



REGULAMENTO

Trail do Sarilho/Cantanhede -2021

(13ª Edição)

1. Considerações gerais

A Secção de Ar Livre e Aventura da Associação de Solidariedade Social Sociedade Columbófila Cantanhedense (ASSSCC), com o apoio do Município de Cantanhede e outros parceiros, vai realizar no próximo dia 12 de Dezembro de 2021, o **Trail do Sarilho/Cantanhede- 2021**. A Prova irá ter as seguintes distâncias:

- Trail Curto K19 – 19 Km
- Mini Trail K12 - 12Km
- Caminhada – 12 Km

As provas irão percorrer caminhos de vinhas, floresta, “Horst” de Cantanhede, com início e fim no Pavilhão Marialvas. O K19 fará parte do Circuito Distrital de Trail Running de Coimbra (ADAC). Todas as provas de Trail terão cronometragem eletrónica por parte da empresa www.runmanager.net

2. Idades de participação nas provas

Trail Curto K19 – maiores de 18 anos

Mini Trail K12 – maiores de 16 anos

Caminhada – Maiores de 12 anos

3. Secretariado

O secretariado funcionará no Pavilhão Marialvas, no dia 11 de Dezembro (sábado) das 15h00 às 18h00 e no dia 12 de Dezembro (domingo) das 07h30 às 9h00.

Na **DECATHLON- Coimbra**, nos dias 8/QUA, 9/QUI e 10/SEX, no horário de abertura da loja.

- Levantamento de dorsais / **Entrega obrigatória de Termo de Responsabilidade**
- Informações sobre as Provas

4. Programa

Dia 11 Dezembro 2021 / Sábado

15H00 - Abertura do Secretariado no Pavilhão Marialvas

18H00 – Encerramento Secretariado

Dia 12 Dezembro 2021 / Domingo

07H30 – Abertura Secretariado no Pavilhão Marialvas

09H00 – Início das Provas do Trail do Sarilho - Cantanhede 2021

-Partida única dos K19, K12 e Caminhada

A partir das 11h00 – Entrega de Finisher e saco brindes, Almoço e entrega de Prémios.

5. Inscrições

O ato de inscrição pressupõe a total aceitação do regulamento.

As inscrições devem ser efetuadas de acordo com os prazos indicados (**data limite Terça feira, 30 de Novembro de 2021 às 23h59m**) e através do formulário específico que estará disponível em www.runmanager.net

A organização/ empresa confirmará **sempre** via e-mail a receção dos pedidos de inscrição.

As inscrições só serão consideradas válidas após pagamento através de referência multibanco gerada no site da prova e no campo – PAGAR.

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

Os atletas de equipas inscritas no CDTRC – ADAC têm um desconto de **1,50€** na **prova K19** durante todo o período de inscrição, tendo sempre que indicar na inscrição o seu número de filiado.

NOTA: Não há reembolso para os atletas e caminheiros que por qualquer motivo pretendam desistir da sua inscrição.

6. Taxas de Inscrição

Trail Curto K19 – 19 Km - 15€ até 30 de Novembro 2021

Mini Trail K12 – 12 Km - 13€ até 30 de Novembro 2021

Caminhada – 12 Km - 10€ até 30 de Novembro 2021

O valor da inscrição do Trail K19, K12 e Caminhada inclui: abastecimentos líquidos/sólidos, dorsal, seguro de acidentes pessoais e seguro de responsabilidade civil, almoço e outros brindes.

Por cada 10 inscrições efetivas, por equipa, oferecemos a 11ª inscrição. Todas as inscrições serão efetuadas e pagas em www.runmanager.com por referência Multibanco, selecionando a opção de pagamento de grupo(várias).

7. Banhos

Pavilhão Marialvas

8 . Almoço

Pavilhão Marialvas

9 . Pagamentos

Só serão aceites os pagamentos efetuados por referência MB no site da prova.

10 . Classificações

Nos Trail K19 e K12 haverá as seguintes classificações :

- **Geral** Masculina e Feminina
- **Escalões**
- MSub 23 e FSub23 (até aos 22 anos)
- MSeniores e FSeniores (23 a 34 anos)
- M35 e F35 (35 a 39 anos)
- M40 e F40 (40 a 44 anos)
- M45 e F45 (45 a 49 anos)
- M50 e F50 (50 a 54 anos)
- M55 e F55 (55 a 59 anos)
- M60 e F60 (60 a 64 anos)
- M65 e F65 (mais de 65 anos)

Os escalões referem-se à idade do participante na data da prova.

