

Trail da Tomina

3 edição

Prólogo

A Comissão de Festas da Tomina em Honra de Nossa Senhora das Necessidades convida todos a participar na 3ª edição do Trail da Tomina. Volvidos quatro anos sobre o I Trail, esta 3ª edição mostra que as gentes de Santo Aleixo da Restauração estão empenhadas em manter o evento e consolidar a sua presença no contexto desportivo, para isso muito têm contribuído a Comissão de Festas, as gentes da terra e as entidades parceiras, mas sobretudo os atletas que nos têm brindado com a sua presença ano após ano.

Este ano, mais uma vez, prometemos oferecer um dia de prazer e diversão tendo como pano de fundo as belas paisagens de Santo Aleixo da Restauração, a generosidade e o acolhimento do seu povo.

Artigo 1º

Objeto

O presente regulamento tem como objetivo definir as regras de participação no evento desportivo Trail a Tomina, 3ª edição, em Santo Aleixo da Restauração.

Artigo 2º

Âmbito de Aplicação

O evento desportivo, Trail da Tomina, 3ª edição, é promovido e organizado pela Comissão de Festas da Tomina, com o apoio da Câmara Municipal de Moura e União de Freguesias de Safara e Santo Aleixo da Restauração e destina-se a todos os cidadãos que cumpram o disposto no presente regulamento.

Artigo 3º

Condições de participação

1 – As idades de participação são as seguintes:

- a) – Trail Curto - serão admitidos atletas a partir dos 18 anos, ou que os completem até 31 de outubro;
- b) – Trail Longo – serão admitidos atletas a partir dos 18 anos, ou que os completem até 31 de outubro;
- c) – Caminhada “**não competitiva**” – sem limite de idade, sendo que os menores de idade deverão fazer-se acompanhar por um responsável maior de idade.

Artigo 4º

Inscrição

1 - As inscrições devem ser efetuadas no site www.acorrer.pt numa ligação existente para o efeito.

2 - O período de inscrições termina de acordo com prazo indicado no site www.acorrer.pt

3 - A inscrição fica regularizada após liquidação do pagamento até à sua data limite. Não será necessário o envio de comprovativo de pagamento.

4 - Todas as inscrições sem confirmação de pagamento até ao prazo limite poderão não ser consideradas. Cabe à organização avaliar a possibilidade de as adicionar e decidir em função das vagas, prazos e condições.

5 - As inscrições são pessoais e intransmissíveis.

Trail da Tomina

3 edição

6 – Todos os pedidos de informação deverão ser solicitados para o email desportotomina@gmail.com ou tlm. 964891783.

7 - A presente atividade desportiva está aberta a pessoas filiadas numa federação ou não, em representação individual ou coletiva (Clubes, Escolas, Associações Desportivas, Empresas).

Artigo 5º

Valores e períodos de inscrição

1 - As inscrições devem ser concretizadas (com pagamento efetuado) até às 23:59h do dia 16 de março de 2023:

Trail Longo (28km) 17.00 €

Trail Curto (15km) 15.00 €

Caminhada (10Km) 12.00 €

2 - Almoço para acompanhantes 7.00€

Artigo 6º

Limite de inscrições

1 - O evento está limitado a 600 inscrições.

Artigo 7º

Devolução do valor de inscrição

1 - Não haverá direito a devoluções do valor do pagamento da inscrição exceto se a prova for anulada por motivos imputáveis à organização.

Artigo 8º

Serviços / Material Fornecido

1 - A participação no evento desportivo inclui:

- Pequeno-almoço;
- T-shirt técnica
- Controlos de passagem de chegadas e tempos (Trails);
- Prémio por Escalão Etário;
- Seguro;
- Abastecimentos (líquidos/sólidos);
- Transporte dos atletas desistentes desde os postos de abastecimento até Santo Aleixo Restauração;
- Duches;
- Almoço volante;
- Animação.

