

## **REGULAMENTO DOS TRILHOS MOINHOS DA GÂNDARA - 2018**

- 1) A 5.<sup>a</sup> edição dos “**TRILHOS MOINHOS DA GÂNDARA - 2018**”, realizar-se-á no dia 23 de junho de 2018, pelas 17h00, organizada pela junta de freguesia de Moinhos da Gândara, com o apoio das várias associações locais e de diversas entidades e empresas, sendo os seus percursos traçados na área geográfica da referida freguesia.
- 2) Poderão participar todas as pessoas de ambos os sexos e de qualquer idade, com as seguintes condicionantes:
  - A participação, nos trilhos longo e curto é aberta a todos os atletas com idade mínima de 14 anos, necessitando os menores de 18 anos de enviar à organização uma autorização do responsável pela sua guarda, através do email [trilho@jf-moinhosdagandara.pt](mailto:trilho@jf-moinhosdagandara.pt), ou no dia da prova ser acompanhado pelo mesmo.
  - A **caminhada** é aberta a todos os participantes com idade mínima de 6 anos, necessitando os menores de 16 anos de ser acompanhados por um adulto responsável.
  - O preenchimento e envio para a organização do formulário de inscrição na prova corresponde a uma declaração de aptidão física e psicológica por parte do atleta.
  - Ter a plena consciência da extensão, especificidade da prova e estar totalmente preparado para a mesma.
  - Ter adquirido, antes da prova, uma real capacidade de autonomia pessoal para gerir as dificuldades e problemas que podem advir pela participação neste tipo de evento.
  - Obrigatoriedade de informar a organização de qualquer problema de saúde que tenha, servindo tal informação para conhecimento prévio por parte dos responsáveis pela prestação dos primeiros socorros, em casos de necessidade (diabetes, hipertensão, asma ou quaisquer outros).
- 3) OS TRILHOS MOINHOS DA GÂNDARA – 2018 serão compostos por:
  - **Trilho Longo com cerca de 22 kms**, de dificuldade moderada;
  - **Trilho Curto com cerca de 12 kms**, de dificuldade moderada;
  - **Caminhada com cerca de 10 kms.**

**Nota:** Pequenas partes dos percursos serão realizadas em estradas com trânsito automóvel, existindo algumas travessias de vias principais, pelo que se pede aos participantes que respeitem as regras de segurança e trânsito.
- 4) Os dorsais a atribuir para os Trilhos Longo e Curto **serão diferenciados na cor:**
  - O dorsal deverá ser colocado de preferência no peito ou abdómen e deve estar visível durante toda a prova;
  - O atleta deve fazer-se acompanhar de alfinetes para ajudar à colocação do dorsal.

5) Recomenda-se que o atleta se faça acompanhar dos seguintes equipamentos ao longo da prova:

- Telemóvel;
- Equipamento adequado à realização da prova;
- Apito.

6) As inscrições deverão ser efetuadas na página oficial da prova em [www.chrono.pt](http://www.chrono.pt)

- No valor da inscrição está incluída a assistência em prova por parte da organização, seguro, abastecimentos de líquidos e sólidos, prémios, lembranças e banhos;
- A todos os participantes que façam a sua inscrição e efetuem o respetivo pagamento será entregue uma t-shirt técnica alusiva ao evento.

**Nota:** A gestão de inscrições será efetuada pela empresa **Chrono – Eventos Desportivos**, contratada pela organização para o efeito.

7) Para validação da respetiva inscrição cada inscrito deverá efetuar o respetivo pagamento até ao final do dia **17 de junho de 2018**:

- Através de referência multibanco que será disponibilizada aquando da inscrição;
- Cada participante com inscrição validada deverá fazer-se acompanhar do respetivo comprovativo de pagamento, aquando do levantamento de dorsal.

8) **Valores devidos pela participação:**

▪ **TRILHOS LONGO E CURTO:**

- Inscrição: 9,00 €
- Jantar: 6,00 €
- Jantar extra: 6,00 €

▪ **CAMINHADA:**

- Inscrição: 7,00 €
- Jantar: 6,00 €
- Jantar extra: 6,00 €

**Nota:** Os participantes poderão no ato de inscrição efetuar marcação de refeições (jantares) *extra*, destinadas a eventuais acompanhantes (apenas para aqueles com idade superior a 10 anos) e que não venham a participar quer nos trilhos quer na caminhada.

