer da prova qualquer dúvida pode ser esclarecida na Central de Acompanhamento instalada na zona da meta;

14.5. Todos os participantes estão obrigados a prestar assistência aos demais concorrentes sempre que estes necessitem de ajuda no decorrer do percurso da prova;

15. Casos Omissos

14.1. Todos os casos omissos neste Regulamento, serão apreciados pela Organização e julgados pelo júri da prova, com base nos regulamentos da Federação Portuguesa de Atletismo.