- **Equipas**
- K19, K12

11. Prémios

No Trail do Sarilho/Cantanhede-2021, nos K19 e K12, os 3 primeiros classificados (Masculino e Feminino) têm direito a prémio na geral, escalões e para as 3 equipas melhor classificadas (para o efeito contam os 3 primeiros atletas de cada equipa a chegar à meta independentemente de género ou escalão). Também para as 3 equipas com o maior número de inscritos em todas as Provas (K19, K12 e CAM) **Prémio Equipa+**, podendo a Organização ainda vir a estabelecer outros prémios não considerados no presente regulamento.

12 . Desclassificações

Será desclassificado o atleta que:

- não cumpra o percurso estipulado;
- não siga as indicações de elementos da organização ou colaboradores;
- tenha alguma conduta antidesportiva;
- tenha alguma conduta poluidora.

A organização impedirá em futuras edições as inscrições de participantes que sejam abrangidos nestes dois últimos pontos.

13. Postos de Controlo

A marcação do percurso é da responsabilidade da organização, devendo os atletas respeitá-lo ao longo de toda a prova, sendo expressamente proibido optar por atalhos. Ao longo do percurso existem pontos de controlo para todas as provas.

14. Abastecimentos intermédios no Trail do Sarilho-Cantanhede 2021:

NÃO SERÃO FORNECIDOS COPOS

OS ATLETAS DEVEM TRANSPORTAR O SEU PRÓPRIO RECIPIENTE

Trail Curto K 19

- 1º Abastecimento - 5 km (líquidos)
- 2º Abastecimento - 10 km (líquidos/sólidos)
- 3º Abastecimento - 14 km (líquidos /sólidos)
- 4º Abastecimento - META (líquidos/sólidos)

Mini Trail K12

- 1º Abastecimento - 5 km (líquidos)
- 2º Abastecimento - 10 km (líquidos /sólidos)
- 3º Abastecimento - META (líquidos/sólidos)

Caminhada K12

- 1º Abastecimento - 5 km (líquidos)
- 2º Abastecimento - 10 km (líquidos/sólidos)
- 3º Abastecimento - META (líquidos/sólidos)

Nota: A localização/número dos postos de abastecimento poderá ser alterado de acordo com as condições climatéricas.

15 . Colocação do dorsal

O dorsal é pessoal e intransmissível. O dorsal do atleta deve estar em local facilmente visível aos elementos da organização e demais entidades que apoiam e/ou colaboram com a mesma.

Em caso de desistência, o(s) atletas(s) deverá(ão) entregar o(s) dorsal(is) à organização, nos abastecimentos, controlos intermédios ou no secretariado da prova, comunicando dessa forma a sua desistência. No final da prova o dorsal será devolvido ao atleta.

NÃO SERÃO FORNECIDOS ALFINETES PARA OS DORSAIS

16. Regras de conduta desportiva

O comportamento inadequado, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou de qualquer outra espécie, serão alvo de advertência, multa, desclassificação e/ou expulsão, sendo comunicado às autoridades qualquer ato merecedor de tal.

17. Condições de participação

- Estar consciente das distâncias e dificuldades específicas do Trail, ou Caminhada por trilhos de desnível positivo ou negativo e encontrar-se adequadamente preparado física e mentalmente.
- Saber gerir os problemas físicos ou mentais decorrentes de uma fadiga extrema, os problemas digestivos, as dores musculares e articulares, as pequenas lesões, entre outros.
- Estar preparado para poder realizar a prova em semi autonomia e de acordo com as condições climatéricas.

18. Responsabilidade

Todos os participantes serão cobertos por seguro de acidentes pessoais obrigatórios por lei para eventos desportivos.

Os atletas federados terão cobertura de seguro da FPA.

Os participantes serão responsáveis de todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais ou de saúde a si mesmos e/ou a terceiros.

A organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência, roubo, assim como dos objetos e valores de cada participante.

Por motivos de segurança – condições climatéricas adversas, incêndio ou outros motivos que ponham em causa a segurança dos atletas a organização reserva-se o direito de modificar o traçado ou a distância a ser percorrida, podendo mesmo cancelar a prova. No caso do cancelamento da prova por entidades externas à organização, apenas será reembolsado 50% do valor da inscrição.

Em caso de acidente, que resulte tratamento hospitalar, o sinistrado deverá pedir um relatório médico para apresentar à seguradora. Os custos serão suportados pelo sinistrado e reembolsados posteriormente pela companhia de seguros.

O atleta sinistrado deve de imediato dar conhecimento á entidade organizadora através de mail ou telefone.

