



# TRAIL CHÍCHARO

alvaiázere

## NORMAS DE PARTICIPAÇÃO

### Trail do Chícharo – Alvaiázere 2021

O **Trail do Chícharo – Alvaiázere 2021**, sob organização da Câmara Municipal de Alvaiázere pretende afirmar-se como uma prova de desporto e lazer, com carácter competitivo, na vertente de corrida [Trail Running], a realizar por percursos e trilhos envolventes ao Município de Alvaiázere. A quarta edição realiza-se no dia 5 de Outubro de 2021. É categorizado por duas distâncias cronometradas [na vertente de Trail] e uma não cronometrada [Caminhada], de acordo com as seguintes distâncias: **Trail Longo** – 30 quilómetros; **Trail Curto** - 18 quilómetros e **Caminhada** de Natureza não competitiva com a extensão aproximada de 12 quilómetros.

No dia 5 de Outubro é o dia das duas provas de carácter competitivo e da prova de carácter não competitivo.

A prova é aberta a diferentes escalões, promove convívio, saúde e bem-estar dos participantes em associação à prática do desporto de natureza.

# Índice

1. Condições de Participação
2. Prova
3. Inscrições
4. Categorias e Prémios
5. Contactos

# 1. Condições de Participação

## 1.1. Idade Mínima de Participação

Para participar nas provas das categorias Trail Longo e Trail Curto do **Trail do Chícharo – Alvaiázere 2021** os participantes deverão ter como idade mínima obrigatória 18 anos e 16 anos, respectivamente. Apenas na Caminhada os menores de 16 anos serão admitidos desde que acompanhados por um adulto responsável pela sua participação.

## 1.2. Inscrição Regularizada

A inscrição no **Trail do Chícharo - Alvaiázere** implica a aceitação por parte do participante das regras e normas de prova. A inscrição é feita através do website oficial da prova — e de acordo com o preenchimento de um formulário de inscrição e validada após a confirmação do pagamento do valor correspondente à opção de participação de cada participante, estando à disposição o pagamento por via de referência multibanco.

## 1.3. Condições Físicas

Os participantes devem gozar de boa saúde e encontrarem-se com uma preparação física e psíquica apta a esforços entre os 12 e os 30 quilómetros, de acordo com as categorias da prova, estando por isso aptos à conclusão da mesma. A organização não se responsabiliza por qualquer tipo de consequências negativas provocadas pela participação dos atletas, à excepção do que se encontra coberto pelo seguro de prova, pelo que se aconselham os participantes a avaliarem a sua condição física pelas vias médicas adequadas. Não é aconselhada a participação de crianças menores de 8 anos na Caminhada.

#### **1.4. Ajuda Externa/Assistência Pessoal**

Apenas será permitida ajuda externa ou assistência pessoal dos participantes nos postos de controlo/abastecimento da prova, sendo expressamente proibido qualquer apoio fora desses locais, devidamente assinalados, à excepção de assistentes pertencentes à organização da prova, equipa médica ou de bombeiros disponível.

#### **1.5. Uso de Dorsal**

Nas categorias Trail Longo e Trail Curto é obrigatório o uso do dorsal sempre perfeitamente visível, na frente do atleta (peito ou abdómen) ao longo de toda a prova, sendo o mesmo impreterivelmente considerado válido para a atribuição de classificação final e acesso dos participantes aos postos de abastecimento da prova. Os participantes da caminhada, ainda que não dispendo de classificação final, deverão igualmente fazer-se acompanhar ao longo de todo o percurso do dorsal atribuído a cada participante no secretariado da prova.

#### **1.6. Regras de Conduta Desportiva**

Em situações de emergência os participantes deverão informar a organização junto do posto de controlo ou do posto de abastecimento mais próximo, ou através do número de telefone da organização disponibilizado a cada participante. A organização reserva-se ao direito de excluir participantes que não zelem pelo bom funcionamento da prova através de comportamentos éticos e de uma conduta desportiva adequada.

## 2. Prova

### 2.1. Apresentação da Prova

Sob organização da Câmara Municipal de Alvaiázere, realiza-se a 5 de Outubro de 2021 a quarta edição do **Trail do Chícharo - Alvaiázere**, uma prova de Trail Running que percorrerá percursos e trilhos, inseridos na Serra e Concelho de Alvaiázere.

#### Partidas

As partidas do Trail serão efetuadas por vagas de 20 participantes. A ordem de saída das mesmas será estabelecida pela ordem de inscrição.

