



Regulamento

II Trail Rota dos Moinhos do Ave- Rossas

28 de maio de 2017

1. Condições de participação

1.1. Idade e participação nas diferentes provas

Este evento é constituído por um trail curto de 15km e um trail longo de 25km.

A idade mínima de participação nas provas é de 18 anos.

A partida e a chegada serão no centro da freguesia de Rossas, junto à sede da junta de freguesia.

1.2. Inscrição regularizada

A inscrição é considerada regularizada quando for efetuado o preenchimento da ficha de inscrição, em que o participante assume aceitar as regras deste regulamento e, depois, mediante o pagamento através da referência multibanco (atletas portugueses) ou transferência bancária (para atletas estrangeiros).

1.3. Condições físicas

É importante que os atletas participantes possuam uma condição física e mental adequada à dureza da prova e a consciência das dificuldades da cada corrida, nomeadamente, distâncias, duração, terreno, desníveis e condições meteorológicas.

O trail curto é de dificuldade média, exige alguma preparação física, pois partes do percurso serão subidas.

O trail longo tem um grau de dificuldade maior que o trail curto, o que exige uma maior preparação física.



1.4. Colocação do dorsal

O dorsal tem que estar sempre visível durante toda a prova, sendo pessoal e intransmissível. A organização tem o direito de desclassificar qualquer atleta que não leve o dorsal bem visível.

1.5. Regras de conduta desportiva

Qualquer atleta que não cumpra as boas regras de conduta desportiva, assim como ambientais, será automaticamente desclassificado.

2. Prova

2.1. Apresentação da prova(s) / Organização

A Run4Fun – Organização de Eventos Desportivos, organiza, no próximo dia 28 de maio o II Trail Rota dos Moinhos do Ave

Este evento é constituído por um trail curto de 15km e um trail longo de 25km.

2.2. Programa / Horário

Domingo, dia 28 de maio - sábado

07h30—abertura do secretariado – Junta de freguesia de Rossas

09h00—encerramento do secretariado

09h10—partida para a prova de trail 25km

09h30—partida para a prova de trail 15km



2.3. Distância (categorização por distância) / altimetria (desníveis positivo e negativo acumulados)/ categorização de dificuldade ATRP

A divulgar brevemente.

2.4. Mapa/ Perfil altimétrico/ descrição percurso

A divulgar brevemente.

2.5. Tempo limite

Os atletas terão de passar aos 13km até 3 horas após o início do trail longo, e terminar a prova no tempo máximo de 6 horas, caso contrário serão desclassificados.

2.6. Metodologia de controlo de tempos

Haverá controlo de tempos na meta através de chip colocado no dorsal dos participantes e haverá também postos de controlo manuais em locais estratégicos.

2.7. Locais dos abastecimentos

A divulgar as distâncias onde estarão os abastecimentos.

O abastecimento inclui: água, fruta, marmelada, batatas fritas e outros alimentos que a organização possa disponibilizar.

De modo a evitar que haja poluição do ambiente não iremos fornecer garrafas de água, apenas copos que deverão ser usados junto do abastecimento, pelo que cada atleta deverá fazer-se acompanhar pelo seu próprio recipiente caso queira transportar água durante o percurso.



2.8. Material aconselhável

Telemóvel

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

As travessias perigosas estarão sempre asseguradas com membros do staff. Estradas secundárias não estarão cortadas, sendo da responsabilidade do atleta cumprir as normas do código da estrada.

2.10. Penalizações/ desclassificações

A conduta não desportiva e a falha na passagem do posto de controlo terão como penalização a desclassificação.

2.11. Seguro desportivo

Todos os atletas que se inscrevam no evento e cumpram as regras estabelecidas neste regulamento estão cobertos pelo seguro desportivo durante toda a prova.

3. Inscrições

3.1. Processo de inscrição

As inscrições serão processadas automaticamente no site www.run4fun.pt. O pagamento é feito de forma automática, por referência multibanco para atletas portugueses e por transferência bancária para atletas estrangeiros.

Qualquer eventualidade deverá ser dirigida ao e-mail: geral@run4fun.pt

3.2. Valores e períodos de inscrição

Trail curto - até dia 7 de maio: 10€

Trail curto – após o dia 7 de maio: 12€

Trail longo - até dia 7 de maio: 12€

Trail longo – após o dia 7 de maio: 14€



NOTA: O prazo de inscrições e / ou alterações termina a 24 maio. Não serão aceites inscrições nem alterações das mesmas (alterações de distâncias, e proprietários de dorsais) depois desta data.

3.3. Condições de devolução do valor de inscrição

A organização reserva o direito de não devolver o valor da inscrição dos atletas já confirmados mesmo em caso de desistência antecipada.

3.4. Material incluído com a inscrição

Kit de inscrição trail:

- t-shirt alusiva ao evento
- prémio finisher
- dorsal personalizado (válido para inscrições efetuadas e pagas até ao dia 21 de maio)
- abastecimentos
- seguro desportivo
- banho

3.5. Secretariado da prova/ horários e locais

Junta de Freguesia de Rossas, na domingo dia 28 de maio, das 07h30 às 09h.

3.6. Serviços disponibilizados

Todos os atletas terão disponível local para tomarem um duche no final da prova. Os balneários serão no campo de futebol de Rossas.



4. Categorias e Prémios

4.1. Definição da data, do local e da hora de entrega dos prémios

A entrega dos prémios decorrerá na zona da meta e tem como hora prevista de início as 12h.

Este horário poderá sofrer alterações conforme a chegada dos atletas.

4.2. Definição das categorias etárias

As categorias que serão usadas na prova são:

Masculinos:

- Seniores
- Vet M40
- Vet M50

Femininos

- Seniores
- Vet M40

As categorias têm como base a idade do participante no dia da prova.

EQUIPAS

Também haverá prémio por Equipas. Serão premiadas as 3 primeiras equipas de cada prova. Pontuam os 3 primeiros elementos da equipa, femininos ou masculinos.

4.3. Prazos para reclamação de classificações

Todos os atletas dispõem de cinco dias úteis para proceder a qualquer reclamação das classificações.

Notas e alterações

Qualquer informação/dúvida adicional contactar através do email **geral@run4fun.pt**



A organização é soberana. Qualquer situação que não esteja neste regulamento será resolvida pela organização, sempre em benefício dos participantes. Este regulamento pode ser alterado.