Nos dias imediatos deve efetuar a participação à seguradora ao qual deve juntar o relatório médico e impresso fornecido pela entidade organizadora.

19. Área Solidária

Todos os participantes podem entregar um **Bem Desportivo** (camisola, meias, polar, sapatilhas, calções, etc...) ou **Brinquedos** no Secretariado aquando do levantamento do seu dorsal. Estes bens serão entregues, posteriormente, a crianças carenciadas do concelho ou então enviados para os PALOPS, de acordo com os protocolos estabelecidos pela ASSSCC.

20. Imagem

A organização do Trail do Sarilho/Cantanhede 2021 reserva-se ao direito exclusivo da exploração da imagem do evento. A aceitação do presente regulamento implica, obrigatoriamente, que o participante autoriza utilizar a sua imagem para difusão do evento em todas as suas formas de comunicação (imprensa escrita, internet, fotografias, etc...) e cede todos os direitos à sua exploração comercial e publicitária.

21. Casos Omissos

Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pela comissão organizadora, de cujas decisões não haverá recurso.

A Organização do Trail do Sarilho/Cantanhede 2021

Associação Distrital de Atletismo de Coimbra



DESPORTIVAS

EM VIA PÚBLICA

VISTO

02/11/2021

COIMBRA



TRAIL DO SARILHO - CANTANHEDE -12-12-2021

PLANO DE CONTINGÊNCIA

Introdução

As medidas enunciadas no Plano Nacional de preparação e resposta à doença pelo novo Corona Vírus carecem de orientações técnicas específicas a serem progressivamente atualizadas de acordo com a evolução epidemiológica da doença.

Neste sentido e uma vez que nas áreas inerentes à realização deste evento ao ar livre a percentagem de propagação de Covid 19 é muito baixa, as entidades que gerem o Trail Running a nível nacional, ATRP e FPA e internacional, ITRA, autorizam a realização da prova, no entanto, terão de ser escrupulosamente aplicadas um conjunto de regras durante o evento.

Finalidade

Preparar a resposta e minimizar o impacto de uma transmissão da Covid 19 em eventos de Trail realizados ao ar livre.

Objetivo

Eliminar impactos sociais, económicos e de saúde pública adjacentes a esta ameaça junto das populações e dos participantes.

Medidas a implementar - Covid 19

Será obrigatório o uso de máscara na zona de partida, na partida e até 200 metros do início do percurso.

Secretariado

Para segurança do staff organizativo e dos atletas será obrigatório o distanciamento. O uso de máscara de proteção é obrigatório nos locais respeitantes ao evento. À entrada e saída, os atletas deverão desinfetar as mãos.

Zona de partida e chegada

Será restrita aos atletas, membros do staff e restante organização.
Os acompanhantes deverão usar máscara e praticar distanciamento social.
Na zona restrita aos atletas é obrigatório o uso de máscara.
Nas zonas circundantes à partida é obrigatório o uso de máscara pelos atletas.
Haverá desinfetante à base de álcool para todos os atletas, membros do staff e organização.
É obrigatório o uso de máscara desde o local de partida até ao ponto devidamente assinalado, a cerca de 200 metros da partida.

Associação Distrital de Atletismo de Coimbra

PROVAS DESPORTIVAS

NA VIA PÚBLICA

VISTO

02/11/2021



Zona de abastecimentos

Uso obrigatório de máscara para todo o staff.

Distanciamento obrigatório dos atletas.

O atleta ao chegar ao abastecimento deverá colocar a máscara até chegar a sua vez de se abastecer.

O atleta deverá obrigatoriamente desinfetar as mãos à entrada e saída do local.

Percurso e regras de segurança

Deverá ser respeitado distanciamento de 3 metros do atleta mais próximo, solicitando a passagem sempre que pretenda ultrapassar.

O atleta desistente no percurso ou em zona do abastecimento deverá recorrer ao uso da máscara, sem a qual não poderá ser assistido ou transportado.

Entrega de Prémios

É obrigatório o uso de máscara e distanciamento social.

Staff

Será obrigatório o uso de máscara durante todas as atividades inerentes ao evento e a desinfecção das superfícies e das mãos sempre que se justifique.

Sanções

O não cumprimento das regras estabelecidas implica a desclassificação do atleta e a consequente retirada do percurso.

Regulamento e Plano de Emergência

O Regulamento da Prova inclui as informações essenciais ao funcionamento do evento e completam as medidas de contingência.

O atleta obriga-se ao cumprimento destas diretrizes através do termo de responsabilidade que terá de entregar preenchido para poder obter o dorsal.



[Handwritten signature]