### 2.2. Programa

#### Domingo, 03/10/2021

14h00 – Abertura do Secretariado - Levantamento de Dorsais

20h00 – Encerramento do Secretariado

#### Segunda, 04/10/2021

9h00 – Abertura do Secretariado - Levantamento de Dorsais

17h00 – Encerramento do Secretariado

#### Terça, 05/10/2021

07h30 – Abertura do Secretariado - Levantamento de Dorsais

08h40 – Início do Controlo Zero | Trail Longo

09h00 – Partida | Trail Longo

09h05 – Início do Controlo Zero | Trail Curto

09h30 – Partida | Trail Curto

09h35 – Aquecimento | Caminhada

09h45 – Partida da | Caminhada

12h15 – Entrega de Prémios |Trail Curto

12h45 – Entrega de Prémios |Trail Longo

15H00 – Encerramento do Secretariado

*\* Programa sujeito a alterações.*

### **2.3. Distâncias/Altimetria/Tempo Limite**

Trail Longo – 30 km

(Informação mais detalhada brevemente disponível)

Trail Curto – 18 km

(Informação mais detalhada brevemente disponível)

Caminhada – 12 km

(Informação mais detalhada brevemente disponível)

Todas as distâncias têm um tempo limite de execução, definido de acordo com as possíveis paragens para abastecimento, descanso, etc., por parte dos participantes.

### **2.4. Metodologia de Controlo de Tempos**

A cronometragem das provas das categorias Trail Longo e Trail Curto será realizada com recurso a tecnologia digital, através do controlo de passagem de um chip transportado por cada atleta, desde a partida à meta, cruzando ainda os diferentes postos de controlo. Paralelamente, serão ainda registadas manualmente as passagens dos participantes nos postos de controlo e na meta, pela numeração dos dorsais. Não existirá cronometragem nem classificações para os participantes da Caminhada.

## 2.5. Postos de Controlo

Ambas as provas das categorias Trail Longo e Trail Curto terão controlos de passagem intermédios, que garantirão a execução da totalidade do percurso por parte dos participantes. A falta de registo de passagem dos participantes nos postos de controlo implica a não atribuição de classificação.

## 2.6. Postos de Abastecimento

Ao longo do percurso os participantes terão à sua disposição Postos de Abastecimento de sólidos e líquidos. Não serão distribuídas garrafas de água aos participantes, pelo que os mesmos deverão estar munidos do seu próprio reservatório. Mais informamos, que, aplicando uma política ecológica responsável, não serão disponibilizados copos de plástico, devendo cada participante fazer-se acompanhar do seu próprio copo. O percurso do Trail Longo contemplará 2 postos de abastecimento de sólidos e 2 líquidos, enquanto nos percursos do Trail Curto e da Caminhada estará disponível 1 posto de abastecimento de sólidos e líquidos e 1 de líquidos. Para além destes referidos haverá um abastecimento comum na META (sólidos e líquidos).

## 2.7. Material Obrigatório Trail Longo/ Trail Curto/Caminhada/Trail Kids

- Roupa e Calçado confortável adequado à prática de Trail;
- Telemóvel com bateria e saldo suficientes para durante a prova;
- Soft Flask/Copo.

### **Passagem de Locais com Tráfego Rodoviário**

Informamos que não haverá corte de trânsito rodoviário durante o decorrer da prova. Os participantes deverão obedecer às regras de trânsito e tomar as devidas precauções nos locais de circulação rodoviária. A organização garante a presença de membros nos pontos de passagem com circulação rodoviária com maior afluência de trânsito.

## **2.9. Desclassificações**

Ao aceitarem as presentes NORMAS, os participantes encontram-se obrigados a:

- Possuir dorsal visível durante a prova;
- Passarem nos Postos de Controlo ao longo dos percursos;
- Respeitar o meio ambiente, protegendo-o e mantendo-o limpo;
- Prestar auxílio a outros participantes sempre que necessário;
- Completar o percurso para o qual se inscreveram;
- Respeitar todos os elementos da organização e as suas indicações;
- Não interferir na marcação do percurso durante as provas.

No caso de incumprimento do acima exposto, bem como de utilização de meios ilícitos para obter vantagem em relação a outros participantes, o participante em causa será automaticamente desclassificado, sem direito à devolução do valor de inscrição.