9) **Desistências:**

- Situações em que já tenha sido validada a inscrição, através do respetivo pagamento, e o inscrito venha a deparar-se com a impossibilidade de participação, nestes casos a organização analisará com vista à eventual devolução dos valores referentes à inscrição, sendo em todos os casos da responsabilidade do interessado informar a organização.

## 10) Tempos de prova:

- **Tempos máximos admissíveis para a realização das provas:**
  - Trilho longo: 04:00 horas
  - Trilho curto: 02:30 horas
  - Caminhada: 03:00 horas

## 11) Semi autossuficiência:

- Cada participante deverá ser autossuficiente durante toda a prova, sem qualquer ajuda externa, excetuando a da Organização, devendo o mesmo ser responsável pela comida e bebida ao longo da etapa;
- É permitido a entreajuda entre os participantes quando ambos se encontrem no percurso da prova;
- Ao longo dos percursos irão existir 3 postos de abastecimentos com líquidos e tendo 1 deles sólidos para consumo imediato. A organização fornece água pura para encher garrafas ou bolsas de água. O atleta deve assegurar que tem, a partir de cada posto de abastecimento, as quantidades de água e alimentos de que necessita para chegar até ao próximo ponto de reabastecimento;
- Poderão existir outros postos de abastecimento, com o apoio das populações.
- Na zona de meta haverá reforço com líquidos e sólidos para os atletas participantes nos trilhos;
- A assistência pessoal é permitida nos pontos de abastecimento, na área especificamente destinada a isso. Nestas zonas apenas poderá fornecer água ou alimentos. Está proibido o fornecimento de qualquer outra coisa que não o indicado;
- Nenhum atleta pode ser acompanhado, durante todo ou parte do percurso, por pessoas não acreditadas, exceto nas proximidades de postos de abastecimento.

## 12) Cronometragem e classificações:

- A arbitragem e controlo de tempos será efetuada através de CHIP e estará a cargo da empresa **Chrono – Eventos Desportivos**;
- Todos os **CHIPS** serão da pertença da referida empresa e deverão ser devolvidos após conclusão da prova (trilhos), por cada um dos atletas participantes;
- A empresa de cronometragem se detetar o “extravio” deliberado de CHIPS, poderá proceder à cobrança o valor de 20 euros ao(s) participante(s) visado(s);
- Haverá controlo de tempos no início (controlo 0), durante o percurso em lugar indefinido, e no final.
- As classificações serão estabelecidas pelos registos de tempo por ordem de chegada:
  - **Individualmente** e para cada um dos trilhos será elaborada uma tabela classificativa geral e uma tabela classificativa por escalões, todas elas estabelecidas pela ordem crescente dos tempos gastos a percorrer as distâncias compreendidas entre a linha de partida e linha de chegada.
  - **Por equipas** e para cada um dos trilhos será elaborada uma tabela classificativa, obtida através da classificação geral dos quatro (4) primeiros atletas de cada equipa, independentemente do escalão ou sexo.

A determinação da tabela classificativa será efetuada com a atribuição de pontos com o seguinte critério:

- ✓ 1.º lugar ..... 1 ponto
- ✓ 2.º lugar ..... 2 pontos
- ✓ .....
- ✓ 21.º lugar ..... 21 pontos
- ✓ .....

**Nota:** A tabela classificativa por equipas será estabelecida pela ordem crescente do número de pontos obtidos por cada uma das equipas participantes e necessariamente inscritas como tal.

