

# Regulamento



## Conteúdo

1. Condições de participação .....	2
3. Inscrições.....	6
4. Categorias e Prémios .....	7
5. Informações.....	8

## VII Trail Santa Iria - Regulamento

### 1. Condições de participação

#### 1.1. Idade de participação nas diferentes provas

O Trail Santa Iria (TSI) é uma prova de corrida de montanha que percorre trilhos e caminhos na serra das Flores, serra de Santa Iria e Banjas dos concelhos de Gondomar e Paredes.

O Trail Longo e Trail Curto estão abertos a maiores de idade (18 anos), no Mini Trail podem participar a partir dos 16 anos e a caminhada aberta a menores desde que acompanhados por uma pessoa maior de idade.

#### 1.2. Inscrição

A inscrição será feita através formulário de inscrição na plataforma PROZIS, pelo link fornecido nos canais de comunicação do evento.

#### 1.3. Condições físicas

Para participar é indispensável:

-estar consciente das distâncias e dificuldades específicas da corrida por trilhos e do desnível positivo e negativo das mesmas e de se encontrar adequadamente preparado fisicamente e mentalmente.

-haver adquirido, antes do evento, capacidades reais de autonomia em montanha que permita a gestão dos problemas que derivem deste tipo de provas.

-conseguir enfrentar, sem ajuda externa, condições ambientais e climatéricas adversas tais como nevoeiro, vento e chuva.

-saber gerir os problemas físicos e mentais decorrentes de fadiga extrema, problemas digestivos, dores musculares e articulares, pequenas lesões, etc.

-estar consciente que o trabalho da organização não é o de ajudar o corredor a gerir os seus problemas.

#### 1.4. Definição possibilidade de ajuda externa

Os atletas podem receber ajuda externa desde que não haja interferência com outro atleta.

#### 1.5. Colocação dorsal

O dorsal do atleta é pessoal e intransmissível e deve ser usado á frente do atleta e de preferência a altura do peito. O atleta que não cumpra será penalizado em 2 minutos por cada vez que seja chamado á atenção, não é permitida qualquer alteração do dorsal sob pena de desclassificação.

#### 1.6. Regras de conduta desportiva

O comportamento inadequado ou o recurso de linguagem ofensiva, como recurso a agressão verbal ou de qualquer espécie, em todas as modalidades, serão alvo de advertência, expulsão ou desqualificação.

## 2. Prova

### 2.1. Apresentação da(s) prova(s) Organização

O VII TSI será realizado no dia 03 de fevereiro de 2019, em Branzelo, Melres e Medas – Gondomar, e será constituído por quatro distâncias:

- Trail Longo – 38km
- Trail Curto – 21km
- Mini Trail – 13km
- Caminhada Santa Iria – 8km

(A organização reserva o direito de alterar as distâncias se assim o entender e as condições no terreno o exigirem)

A organização deste evento estará a cargo da Associação Branzelo Ativo (ABA) com a colaboração da Comissão de Festas de Sta Iria 2019.

### 2.2. Programa/Horário

Dia 02 de Fevereiro 2019 (Sábado):

14h00 – 20h30 – Abertura do secretariado, entrega de dorsais e kits de participante (EB1 de Branzelo)

Dia 03 de Fevereiro 2019 (Domingo):

07h00 – abertura do secretariado e entrega dos dorsais e kits de participante (EB1 Branzelo)

**08h30 – Partida Trail Longo (38km) e Trail Curto (21km)**

**09h30 – Partida Mini Trail (13km)**

**10h00 – Início da caminhada**

10h30 – Chegada prevista dos primeiros atletas do MiniTrail e Trail Curto

12h30 – Início do serviço de almoço

17h30m – encerramento do VII TSI

(horários sujeitos a alterações)

### 2.3. Distância / Altimetria

O VII TSI terá, na vertente competitiva, três distâncias assim caracterizadas:

- Trail Longo – 38km – desnível acumulado positivo 2000m
- Trail Curto – 21km – desnível acumulado positivo 1100m
- Mini Trail – 13km – desnível acumulado positivo 600m

A caminhada terá a distância de +-8km e desnível acumulado positivo 350m

Todas as distâncias têm o seu início e final no mesmo local - Largo de Santa Iria, Branzelo.