Trail da Tomina

3 edição

Artigo 9º

Condições físicas

Todos os participantes no evento, em qualquer uma das provas, devem estar cientes das condições físicas em que se encontram, devendo gozar de boa saúde e de uma preparação física e psíquica apta a esforços longos devendo estar preparados para terrenos acidentados, com riscos e condições atmosféricas adversas.

Artigo 10º

Ajuda externa

Não será permitida a ajuda de pessoas alheias à organização exceto, em caso de emergência.

Artigo 11º

Dorsal

- 1 - A identificação por número de dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve estar sempre bem visível.
- 2 - O participante é responsável pela integridade do dorsal.
- 3 - Os dorsais serão entregues individualmente e os participantes deverão apresentar o documento de identificação no momento de recolha dos mesmos.
- 4 - Os meios de fixação do dorsal são entregues aos atletas no ato do levantamento do mesmo.

Artigo 12º

Regras de conduta desportiva

- 1 - Todos os atos do evento deverão ser norteados por um completo fair-play, assumindo a organização e os concorrentes, pelo facto de aceitarem este regulamento ao inscreverem-se, aquilo que é o património cultural deste desporto: entreajuda, respeito pelo desafio, pelos outros concorrentes, organizadores e colaboradores.
- 2 - O comportamento inadequado e antidesportivo, como seja, o recurso de linguagem ofensiva, a agressão verbal ou física, poderá ser punido com advertência, desqualificação ou expulsão com proibição de inscrição em eventos posteriores promovidos pela Associação de Festas da Tomina.
- 3 - Será desqualificado qualquer atleta que durante a realização da prova altere o percurso para o qual se inscreveu.

Artigo 13º

- 1 - Considerando que o Trail Running é um desporto de contacto com a natureza, será importante zelar por um impacto ambiental nulo.
- 2 - Todos os atletas serão responsáveis pelo transporte de todo o seu "lixo" durante a prova, depositando esses resíduos no abastecimento mais próximo ou levando-os consigo até à meta.

Artigo 14º

Trail da Tomina

3 edição

Prova

1 - O evento desportivo II Trail da Tomina integra as seguintes distâncias:

a) - Trail Longo – 28 Km

b) – Trail Curto – 15 Km

c) – Caminhada 10 km, sem vertente competitiva.

2 - Os trails serão realizados por percursos que englobam caminhos, trilhos, ribeiras, entre outros.

3 - Todas as distâncias evitam estradas alcatroadas, à exceção de estradas de entrada/saída de Santo Aleixo da Restauração, por onde passam as provas e no eventual atravessamento de algumas vias.

4 - A caminhada desenvolve-se numa zona próxima da aldeia de Santo Aleixo da Restauração e conta com caminhos e trilhos de alguma dificuldade.

5 - As marcações principais dos percursos são efetuadas com fita sinalizadora e placas informativas ou, excepcionalmente, com marcação no solo.

Artigo 15º

Distância / Altimetria / Dificuldade ATRP

1-Caminhada

Partida e meta Santo Aleixo da Restauração

Distância: 10Km

Tipo de piso: Asfalto, caminhos e trilhos de terra batida.

Percurso a disponibilizar em; <https://www.facebook.com/Festasdatomina/>

2-Trail Curto

Partida e meta Santo Aleixo da Restauração

Distância: 15 Km

Tipo de piso: Asfalto, caminhos, trilhos, estradas florestais, ribeiras, escarpas, entre outros.

Desníveis acumulados e Classificação ATRP: A disponibilizar em; <https://www.facebook.com/Festasdatomina/>

3-Trail Longo

Partida e meta Santo Aleixo da Restauração

Distância: 28 Km

Tipo de piso: Asfalto, caminhos, trilhos, ribeiras, escarpas, entre outros.

