



Regulamento

2019

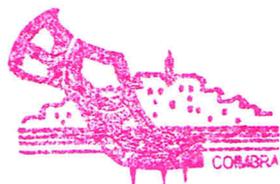
Associação Distrital de Atletismo de Coimbra

PROVAS DESPORTIVAS

NA VIA PÚBLICA

VISTO

16/12/2018



“As coisas do instinto e da natureza têm este condão: não envelhecem.
Passa a filosofia mais transcendental, esgota-se o livro mais profundo. Mas é com um
viço cada vez mais promissor que regressam as verdades simples e naturais.”

Miguel Torga

20 de novembro de 2018



TRILHOS DE ARGANIL

Nota introdutória

Caro atleta,

Os Trilhos de Arganil é uma prova competitiva de corrida de montanha, organizado pela Secção Desportiva da Casa do Benfica de Arganil.

Em 2019 será realizada a 1ª edição de uma prova onde tu poderás descobrir ou redescobrir paisagens deslumbrantes que a Serra do Açor e os seus trilhos ancestrais tem para oferecer.

Será com muito prazer que partilharemos os nossos trilhos, para que conheçam alguns dos locais onde impera a natureza, na Serra do Açor com todo o seu inigualável esplendor.

Assim, gostaríamos de te dar as boas vindas à Serra do Açor e desejar que desfrutes do nosso “parque de diversões”, a nossa serra!

Este evento tem o apoio institucional e logístico do Município da Arganil e Junta de Freguesia de Arganil.



TRILHOS DE ARGANIL

Índice

Apresentação	4
Programa	5
Inscrições.....	5
Prémios.....	6
Duração	7
Seguro	7
Permissões	7
Direito de imagem.....	8
Casos omissos.....	8
Alteração de percurso	8
Identificação	8
Eco Responsabilidade.....	8
Proteção de dados	9
Casos Omissos	9



TRILHOS DE ARGANIL

Apresentação

A primeira edição da prova de Trail-Running “Trilhos de Arganil” é organizada pela Secção Desportiva da Casa do Benfica, com o apoio de várias entidades da zona de Arganil e do Sport Lisboa e Benfica.

Este evento de Trail em estado puro será composto por:

- Trilhos de Arganil Longo (TAL) - 22km; (Circuito CDTRC – ADAC)
- Trilhos de Arganil Curto (TAC) - 10km;
- Caminhada 10km.

Trata-se de uma organização da Secção Desportiva da Casa do Benfica de Arganil, com o apoio das Juntas de Freguesia de Arganil, Secarias, Folques e Côja, entre outros parceiros estratégicos.

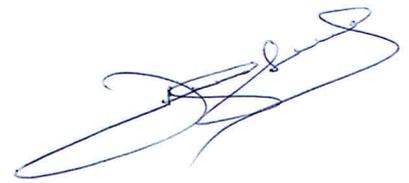
A prova Trilhos de Arganil Longo, TAL, integra o Circuito Distrital de Trail Running de Coimbra, CDTRC, organizado pela Associação Distrital de Atletismo de Coimbra, ADAC, pertencente à Federação Portuguesa de Atletismo, FPA.

A prova TAL terá dois abastecimentos o primeiro sensivelmente aos 7km, comum à prova TAC, e um segundo aos 15km.

O levantamento dos dorsais, a partida, a chegada e o almoço realizam-se na Casa do Benfica do Concelho de Arganil.

Os banhos serão nas instalações das piscinas municipais.

O solo duro disponibilizado será o pavilhão gimnodesportivo da Escola Municipal de Arganil.



TRILHOS DE ARGANIL

Programa

2 de março de 2019

- 15h às 19h – Levantamento de dorsais na Casa do Benfica de Arganil.

3 de março de 2019

- **07h00m às 08h30m** – Levantamento de dorsais na Casa do Benfica de Arganil;
- **09h30m** – Partida do Trail Longo;
- **10h00m** – Partida do Trail Curto e caminhada;
- **12h30m** – Entrega dos prémios;
- **13h00m** – Almoço convívio.

Inscrições

As inscrições na 1ª Edição dos “Trilhos de Arganil”, iniciam dia 20 de Dezembro até às 24h do dia 25 de fevereiro de 2019. Os atletas filiados na ADAC beneficiam de um desconto de 1,5€ se efetuarem a inscrição nos 2 primeiros dias após a abertura, após esse período será considerada como uma qualquer inscrição e paga o valor atribuído aos atletas não federados.

O pagamento será efetuado através da referência MB fornecida.

Os pedidos de inscrição só serão considerados após respetivo pagamento.

