



O **Avelar Sunset Trail 2022**, sob organização da junta de freguesia de Avelar, pretende confirmar-se como uma prova de desporto e lazer, com carácter competitivo, na vertente de corrida [trail running], a realizar por percursos e trilhos integrados na freguesia de Avelar, concelho de Ansião. A terceira edição realiza-se a 25 de junho de 2022 e é caracterizada por três distâncias cronometradas: Trail Longo, Trail Curto e Prova de Kids e uma não cronometrada: A Caminhada...

Este evento desportivo é aberto a diferentes idades, promotor de convívio, saúde e bem-estar dos participantes na prática do desporto de natureza e insere-se na edição de 2022 das comemorações da semana da Vila de Avelar que ocorre precisamente na semana em que os dias surgem com mais luz solar no ano. São efetivamente os dias mais longos do ano!

A organização tem por objetivo proporcionar uma excelente experiência de corrida e caminhada ao pôr-do-sol na freguesia de Avelar, disponível para todas as idades.

No final, os participantes poderão usufruir de um saboroso jantar e assistir a um magnífico espetáculo inserido no programa das comemorações de reelevação de Avelar à condição de Vila, protagonizado pela fantástica Elsa Gomes.

O **Avelar Sunset Trail** é a quarta e última prova que integra o Campeonato Municipal de Trail do Concelho de Ansião 2022, tutelado pelo Município de Ansião, como apoio da ATRP e da TotalCrono.



REGULAMENTO

Índice

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



1. CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

1.1. Idade participação nas diferentes provas

Para participar na prova de Trail Longo 25km, do **Avelar Sunset Trail 2022** os participantes deverão ter como idade mínima obrigatória 18 anos, feitos em 2022. Na prova de Trail Curto 17 km, os participantes deverão ter como idade mínima obrigatória 16 anos, feitos em 2022. Apenas na Caminhada os menores de 16 anos serão admitidos, sendo que aos que tiverem menos de 12 anos completados em 2022, só poderão participar se acompanhados por um adulto responsável pela sua presença.

1.2. Inscrição Regularizada

A inscrição no **Avelar Sunset Trail 2022** implica a aceitação por parte do participante das regras e do regulamento de prova. A inscrição é feita através do Link <https://www.totalcrono.pt/eventos/avelarsunset2022>, 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 interessado, estando à disposição o pagamento por via de referência multibanco (RM). A RM é válida por 48H e as inscrições perto do final dos vários prazos é válida até às 23H59 do último dia desse prazo limite.



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 10km e os 25km, 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 exceção 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 exceção de assistentes pertencentes à organização da prova, equipa médica ou de bombeiros disponível.

1.5. Uso de Dorsal

Nas três distâncias é obrigatório o uso do dorsal sempre 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, mesmo não dispendo de classificação final, deverão igualmente fazer-se acompanhar ao longo de todo o percurso do dorsal.



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 menos éticos e de uma conduta desportiva adequada.



2. A PROVA

2.1. Apresentação

O **Avelar Sunset Trail 2022**, sob organização da Junta de Freguesia de Avelar, 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 à Freguesia de Avelar, concelho de Ansião. A terceira edição realiza-se no dia 25 de Junho de 2022 e é constituída por três distâncias cronometradas: Trail Longo, Trail Curto e Prova Kids e uma não cronometrada: Caminhada de 10km.

2.2. Programa*

Sexta-feira, 24/06/2022

18h00 – Abertura do Secretariado - Levantamento de Dorsais

23h00 – Encerramento do Secretariado

Sábado, 25/06/2022

10h00 – Abertura do Secretariado - Levantamento de Dorsais

15h00 – **Prova de KIDS**: Consultar regulamento específico

18h15 – Controlo Zero e Briefing do Trail Longo 25km

18h30 – **Partida do Trail Longo 25km**

18h30 – Controlo Zero e Briefing do Trail Curto 17km

18h45 – **Partida do Trail Curto 17km**

19h00 – Briefing e **Partida da Caminhada**

21h00 – Entrega de Prémios e lembranças

22h30 – Concerto: **ELSA GOMES**

* Programa sujeito a alterações.