### 2.4. Mapa / Perfil altimétrico / descrição do percurso

Disponíveis em janeiro no website da prova – [www.trailsantairia.pt](http://www.trailsantairia.pt)

### 2.5. Tempo Limite

O tempo limite para o VII TSI será de 8h

A barreira horária de passagem do Trail Longo está definida na ZA5, ao km 34, para as 16h00

Ultrapassando o tempo de passagem limite, os atletas deverão afastar-se, pois nem a organização nem os serviços de assistência podem garantir a sua segurança, podendo “os corredores vassouras” levantar as fitas de marcação do percurso após o tempo limite.

A organização providenciará o regresso à zona de meta aos atletas do Trail Longo, que chegarem a ZA5 depois das 16h00.

Se a organização entender afastar um atleta devido ao seu estado de saúde este assim o deve fazer, de modo a garantir o seu bem-estar.

### 2.6. Metodologia de controle de tempos

O controle de tempos será feito pela empresa Stop and Go.

### 2.7. Postos de controle

Os controlos de passagem (CP) serão feitos pela empresa que faz a gestão da cronometragem, Stop and Go.

### 2.8. Locais de abastecimento (ZA)

O Trail Longo terá cinco abastecimentos.

O Trail Curto terá três abastecimentos.

O Mini Trail terá um abastecimento.

A caminhada terá um abastecimento.

A distância entre abastecimentos varia entre os 4km e os 8km.

### 2.9. Material aconselhável / Obrigatório

A prova decorrerá em Semi Auto-suficiência. A organização fornecerá copos nos abastecimentos e compromete-se a efetuar a limpeza dos trilhos. Agradece-se, no entanto, a correta conduta ambiental de todos os participantes, estando previstas sanções para os infratores.

Material **obrigatório** para os participantes no Trail Longo: Telemóvel, depósito com água. O controlo do material obrigatório será efetuado aleatoriamente.

Material aconselhável para todos os participantes: Calças, luvas, Telemóvel, depósito de água, bastões, manta térmica, camelbak, corta-vento, chapéu ou gorro.

#### 2.10. Informação sobre passagem de locais com tráfego rodoviário

A prova será em open road, ou seja, todos os atletas terão que ter algum cuidado ao passar nos troços rodoviários, mesmo assim a organização terá voluntários nesses pontos.

#### 2.11. Penalizações / desclassificações

Será penalizado ou desqualificado todo aquele que:

- não complete a totalidade do percurso (desqualificado)
- deteriore ou suje o meio por onde passe (desqualificado)
- não leve o dorsal bem visível (penalizado em 2m)
- alteração do dorsal (desqualificação)
- ignore as indicações da organização (penalizado em 1h)
- tenha alguma conduta anti-desportiva (desqualificado)

#### 2.12. Responsabilidades perante o atleta/participante

Todos os atletas deverão estar atentos e assistir ou alertar a organização sobre acidentes que aconteçam durante o evento...

#### 2.13. Seguro desportivo

Todos os atletas serão cobertos por seguro de acidentes pessoal. Os participantes serão responsáveis por todas as ações suscetíveis de produzir danos materiais, morais ou de saúde a si mesmo e/ou a terceiros. A organização declina toda a responsabilidade em caso de acidente, negligência, roubo dos objetos e valores de cada participante.

**A franquia do seguro, a haver, é da responsabilidade do sinistrado.**

As coberturas serão disponibilizadas brevemente.

### 3. Inscrições

#### 3.1. Processo de inscrição

As inscrições são efetuadas online, numa ligação existente em [www.trailsantairia.pt](http://www.trailsantairia.pt) e em [www.facebook.com/trailsiria](https://www.facebook.com/trailsiria)

Os pagamentos deverão ser efetuados por referência MB gerada após a inscrição.