### 13) Escalões:

MASCULINOS	FEMININOS
<b>MJUN:</b> 14 a 18 anos	<b>FJUN:</b> 14 a 18 anos
<b>MSUB25:</b> 19 a 25 anos	<b>FSUB25:</b> 19 a 25 anos
<b>MSEN:</b> 26 a 39 anos	<b>FSEN:</b> 26 a 39 anos
<b>M40:</b> 40 a 49 anos	<b>F40:</b> 40 a 49 anos
<b>M50:</b> >= 50 anos	<b>F50:</b> >= 50 anos

**Nota:** As idades indicadas na tabela acima terão por referência o dia 23 de junho de 2018.

### 14) Prémios:

- **Troféus por Equipas:**
  - Equipa com maior número de participantes (trilhos + caminhada)
  - Equipa com maior número de participantes (só trilhos)
  - Equipa com melhor classificação geral no Trilho Longo
  - Equipa com melhor classificação geral do Trilho Curto
- **Troféus Individuais:**
  - Atletas femininas classificadas nos três primeiros lugares na geral do Trilho Longo e do Trilho Curto
  - Atletas masculinos classificados nos três primeiros lugares na geral do Trilho Longo e do Trilho Curto
  - Atleta menos jovem (feminino ou masculino) que comprovadamente participe num dos trilhos.
- **Medalhas:**
  - Atletas classificados nos três primeiros lugares por cada escalão (feminino e masculino) nos Trilho Longo e Trilho Curto.

## **15) Desclassificados/penalizações**

- **Será desclassificado o atleta que:**
  - Exceda os tempos máximos estipulados pela organização para a realização de cada um dos Trilhos;
  - Falhe um dos postos de controlo;
  - Não cumpra o percurso estipulado;
  - Não siga as indicações dadas por elementos da organização, empresa de cronometragem ou colaboradores;
  - Tenha alguma conduta antidesportiva, nomeadamente a utilização de palavras e/ou gestos ofensivos, dirigidos a elementos da organização, colaboradores ou a outros atletas;
  - Não leve o dorsal em local visível ou este se extravie;
  - Que passe mais que uma vez pela linha de meta.

## **16) SECRETARIADO:**

- O secretariado funcionará nas instalações da comissão das festas de Ribas – Moinhos da Gândara com os seguintes horários:
  - Dia 22 de junho de 2018, véspera da prova, no horário compreendido entre as 18h00 e as 21h00
  - No dia 23 de junho de 2018 (dia da prova), no horário compreendido entre as 09h30 e as 16h30.

**NOTA:** Todos os atletas devem fazer-se acompanhar de um documento de identificação.

## **17) EMERGÊNCIA E APOIO:**

- Haverá equipas de apoio, socorro e emergência para prestar o primeiro socorro aos participantes que dele necessitem.
- A organização não se responsabiliza pela condição física dos atletas, por qualquer acidente ou outro dano sofrido antes, durante ou após a realização da prova, para além daqueles que se encontrem cobertos pelo seguro da prova.

## **18) DIREITOS DE IMAGEM:**

- Ao participar, todos os atletas autorizam que a organização utilize as imagens captadas durante as provas, para fins de divulgação e publicidade do evento.

## **19) CONDIÇÕES METEOROLÓGICAS:**

- À organização está reservado o direito de cancelar ou alterar trajeto(s) e/ou data(s) do evento, isto se vier a verificar que as condições climatéricas ou outras condições adversas põem em risco a integridade física dos participantes. Neste tipo de situações não haverá lugar a qualquer indemnização total ou parcial aos inscritos.

## 20) DIVERSOS:

- O preenchimento e envio do formulário de inscrição implica que o participante inscrito tomou conhecimento e aceita sem quaisquer reservas o presente Regulamento;
- Os casos omissos deste regulamento, serão resolvidos pela organização, de cujas decisões não haverá recurso.
- Eventuais aditamentos ou alterações que possam vir a existir ao Regulamento, serão publicadas na página oficial da prova em [www.chrono.pt](http://www.chrono.pt)

## 21) Ementa (jantar):

- Sopa gandaresa
- Feijoada
- Arroz doce
- Fruta da época

## 22) Outras condições

- A organização disponibiliza um local (piscina da freguesia) para os atletas tomarem banho. Como esta se encontra a cerca de 900 metros há transporte para quem necessitar.  
Link: <https://www.google.pt/maps/dir/40.2311467,8.7744981/40.2346195,8.7665373/@40.2317779,8.7723794,615m/data=!3m1!1e3!4m4!4m3!1m0!1m0!3e2?hl=pt-PT>
- Para que os TRILHOS MOINHOS DA GÂNDARA - 2018 possam decorrer com as melhores condições possíveis a organização poderá vir a limitar o número de participantes.

A organização