Para pagar múltiplas inscrições obtenha uma referência Multibanco para o efeito, acedendo a pagamentos.

Na prova de Trail Longo só podem participar atletas com idade superior a 18 anos de idade, feitos até ao dia anterior à data da prova.

Taxas de inscrição

- Trail Longo: 15 €
- Trail Curto e/ou caminhada: 10 €

O valor da inscrição inclui:



TRILHOS DE ARGANIL

- Trail Longo/ T-shirt relativa ao evento, dorsal, seguro de acidentes pessoais, abastecimentos, banho e prémio de presença e almoço;
- Trail Curto e/ou caminhada: T-shirt relativa ao evento, seguro de acidentes pessoais, abastecimentos, banho e prémio de presença e almoço.

A veracidade dos dados fornecidos é da responsabilidade do participante, inclusive para efeitos de seguro.

Prémios

- Trilhos de Arganil Longo K22, os primeiros 3 da geral (Masculino e Feminino) têm direito a prémio, assim como as primeiras 3 primeiras equipas.
- Trilhos de Arganil Curto e/ou Caminhada K10 os primeiros 3 da geral (Masculino e Feminino) têm direito a prémio, assim como as primeiras 3 primeiras equipas.

A entrega dos prémios será realizada a partir das 12h30m.

O almoço convívio inicia às 13h00m.



Duração

O Trail Longo terá uma duração máxima de 4h30m (9:30h às 14h) para completar o percurso.

O Trail Curto e/ou Caminhada terão uma duração máxima de 3h00m (10:00h às 13:00h) para completar o percurso.

Desclassificação:

Serão automaticamente desclassificados da prova, todos os concorrentes que:

- Não efetuem o controlo da partida;
- Não cumpram o percurso na totalidade;
- Não levem dorsal ao peito visível, durante toda a prova;
- Corram com o dorsal de outro concorrente;
- Dobrem ou manipulem a publicidade do dorsal;
- Não respeitem as indicações da organização;
- Manifestem comportamento antidesportista.

Seguro

- A organização declina, toda a responsabilidade dos danos que os participantes possam sofrer ou causar no decorrer da prova, que sejam provocadas pelos próprios ou por terceiro, desde que não resulte, de responsabilidade da organização do evento. Para os devidos efeitos existe um seguro de Acidentes Pessoais, cuja a franquia é ao encargo do participante. O evento tem também um seguro de Responsabilidade Civil.

Permissões

É permitido que os atletas o uso de fones/auscultadores, relógio GPS e telemóveis.

Aconselha-se que andem em grupo.



TRILHOS DE ARGANIL

Direito de imagem

O participante ao proceder à inscrição, autoriza a cedência de forma gratuita à organização, os direitos de utilização da sua imagem, tal como captada nas filmagens e fotos que serão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução e divulgação.

Casos omissos

Todos os casos omissos, bem como eventuais protestos serão resolvidos pelo júri e pela organização.

Alteração de percurso

Em função das condições climáticas e da segurança dos atletas, a organização reserva o direito de efetuar alterações no percurso até à hora da partida.

Identificação

A todo o participante poderá ser solicitado identificação.

Eco Responsabilidade

Não abandonar lixo na natureza, utilizar os contentores para os depositar, respeitar a flora e a fauna, seguir estritamente o percurso balizado sem utilizar atalhos.

A organização utilizará sempre que seja possível material reutilizável ou reciclável e procederá à recolha seletiva.

A limpeza do percurso iniciar-se-á imediatamente após a passagem do último corredor.

A comunicação sobre papel estará reduzida ao mínimo, privilegiando o suporte eletrónico.



TRILHOS DE ARGANIL

Proteção de dados

Os dados dos atletas indicados no formulário de inscrição serão registados pela entidade organizadora para efeitos exclusivos de processamento no evento, sendo publicados nomeadamente na lista de inscritos, notícias diversas e classificação.

Todos os participantes podem exercer o seu direito de acesso, retificação ou anulação dos seus dados pessoais, enviando um e-mail para benfica.arganil@gmail.com

Casos Omissos

O preenchimento e envio da ficha de inscrição para as provas dos TRILHOS DE ARGANIL implicam que o atleta que se inscreve, tome conhecimento e aceite sem quaisquer reservas o presente Regulamento.

Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos pelo Júri de Prova, de cujas decisões não haverá recurso.

*Regulamento sujeito a alterações que serão, caso as haja, informadas atempadamente.

Associação Distrital de Atletismo de Coimbra



PROVAS DESPORTIVAS

NA VIA PÚBLICA

VISTO

14 / 12 / 2008