#### 3.2. Valores e período de inscrição

As inscrições far-se-ão em três períodos distintos, com as seguintes condições, ofertas e preços

Preço	Caminhada 8km	Mini Trail 13km	Trail Curto 21km	Trail Longo 38km
Preço 1	7€	10€	15€	20€
Preço 2	7€	13€	18€	23€
Preço 3	7€	17€	22€	26€
Kit inclui	tshirt seguro abastecimento	dorsal tshirt técnica seguro abastecimentos Prémio finisher	dorsal tshirt técnica seguro abastecimentos Prémio finisher	dorsal tshirt técnica de manga comprida seguro abastecimentos Prémio finisher

Preço 1 – 02 novembro 2018 a 31 dezembro 2018

Preço 2 – 01 janeiro 2019 a 22 janeiro 2019

Preço 3 – 23 janeiro 2019 a 28 janeiro 2019

Crianças podem participar na caminhada desde que acompanhadas por um adulto, sendo a sua inscrição gratuita até aos 14 anos. Mesmo sendo gratuita o adulto responsável deve fornecer à organização os dados de identificação do menor para efeitos de seguro.

Almoço: 6 euros

Crianças: até 6 anos não pagam

#### 3.3. Condições de devolução do valor de inscrição

Em momento algum a inscrição será devolvida caso o atleta desista da prova, a qualquer tempo. Em caso de desistência, somente serão permitidas as transferências de inscrição para outro atleta, que devem ser efetuadas no prazo máximo de 15 dias de antecedência à realização da prova. Outros motivos poderão ser válidos após análise individual dos casos/motivos.

#### 3.4. Material incluído com a inscrição

VII Trail Santa Iria

Ver tabela acima...

#### 3.5. Secretariado da prova/horários e local

O secretariado será na Escola Primária de Branzelo. Estará aberto no sábado dia 02 fevereiro 2018 das 14h00 às 20h30 e no domingo 04 fevereiro 2018 a partir das 07h00.

O levantamento do dorsal deverá ser feito pelo próprio mediante apresentação de documento identificativo ou poderá ser feito por terceiros desde que levem fotocópia do documento do atleta em causa.

Para o bom funcionamento e cumprimento dos horários no dia da prova, o kit de participante deverá ser levantado, preferencialmente no dia 2 fevereiro, sábado, entre as 14h e as 20h30, na EB1 Branzelo.

3.6. Serviços disponibilizados na zona de meta.

Animação, massagens e abastecimento final.

O serviço de duchas será no pavilhão da Escola EB 2,3 Medas. A organização disponibilizará um serviço 'shuttle' de transporte para essas instalações a partir da zona de meta.

## 4. Categorias e Prémios

4.1. Definição data, local e hora de entrega de prémios

A cerimónia de entrega de prémios será realizada junto à chegada mediante disponibilidade dos premiados, em hora a decidir localmente pela organização.

4.2. Definição das categorias etárias/ sexo/ individuais e equipas

Escalões:

Cerimónia de 'Podium':

- 3 primeiros classificados masculinos e femininos das três provas.
- 3 primeiros classificados Equipas das três provas.

Serão ainda premiados todos os vencedores dos seguintes escalões:

### Escalões

Masculinos	Femininos
<b>M Juvenil</b> - 16 a 17 anos (até 15 km)	<b>F Juvenil</b> - 16 a 17 anos (até 15 km)
<b>M Júnior</b> - 18 a 19 anos (até 25 km)	<b>F Júnior</b> - 18 a 19 anos (até 25 km)
<b>M Sub 23</b> - 20 a 22 anos	<b>F Sub 23</b> - 20 a 22 anos
<b>M Seniores</b> - 23 a 39 anos	<b>F Seniores</b> - 23 a 39 anos
<b>M40</b> - 40 a 44 anos	<b>F40</b> - 40 a 44 anos
<b>M45</b> - 45 a 49 anos	<b>F45</b> - 45 a 49 anos
<b>M50</b> - 50 a 54 anos	<b>F50</b> - 50 a 54 anos
<b>M55</b> - 55 a 59 anos	<b>F55</b> - 55 a 59 anos
<b>M60</b> - mais de 60 anos	<b>F60</b> - mais de 60 anos

Nota: as idades acima indicadas dizem respeito ao dia da competição.

Haverá prémio para a equipa mais numerosa participante no conjunto dos quatro eventos.

## 5. Informações

### 5.1. Como chegar

41° 4'51.09"N

8°25'13.51"W

### 5.2. Onde ficar

Casa de Mellares

Figurino do Douro

...

### 5.3. Locais a visitar

Brevemente

### 5.4. Mapas dos Percursos

Brevemente

Este regulamento ainda pode ser alterado de modo a que fique mais completa a informação.

Regulamento, versão de 20-11-2018