Desníveis acumulados e Classificação ATRP: A disponibilizar em; <https://www.facebook.com/Festasdatomina/>

Artigo 16º

Mapa e Perfil Altimétrico

Trail da Tomina

3 edição

A disponibilizar em; <https://www.facebook.com/Festasdatomina/>

Artigo 17º

Tempo limite

1 - As distâncias de Trail Curto e Trail Longo têm tempo limite para a sua conclusão, sendo que:

- a) O Trail Curto - terá um tempo limite de 3 horas, ou seja, às 12:30h na linha da meta.
- b) O Trail Longo - terá um tempo limite de 5 horas, ou seja, às 14:00h na linha da meta.

Artigo 18º

Programa

Sábado, 18 de março de 2023

17:00h - Abertura do secretariado para levantamento do dorsal;

21:00h - Encerramento do Secretariado.

Domingo, 19 de março de 2023

06:00h - Abertura do secretariado para levantamento do dorsal;

08:00 - Encerramento do Secretariado

08:45 - Briefing para Trail Longo

09:00 – Partida do Trail Longo

09:15 - Briefing para Trail Curto

09:30 - Partida do Trail Curto

09:45 - Briefing / Partida para a Caminhada

12:30 - Hora limite de chegada do Trail Curto

14:00 - Hora limite de chegada Trail Longo

13:00 - Início do almoço

14:30 - Entrega de Prémios

O horário pode ser alterado em função de imprevistos ou das chegadas dos atletas.

Artigo 19º

Secretariado

Local: Salão de Festa da Comissão de Festas da Tomina

Sábado, 18 de março de 2023

17:00h - Abertura do secretariado para levantamento do dorsal

21:00h - Encerramento do Secretariado

Trail da Tomina

3 edição

Domingo, 19 de março de 2023

06:00h - Abertura do secretariado

08:00 - Encerramento do Secretariado

Artigo 20º

Controlo de tempos

O controlo de tempos da prova será da responsabilidade da entidade organizadora, Comissão de Festas da Tomina.

Artigo 21º

Postos de controlo

- 1 - Todos os participantes são obrigados a percorrer na íntegra os percursos fornecidos pela organização sob a pena de desqualificação.
- 2 - Os postos de controlo são colocados em locais estratégicos.
- 3 - A não passagem por um posto de controlo levará à desqualificação do atleta.

Artigo 22º

Abastecimentos

1 - Ao longo das provas será fornecido abastecimento composto por sólidos e líquidos:

- a) Trail Curto – 1 posto de abastecimento;
- b) Trail Longo – 2 postos de abastecimento;

A localização dos postos de abastecimento será disponibilizada em: <https://www.facebook.com/Festasdatomina/>

2 - Existirá um posto de abastecimento complementar na zona de meta com sólidos e líquidos.

Artigo 23º

Material aconselhável / obrigatório

A prova dar-se-á em regime de semi-autonomia dos atletas pelo que estes deverão, obrigatoriamente, ser portadores do seguinte material mínimo:

- Reservatório para líquidos (bidon, flask, copo reutilizável, etc.);
- Telemóvel;
- Apito;

É da exclusiva responsabilidade dos atletas serem portadores do material acima descrito. Por motivos ambientais a prova decorrerá em Semi-Auto-suficiência com enchimento de recipientes, não serão distribuídas garrafas de água aos atletas, os atletas deverão, nas zonas de abastecimento encher o seu reservatório, ou em alternativa beber no local.

Artigo 24º

Passagem de locais com tráfego rodoviário

Trail da Tomina

3 edição

- 1 - Existem locais com possível tráfego rodoviário, pelo que todos os atletas deverão cumprir as regras de circulação rodoviária para peões.
- 2 - Nas estradas com mais movimento, existirão membros da organização em pontos estratégicos para facilitar a passagem dos atletas.

Artigo 25º

Penalizações / desclassificações

- 1 - O não cumprimento do disposto no presente regulamento poderá levar à penalização dos participantes e em casos limite à sua desqualificação.
- 2 - As penalizações serão decididas pela equipa técnica da prova em função da gravidade da transgressão.