## **2.10. Seguro desportivo**

Todos os participantes no Trail do Chícharo – Alvaiázere 2021, bem como os elementos da organização e os seus colaboradores estão devidamente cobertos por um seguro de acidentes pessoais e de responsabilidade civil durante a vigência do evento, conforme previsto na lei.

## **3. Inscrições**

### **3.1. Processo de Inscrição**

A inscrição é feita através do website oficial da prova, de acordo com o preenchimento de um formulário de inscrição que solicitará a cada participante a inserção de dados válidos tais como: Nome, Data de Nascimento, Sexo, Número de Bilhete de Identidade/Cartão de Cidadão, Número de Identificação Fiscal, Localidade, E-mail, Telefone, Equipa/Clube, entre outros dados oportunos para o registo de cada participante. A inscrição é validada após a confirmação do pagamento do valor correspondente à



opção de participação de cada participante, estando à disposição o pagamento por via de referência multibanco com validade até 48 horas após o registo da inscrição por parte do participante. Terminado o prazo e caso o pagamento não se encontre realizado, a inscrição será anulada.

### **3.2. Valores e Períodos de Inscrição**

#### **1º Fase**

##### Trail Longo – 31Km

- De 16/08/2021 a 12/09/2021: 10,00€

##### Trail Curto – 18Km

- De 16/08/2021 a 12/09/2021: 8,00€

##### Caminhada – 12Km

- De 16/08/2021 a 12/09/2021: 8,00€

#### **2º Fase**

##### Trail Longo – 31Km

- De 22/09/2021 a 01/10/2021: 12,00€

##### Trail Curto – 18Km

- De 22/09/2021 a 01/10/2021: 10,00€

##### Caminhada – 12Km

- De 22/09/2021 a 01/10/2021: 10,00€

### **3.3. A Inscrição inclui**

Dorsal, T-shirt, Abastecimentos, Prémio Finisher, Massagens, Banhos Quentes, Bifana e sopa no Abastecimento de Meta e outros brindes que a organização venha a angariar.

### **3.4. Condições de Devolução do Valor de Inscrição**

Não serão devolvidas as taxas de inscrição, seja qual for o motivo/data de pedido de devolução.

### **3.5 Inscrições EQUIPAS**

10 inscrições – 11ª Oferta

19 inscrições – 20ª e 21ª Ofertas

29 inscrições – 30ª, 31ª e 32ª Ofertas

Outros Casos deverá contar a Organização

## **4. Classificações e Prémios**

### **4.1. Categorias**

Haverá lugar à atribuição de prémios aos três primeiros classificados das categorias Trail Longo e Trail Curto por escalão/sexo, bem como por equipas\*.

\*A classificação por equipas será definida pela obtenção do número de pontos contabilizados pela soma dos três melhores resultados de atletas pertencentes à mesma equipa, na mesma categoria, independentemente do escalão/sexo. A equipa com o menor número de pontos atribuídos será a vencedora. (i.e.: 1.º lugar + 5.º lugar + 10.º lugar = 1 + 5 + 10 = 16 pontos.

### **4.2. Escalões**

- Sub-23 Masculinos/Femininos: 18 a 23 anos
- Seniores Masculinos/Femininos (SEM M/SEM F): 24 a 39 anos
- Veteranos Masculinos/Femininos (M40/F40): 40 a 49 anos
- Veteranos Masculinos/Femininos (M50/F50): 50 a 59 anos
- Veteranos Masculinos/Femininos (M60/F60): + de 60 anos

**Nota: Idade no Dia de Prova**

### 4.3. Prémios

#### Trail Longo e Trail Curto

- Troféus aos 3 primeiros classificados da Geral (Masculinos e Femininos)
- Troféus aos 3 primeiros classificados de cada Escalão (Masculinos e Femininos)
- Troféus para as 3 primeiras Equipas
- Não haverá lugar para a atribuição de prémios aos participantes da Caminhada.

## 5. Contactos

### Organização

Câmara Municipal de Alvaiázere

[desporto@cm-alvaiazere.pt](mailto:desporto@cm-alvaiazere.pt)

[antonio.goncalves@cm-alvaiazere.pt](mailto:antonio.goncalves@cm-alvaiazere.pt)

+351 915 698 733

[luis.simao@cm-alvaiazere.pt](mailto:luis.simao@cm-alvaiazere.pt)

+351 915 698 669

[ricardo.fernandes@cm-alvaiazere.pt](mailto:ricardo.fernandes@cm-alvaiazere.pt)

916088447