2.3. Distâncias/Altimetria/Tempo Limite

Trail Longo – 25 km

Trail Curto – 17km

Caminhada – 10km

Gráficos de Altimetria disponíveis até 12 de junho 2022

2.3.1. Tempo Limite de todas as Distâncias

- 3H30

2.4. Metodologia de Controlo de Tempos

A cronometragem das provas do TL e TC será realizada com recurso a tecnologia digital, através do controlo de passagem de um chip (no dorsal) transportado por cada atleta, desde a partida até à meta. 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

As provas de TL e TC 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. Locais para Abastecimento

Ao longo do percurso os participantes terão à sua disposição locais para 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 e responsável, não serão disponibilizados copos de plástico. O percurso do Trail Longo contemplará 2 posto de abastecimento de sólidos e líquidos e 1 só de líquidos. O percurso do Trail Curto contemplará 1 posto de abastecimento de sólidos e líquidos e 1 só de líquidos. Na Caminhada estará disponível 1 posto de abastecimento de sólidos e líquidos. Para além destes referidos haverá um abastecimento comum na meta (sólidos e líquidos).

2.7. Material Obrigatório TL/TC/Caminhada

- ☑ Roupa e Calçado confortável adequado à prática de Trail e Caminhada
- ☑ Telemóvel com bateria e saldo suficientes para durante a prova
- ☑ **Soft Flask/Copo**
- ☑ **LANTERNA (Recomendado para o Trail Longo)**
- ☑ **ROUPA REFLECTORA (Recomendado para o Trail Longo)**

2.8. 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 de segurança nos pontos de passagem com circulação rodoviária que apresentem maior risco!



2.9. Desclassificações

Ao aceitarem o presente regulamento, 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 **Avelar Sunset Trail 2022** 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 da plataforma de inscrições da QUEROIR.PT, através do LINK <https://www.totalcrono.pt/eventos/avelarsunset2022>, 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 (RM). A referência multibanco é válida por 48H. A RM das inscrições perto do final dos vários prazos é válida até às 23H59 do último dia desse prazo limite.

Terminado o prazo e caso o pagamento não se encontre realizado, a inscrição será anulada.

3.2. Valores e Períodos de Inscrição

Trail Longo 25km

☒ Até 08/05/2022: 14,00 €

☒ Até 05/06/2022: 15,00 €

☒ Até 17/06/2022: 16,00 €

☒ Até 19/06/2022: 20,00 €



Trail Curto 15km

- ☐ Até 08/05/2022: 12,00 €
- ☐ Até 05/06/2022: 13,00 €
- ☐ Até 17/06/2022: 14,00 €
- ☐ Até 19/06/2022: 20,00 €

Caminhada 10km

- ☐ Até 08/05/2022: 8,00 €
- ☐ Até 05/06/2022: 10,00 €
- ☐ Até 17/06/2022: 12,00 €
- ☐ Até 19/06/2022: 15,00 €

Prova KIDs

- ☐ Até 19/06/2019: 5,00 €

3.3. Condições de Devolução do Valor de Inscrição

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



4. CLASSIFICAÇÕES E PRÉMIOS

4.1. Categorias

Haverá lugar à atribuição de prémios aos três primeiros classificados das categorias Trail Longo e Trail Curto. Também haverá classificações por escalão/sexo.

Classificação 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



4.3. Prémios

Aos 3 primeiros classificados da classificação geral, classificação de escalões/sexo e Equipas será atribuído um troféu alusivo à sua conquista!

Não haverá lugar para a atribuição de prémios aos participantes da Caminhada.

5. CONTACTOS

Organização

Junta de Freguesia de Avelar

Fernando Inácio Medeiros:

junta.avelar@gmail.com

+351 918 739 870