Artigo 26º

Responsabilidades perante o participante

- 1 - A inscrição na prova implica a total aceitação do presente regulamento.
- 2 - Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais, ou de qualquer outra natureza, a si mesmos e/ou a terceiros.
- 3 - A organização declina toda a responsabilidade, em caso de acidente ou negligência por parte do participante ou roubo de objetos e/ou valores pertencentes a cada participante.

Artigo 27º

Seguro desportivo

- 1 - Todos os participantes no evento beneficiarão de um seguro desportivo, da responsabilidade da organização.
- 2 - As condições da apólice do seguro de acidentes pessoais são as do seguro desportivo obrigatório em vigor, conforme o Decreto-Lei n.º 10/2009 de 12 de janeiro, aplicável a todos os participantes, federados ou não.

Artigo 28º

Prémios

1 - Prémios dos Trails:

- a) - Prémio Simbólico para os três primeiros classificados da geral (de cada género);
- b) - Prémio Simbólico para os três primeiros classificados por escalão etário masculino e feminino;
- c) - Prémio Simbólico para as três melhores equipas da geral (para a classificação coletiva contam os 4 melhores elementos masculinos e femininos);
- d) - Prémio Finisher para todos os participantes que terminarem a prova.

Artigo 29º

Categorias etárias

Trail da Tomina 3 edição

| Faixa etária | Masculino | Feminino |
|-----------------|------------|------------|
| 18 – 22 anos | M Sub 23 | F Sub 23 |
| 23 - 39 anos | M Seniores | F Seniores |
| 40 - 44 anos | M40 | F40 |
| 45 – 49 anos | M45 | F45 |
| 50 - 54 anos | M50 | F50 |
| 55 – 59 anos | M55 | F55 |
| Mais de 60 anos | M60 | F60 |

Nota: para efeito de categorias etárias e respectiva classificação será considerada a idade que o atleta tiver a 31 de outubro de 2023.

Artigo 30º

Direitos de Imagem e proteção de dados

1 - O participante, ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização da sua imagem tal como captada nas filmagens/registos fotográficos que terão lugar durante o evento, autorizando a sua reprodução e utilização para fins promocionais das entidades promotoras.

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

Artigo 31º

Alterações

1 - A organização reserva o direito a realizar as modificações que considere necessárias para melhorar as provas ou sob influência das condições encontradas no dia do evento, assim como à suspensão do mesmo se não existirem condições que permitam a realização prevista ou a sua segurança.

Artigo 32º

Casos Omissos

Os casos omissos serão resolvidos pela Organização.

Informação útil

Evento

Trail da Tomina

3 edição

Toda a informação referente a este evento será disponibilizada no site <https://www.facebook.com/Festasdatomina/>

Locais a visitar

A aldeia de Santo Aleixo da Restauração possui um rico património histórico digno da sua visita, são exemplos disso a Igreja de Santo Aleixo da Restauração, o Convento da Tomina, a Ermida de Santo António, a Fonte d'Aroche, o Castro do Castelo das Guerras, o Museu "Casa da Aldeia", entre outros.

Tenha uma boa prova, obrigado pela visita!

Trail da Tomina

3 edição

Termo de Responsabilidade

Eu _____ portador do
BI/CC _____ emitido em ___/___/___ por _____ com validade
___/___/___ na qualidade de responsável do menor _____
portador do CC _____ declaro que autorizo a sua participação no evento desportivo denominado Trail da
Tomina, 3 edição a realizar dia 19 de março de 2023, em Santo Aleixo da Restauração, concelho de Moura.

Mais declaro que estou consciente dos riscos que podem resultar da sua participação neste evento, reconhecendo também
que a Organização não pode ser responsabilizada por qualquer tipo de acidente que ocorra durante a referida prova.

Santo Aleixo da Restauração, ___ de _____ de 2023.
